



安全文化構築！

—高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善セミナー—

# 従業員の高年齢化に対応した 「いきいき健康プログラム」 の全社展開

トヨタ自動車株式会社 安全健康推進部  
健康推進室 健康チャレンジ8推進G

井本 貴之



# 会社概要

- 1.所在地 : 愛知県豊田市トヨタ町1番地
- 2.創立 : 1937年(昭和12年)8月28日
- 3.資本金 : 3,970億円
- 4.生産拠点 : 国内12工場, 海外53工場
- 5.従業員数 : 73,857人(国内)
- 6.事業内容 : 輸送用機器の製造・販売 等



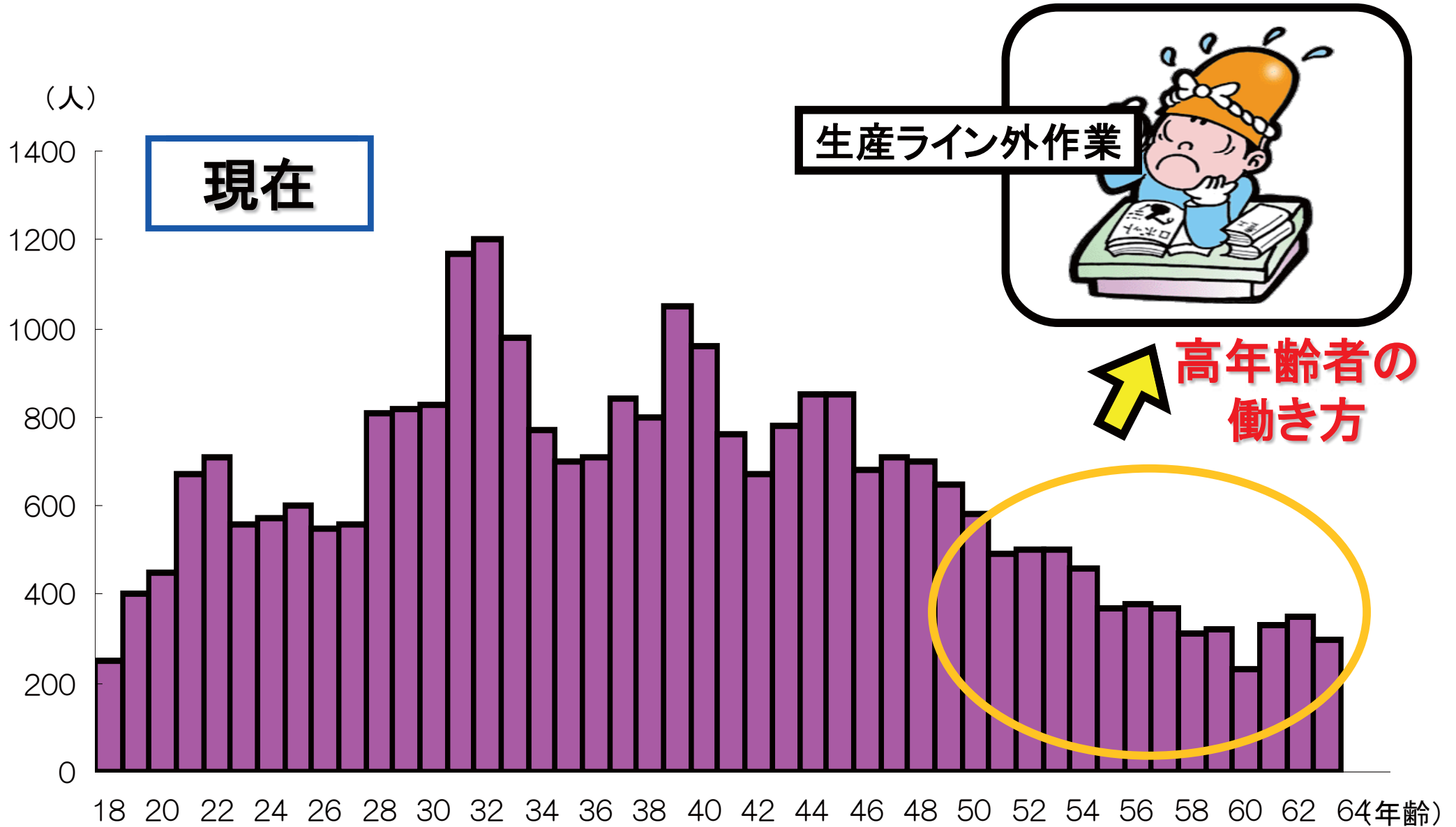
# 本日の内容

- 1) 背景と経緯
- 2) いきいき健康プログラムとは
- 3) 2015年～ 現在までの取り組み
- 4) いきいき健康プログラム展開の成果
- 5) 各工場との情報共有
- 6) まとめ ー展望と課題ー

# 本日の内容

- 1) 背景と経緯
- 2) いきいき健康プログラムとは
- 3) 2015年～ 現在までの取り組み
- 4) いきいき健康プログラム展開の成果
- 5) 各工場との情報共有
- 6) 展望と課題

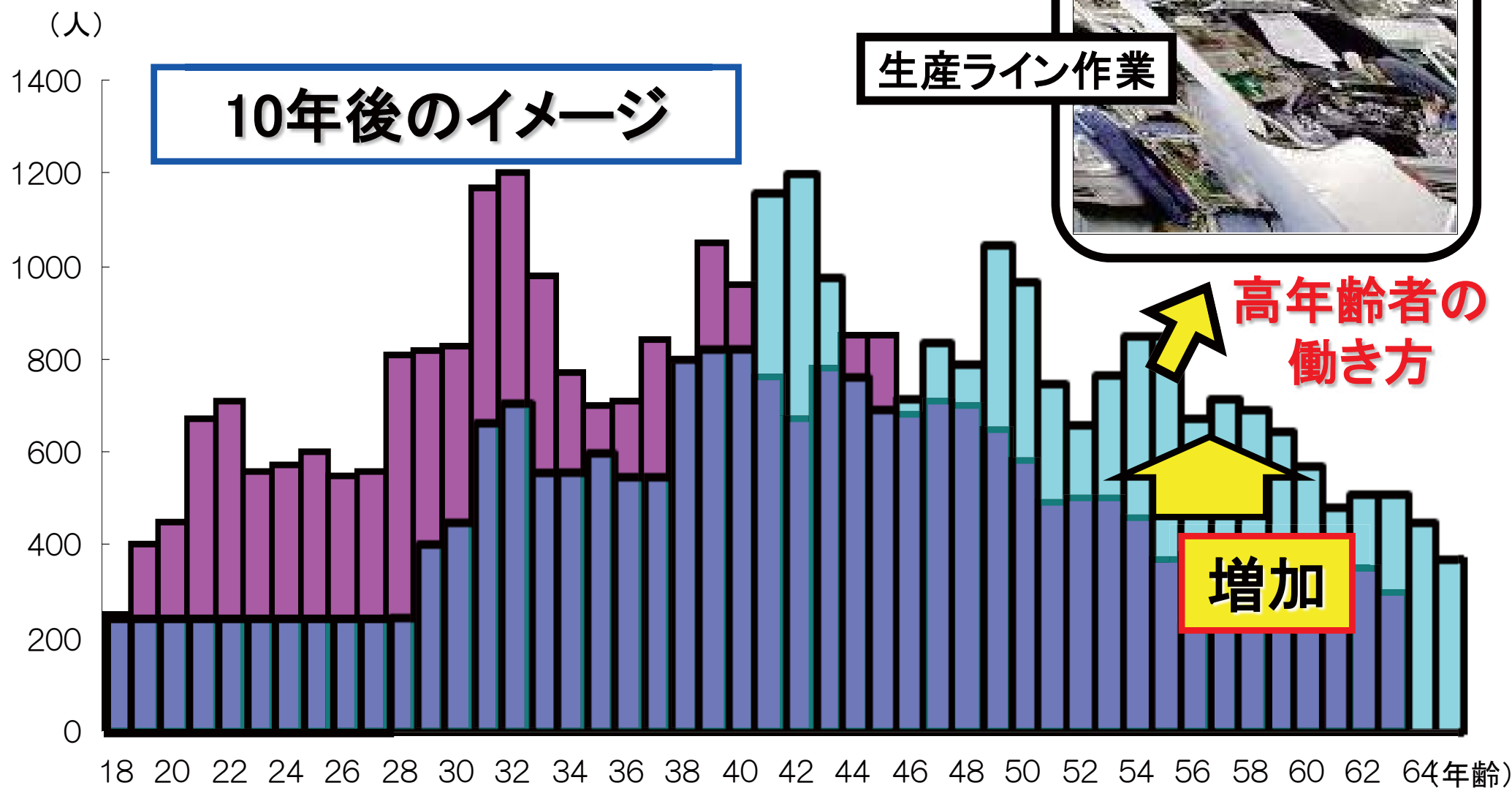
# ★社内 高年齢化の進展(製造部門)



★加齢に伴い生産ライン外作業に変更

# ★社内 高年齢化の進展(製造部門)

1) 背景と経緯



★高年齢でも生産ライン作業を継続する必要あり  
体力づくりは重要な課題

# ★当社の高年齢化への対応

いきいき委員会#2(2012年10月～2016年7月)

## 全体の取り組み

- ハーフ勤務活用に向けた検討
- 内製新規業務の検討
- 生産性評価制度の見直し検討等
- 工程評価法の開発の検討
- 体力づくりの検討

人事部

生産管理部

安全健康推進部

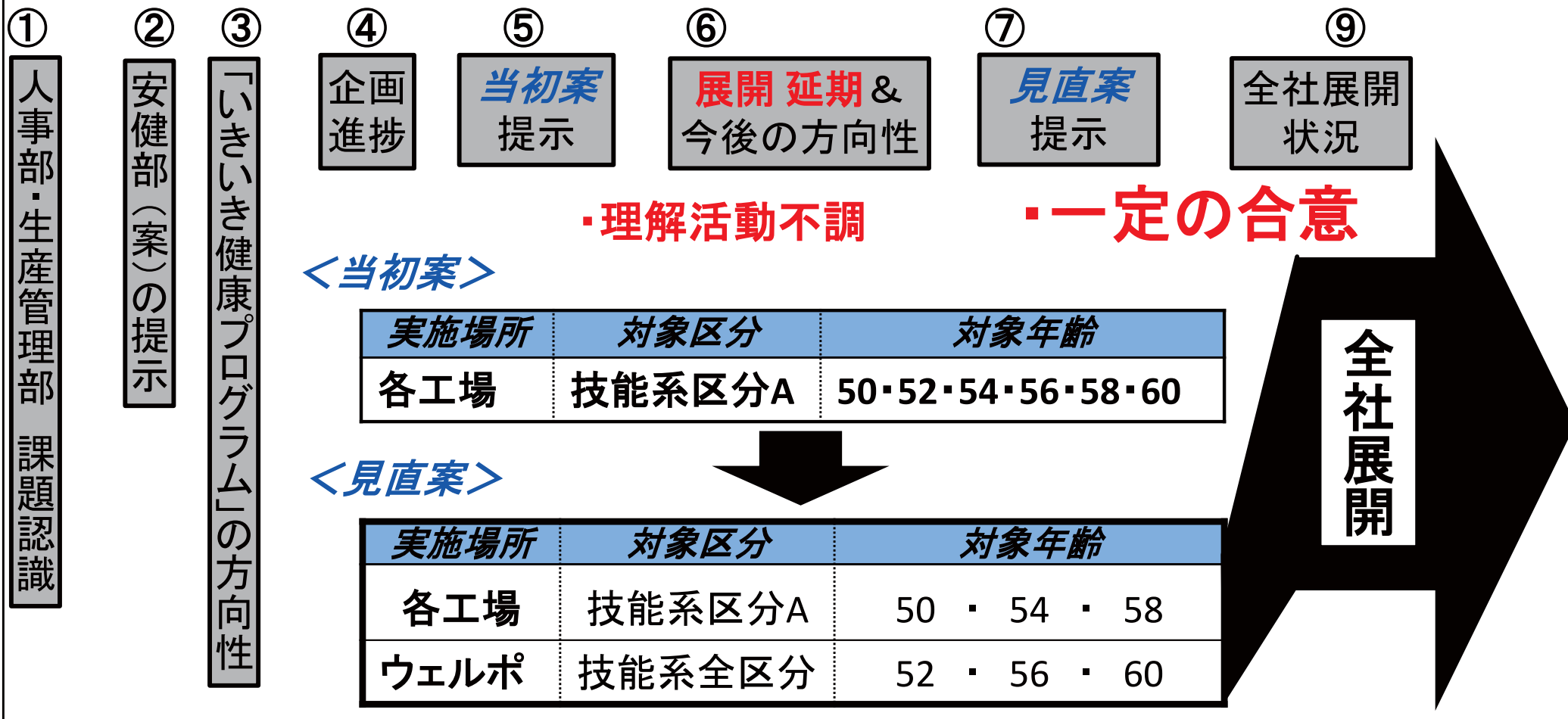
いきいき健康プログラムへ

★高年齢者がいきいきと働ける為の体力づくり

# ★いきいき委員会 で議論

○数字はいきいき委員会の回数 1) 背景と経緯

2012年度				2013年度												2014年度												2015年度									
10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ベンチマーク&企画立案期				工場トライ期						理解活動期			ウェルポトライ期 工場再トライ期						理解活動期			調整期			全社展開期												



★工場とのコミュニケーションを密に全社展開へ



# ★各工場と健康支援センター ウェルポで実施

生産拠点の**11工場**で実施

健康支援センター **ウェルポ**で実施

## 50・54・58歳時

## 52・56・60歳時

### ◆生産拠点（各工場）



就業時間内 and/or 就業時間外に  
いきいき健康プログラムをON！  
運用は各工場でのやり易い方法で

### ◆節目健診 施設（全社安健機能）

36・40・44・48・52・56・60歳時の  
健康診断（AM:健診 PM:健康学習会）



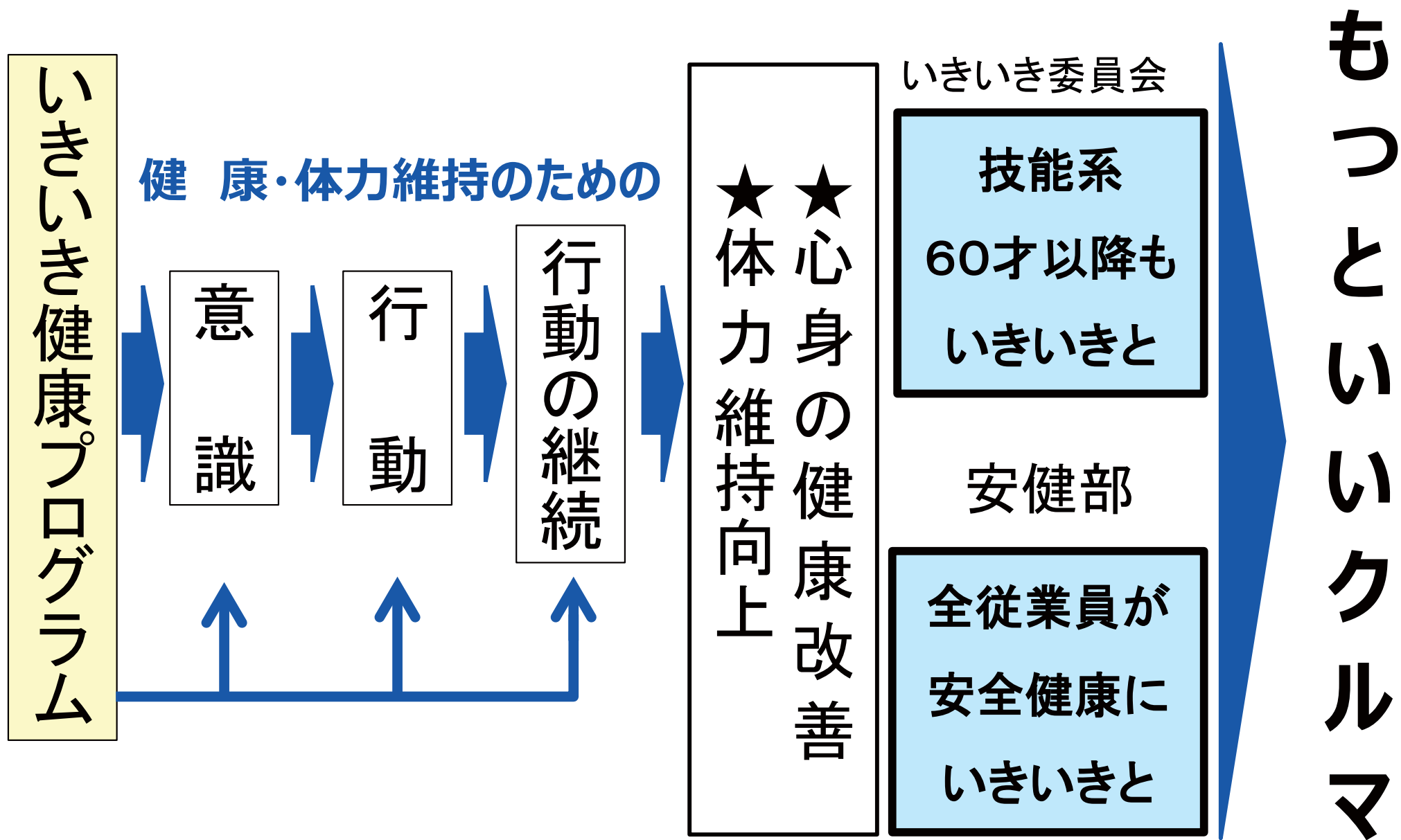
2015年（初年度）は上記年齢のうち  
**52・56・60歳**の技能系にいきいき健康  
プログラムをON！

# ★各工場と全社機能（ウェルポ）が力を合わせて実施

# 本日の内容

- 1) 背景と経緯
- 2) いきいき健康プログラムとは
- 3) 2015年～ 現在までの取り組み
- 4) いきいき健康プログラム展開の成果
- 5) 各工場との情報共有
- 6) まとめ ー展望と課題ー

# ★いきいき健康プログラムの意義



★「健康」「体力」への意識、行動への働きかけが重要

# ★いきいき健康プログラムの概要

2) いきいき健康プログラムとは

対象年齢	工場（技能系のみ）					50		54		58	
	節目健診時（全職種）	36	40	44	48		52		56		60

**体力みえる化  
（体力測定）**

身体・体力への  
気づき

原則：就業時間内

9種目

**運動指導会**

身体のメンテナンス・  
体力維持の方法

実施時間帯は事業場判断

1回 30分～60分

**自助努力支援**

日々の運動習慣  
を支援

就業時間外

活動量をフィードバック

★気づき ・ 学び ・ 習慣 を促す

# ★いきいき健康プログラムの詳細①

2) いきいき健康プログラムとは

体力みえる化（体力測定）					
柔軟性					
上腕チエック		肩チエック		座位体前屈	
筋力			バランス		
握力		足把持力		2ステップ	
筋持久力		敏捷性		器用さ	
反復立上り		座位ステップバック		ミネソタ	

## <目的>

身体・体力への気づき

## <所要時間>

15分/1人 ・ 25分/6人

※実施は原則就業時間内

## <主な特徴>

1. 柔軟性を重視
2. 足把持力



★9種目を選定 柔軟性、足把持力が特徴

### 体力みえる化 (体力測定)後に結果をフィードバック

**いきいき体力みえる化 測定結果**

個人ID: 00000000041      部署コード: ABC01

氏名: 松本 夏鈴

**【測定日】**  
 今回: 2016/03/13    3回前: 2016/03/06    6回前: 2016/03/03  
 前回: 2016/03/12    4回前: 2016/03/05    7回前: 2016/02/29  
 2回前: 2016/03/11    5回前: 2016/03/04    8回前: 2016/02/11

**【種目別評価】**

測定種目	測定値	評価	記録の推移
柔軟性 ト腕子エク		2	
		2	
柔軟性 肩子エク		2	
		2	
柔軟性 座位体前屈	42	2	
バランス 2ステップテスト	1.8	2	
		2	
敏捷性 座位ステップ	39	2	

**筋力**

握力	46.9	2	
足把持力	26.6	2	

**筋持久力**

反復立上り	33	2	
-------	----	---	--

**器用さ**

ミネソタ	40	2	
------	----	---	--

**【種目別評価】**

**【トータルスコア】**  
18 / 27点

**【総合評価】**  
2

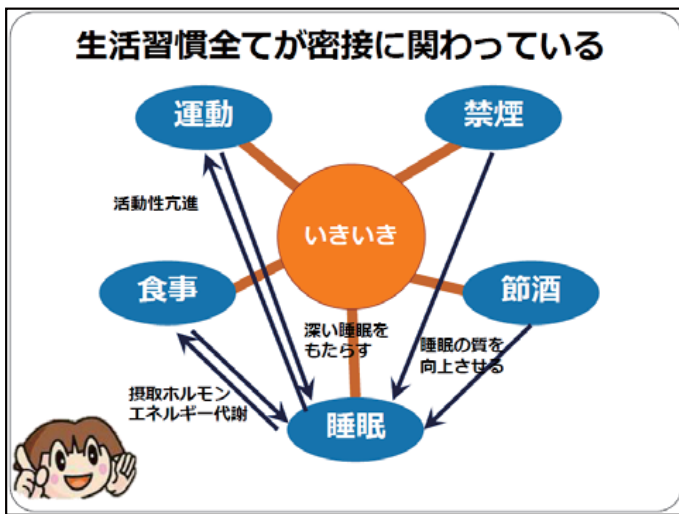
☆評価点の考え方  
1 2 3  
 下位 中位 上位  
 同年代での評価です。  
 ☆年代別の評価基準は裏面へ

★各種目 & 総合体力の3段階評価 気づきへ

# ★いきいき健康プログラムの詳細③

2) いきいき健康プログラムとは

## 運動指導会



### <目的>

身体のメンテナンス・体力維持の方法を実技を交え伝達

### <所要時間>

30分～60分

1回/数人～30人まで

※実施時間帯は工場判断

### <指導>

安健部 運動トレーナー

### <特徴>

柔軟性の向上を重視




★加齢による腰痛・首肩こりに効果的なストレッチの方法等を伝達  
不定愁訴改善から自らの身体への気づき→ 体力維持への気づき

# 本日の内容

- 1) 背景と経緯
- 2) いきいき健康プログラムとは
- 3) 2015年～ 現在までの取り組み
- 4) いきいき健康プログラム展開の成果
- 5) 各工場との情報共有
- 6) まとめ ー展望と課題ー



# ★いきいき健康プログラム2015（初年度）

対 象 者	
各工場で実施	節目健診(ウエルポ)時に実施
<p>技能系 区分A等※</p> <p>50歳・54歳・58歳</p>	 <p>技能系 全区分</p> <p>52歳・56歳・60歳</p>
<p>※工場判断により区分A以外も 実施の工場もあり</p>	
556人	2,006人

★各工場と安健部(ウエルポ)で実施

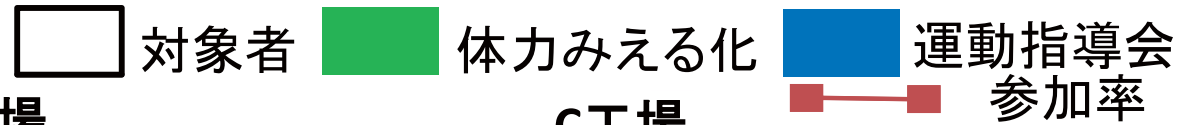
# ★いきいき健康プログラム2015 実績（開催率）

		対象 人数	 体力みえる化			 運動指導会			
			予定回数	実績回数	開催率	予定回数	実績回数	開催率	
工場	イベント型	A工場	90人	6	6	100%	12	12	100%
		B工場	24人	5	5	100%	12	12	100%
		C工場	38人	4	4	100%	9	9	100%
		D工場	50人	5	5	100%	7	4	(57%)
		E工場	9人	3	3	100%	12	12	100%
		F工場	23人	5	5	100%	9	9	100%
	健診型	G工場	35人	25日	25日	100%	12	12	100%
		H工場	32人	18日	18日	100%	12	9	(75%)
		I工場	255人	144日	144日	100%	21	21	100%
		J工場	—	測定場所の開設（2015年10/18～） 時間外の自主活動として実施			2016年より実施		
	K工場	—	2016年より実施						
ウェルポ		2006人	153日	153日	100%	459	459	100%	

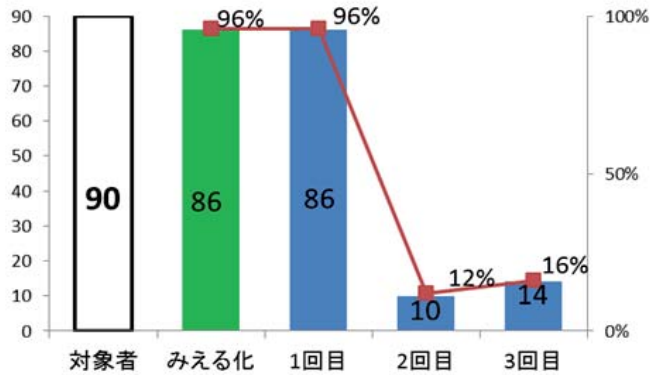
★9工場 開催計画(場の提供)に対しほぼ100%実施

# 工場別実績(参加率)

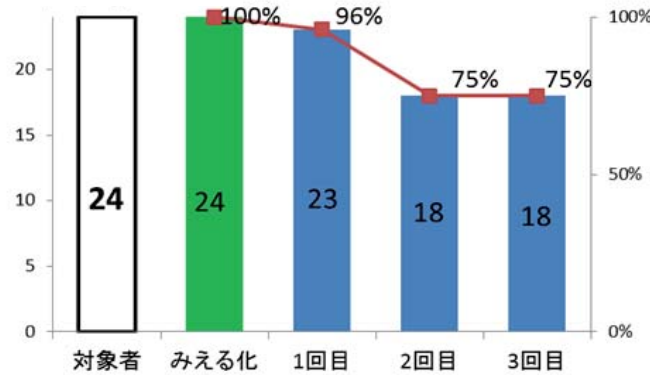
3) 2015年～ 現在までの取り組み



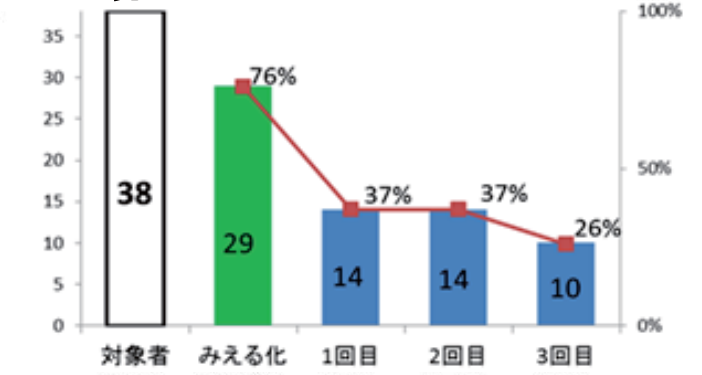
A工場



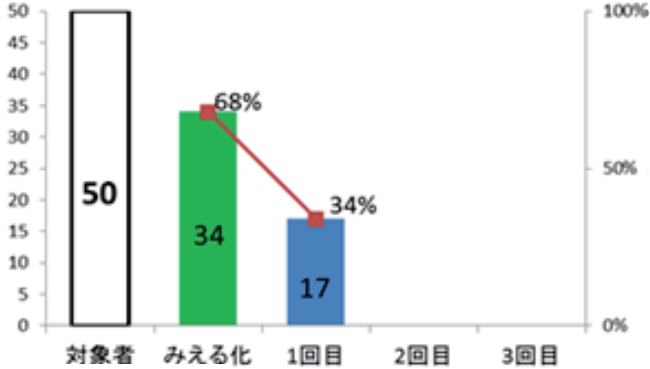
B工場



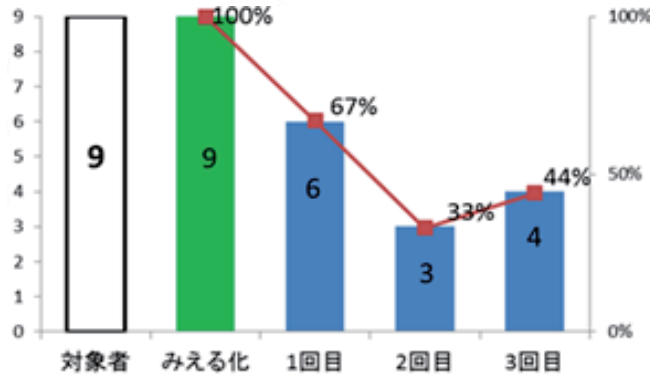
C工場



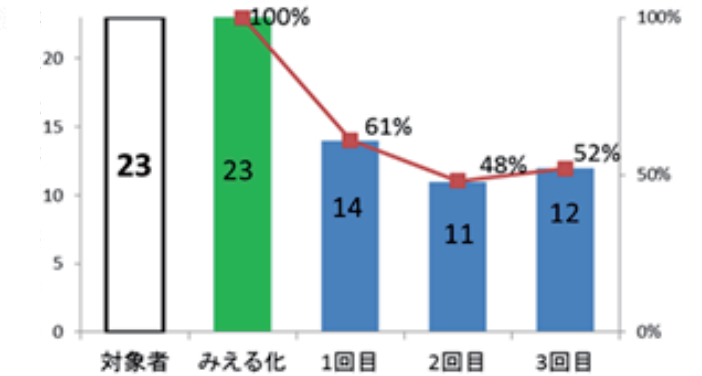
D工場



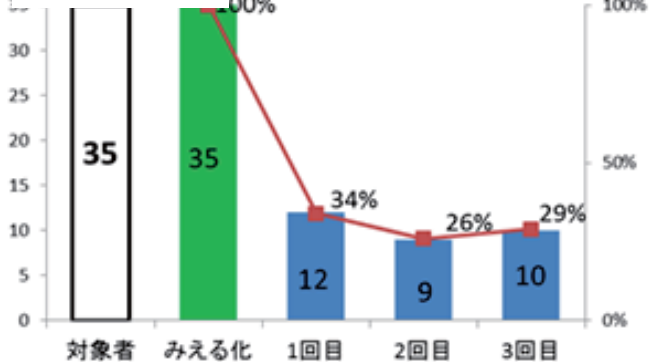
E工場



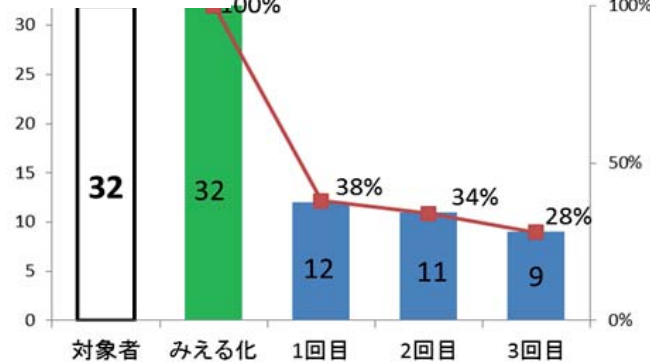
F工場



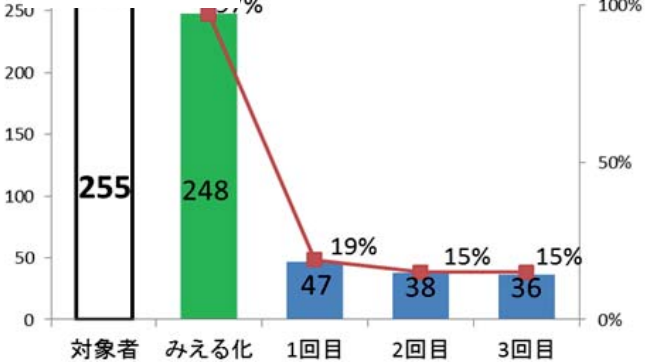
G工場



H工場



I工場



★対象者の参加率: 時間外の運動指導会は低調(30%)

# ★いきいき健康プログラム2016 (2年目)

## プログラムの対象者

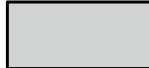
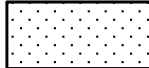
	2015
工場	技能系 区分A等 50・54・58才
	556人
ウェルポ	技能系 全区分 52・56・60才
	2006人



	2016
工場	技能系 区分A等 50・54・58才
	587人
ウェルポ	技能系 全区分 <u>36・40・44・48</u> ・52・56・60才 ↑ 対象範囲の拡大(2016.4～) + 事技系
	9,675人

★ウェルポにて若年からの「意識づけ」として対象者拡大

# ★いきいき健康プログラム2016 工場別実績（開催率）

 時間内
  時間外

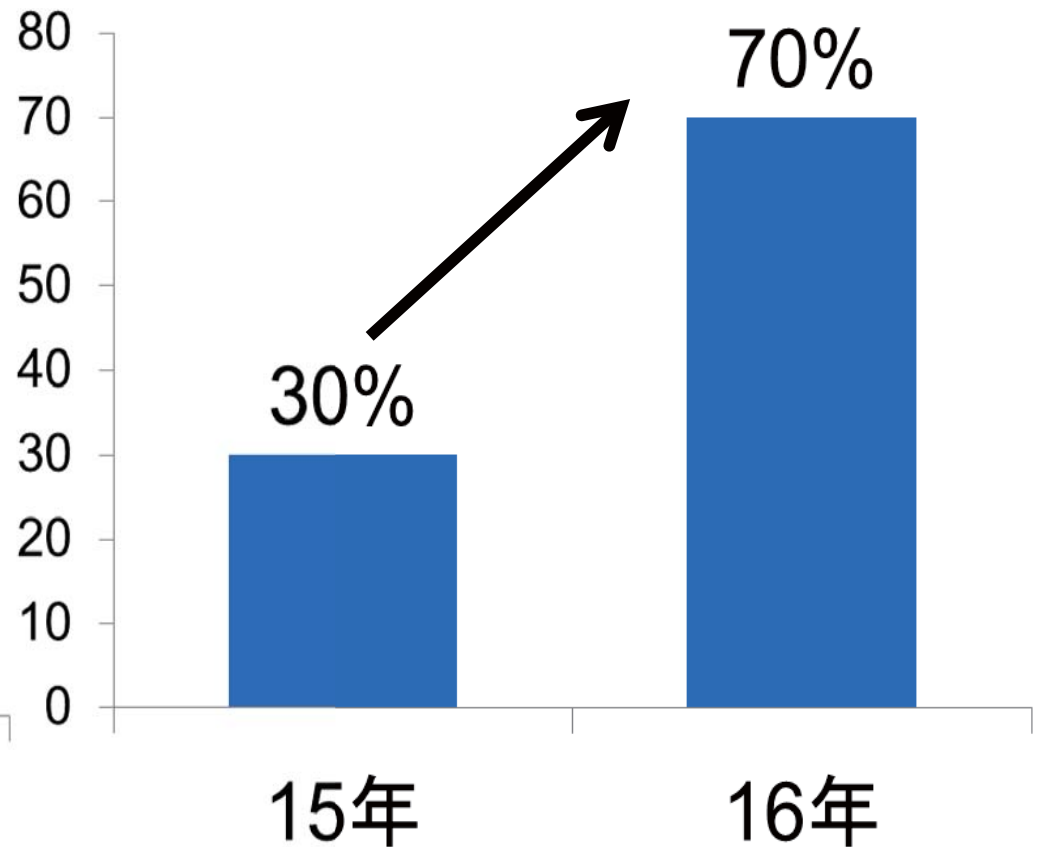
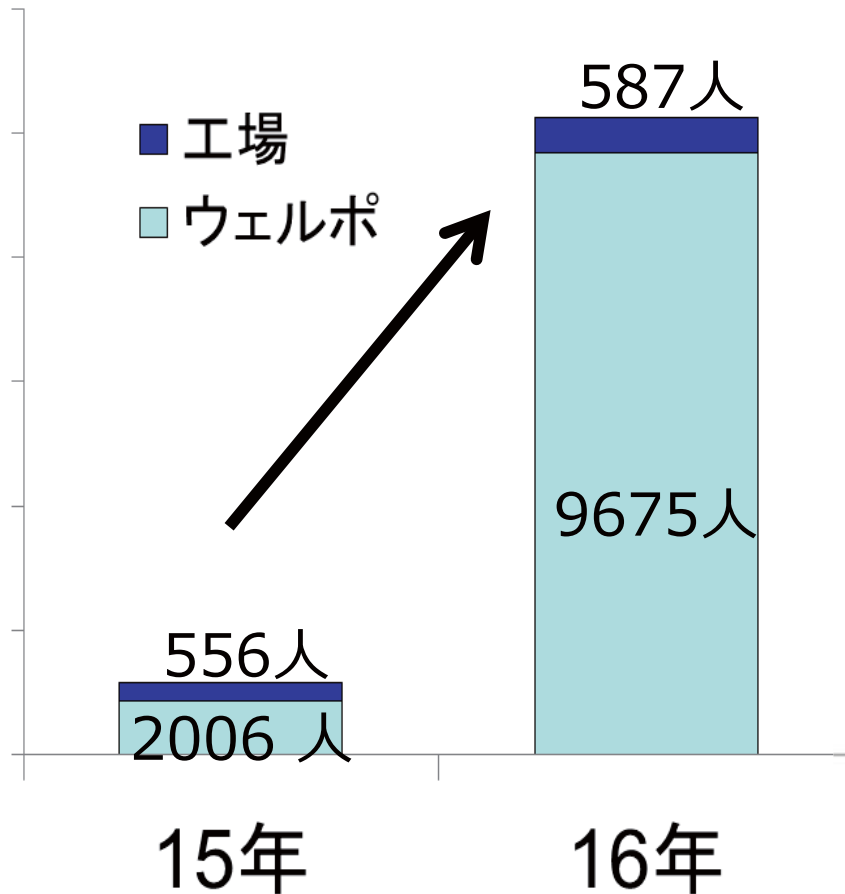
		対象 人数	 体力みえる化			 運動指導会			
			予定回数	実績回数	開催率	予定回数	実績回数	開催率	
工場	イベント型	A工場	90人	6	6	100%	6	6	100%
		B工場	56人	5	5	100%	5	5	100%
		C工場	94人	生産ライン高負荷のため未実施					
		D工場	24人	4	4	100%	4	4	100%
		E工場	36人	4	4	100%	6	6	100%
		F工場	316人	12	12	100%	12	12	100%
		G工場	19人	3	3	100%	5	5	100%
	健診型	H工場	88人	44	44	100%	6	6	100%
		I工場	51人	25	25	100%	9	9	100%
		J工場	20人	10	10	100%	4	4	100%
	K工場		体力測定室 解放			4	4	100%	
ウェルポ		9675人	220	220	100%	220	220	100%	

★11工場と安健部で計画を握り、実施

# ★いきいき健康プログラム 2015→2016

◆体力みえる化 実施者

◆運動指導会 参加率(工場)



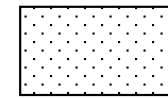
★ウェルポの全受診者に拡大  
若年からの動機付け

★一部の工場にて  
時間内の実施により向上

## ★2018年 プログラムの年間計画



時間内



時間外

	工場	対象年齢	区分	人数	みえる化	指導会	(備考)
イベント型	A	50・54・58	全	<b>105</b>	6	6	人事Gマターの いきいきセミナー に織り込み
	B	50・54・58	全	<b>38</b>	3	3	
	C	50	全	<b>30</b>	6	6	
	D	50	全	<b>90</b>	3	3	
	E	50	全	<b>123</b>	6	6	
	F	50・54・58	A	<b>76</b>	5	5	
	G	50・54・58	A/B/C	<b>364</b>	24	24	
	H	50・54・58	A/B	<b>38</b>	5	5	
	I	50・54・58	A	<b>30</b>	4	4	
健診型	C	54・58	A/B	<b>110</b>	110	8	50才は上記
	K	50・54・58	A/B	<b>49</b>	49	12	
	L	50・54・58	A/B	<b>136</b>	136	6	
	E	51～59 ※CX級以下全員	全	<b>836</b>			50才は上記
ウエルポ	36・40・44・48・ 52・56・60	受診者 全員	<b>18,000</b>	稼働日数	稼働日数		

★多くの工場が主体的に内容をアレンジ

# 本日の内容

- 1) 背景と経緯
- 2) いきいき健康プログラムとは
- 3) 2015年～ 現在までの取り組み
- 4) **いきいき健康プログラム展開の成果**
- 5) 各工場との情報共有
- 6) まとめ ー展望と課題ー



## ★いきいき健康プログラム展開の成果

0. 高年齢化に対する環境整備として

1. 「9種目の体力」と いきいき※ との関連を確認

※「いきいき」に関わる疲労感、いきがいやりがい、業務への適性感、生活習慣病、労働損失(休務・就業制限)



★ 9種目の体力を維持、向上することの「意義」を社内データにて確認

2. いきいき健康プログラム前後で行動変容

3. いきいき健康プログラム前後で体力向上

4. いきいき健康プログラム前後で不定愁訴の改善

# ★高年齢化に対する会社側の環境整備として

★2018年 プログラムの年間計画

■ 時間内 □ 時間外

	工場	対象年齢	区分	人数	みえる化	指導会	(備考)
イベント型	A	50・54・58	全	<b>105</b>	6	6	人事Gマターの いきいきセミナー に織り込み
	B	50・54・58	全	<b>38</b>	3	3	
	C	50	全	<b>30</b>	6	6	
	D	50	全	<b>90</b>	3	3	
	E	50	全	<b>123</b>	6	6	
	F	50・54・58	A	<b>76</b>	5	5	
	G	50・54・58	A/B/C	<b>364</b>	24	24	
	H	50・54・58	A/B	<b>38</b>	5	5	
	I	50・54・58	A	<b>30</b>	4	4	
健診型	C	54・58	A/B	<b>110</b>	110	8	50才は上記
	K	50・54・58	A/B	<b>49</b>	49	12	
	L	50・54・58	A/B	<b>136</b>	136	6	
	E	51～59 ※CX級以下全員	全	<b>836</b>	各部 対応	車体部 2 組立部 2 品管部 2 部製部 2 塗装部 2 成形部 2	50才は上記
ウェルポ	36・40・44・48・ 52・56・60	受診者 全員	<b>18,000</b>	稼働日数	稼働日数		

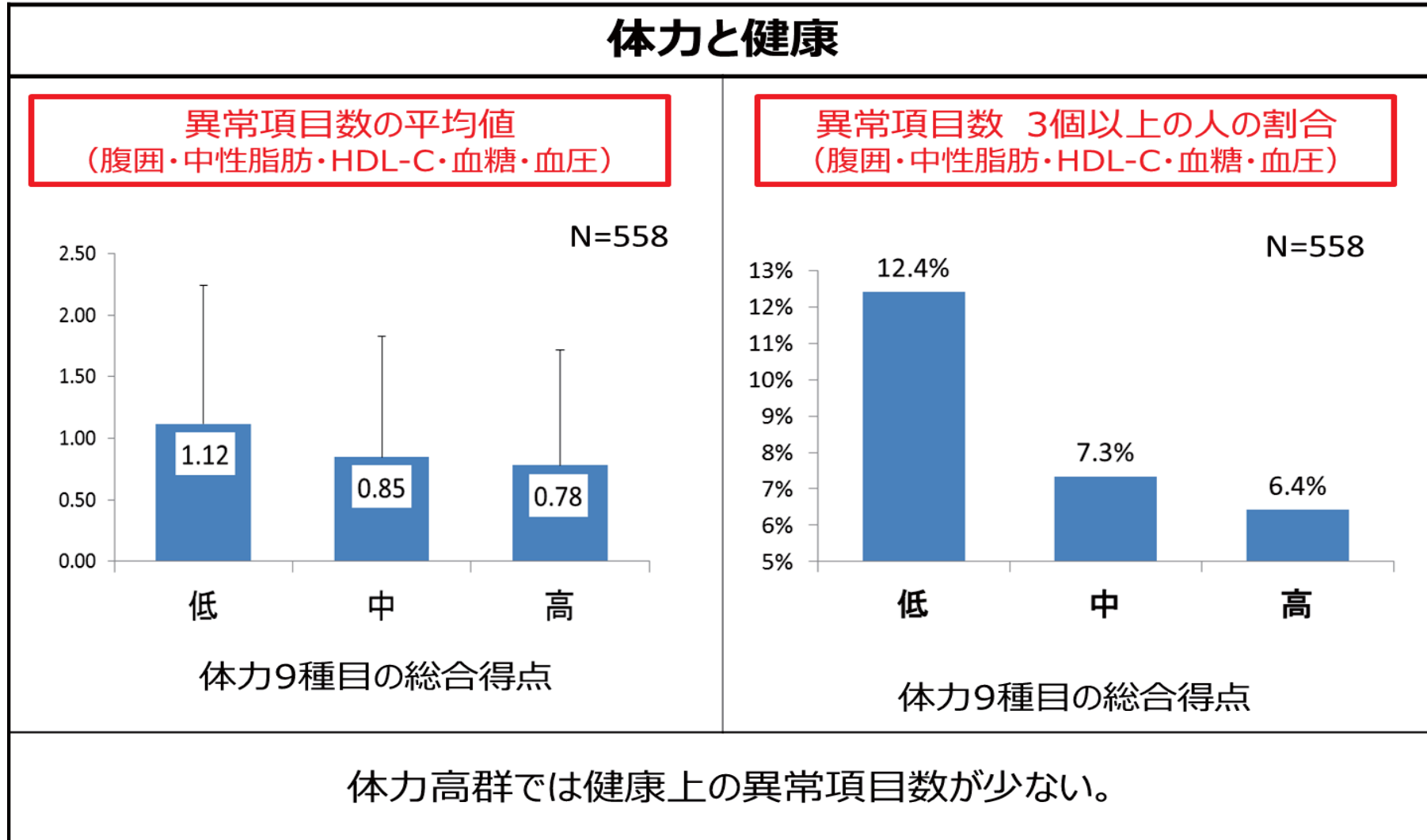
労組との協議事項： 高年齢化対策としての会社の構え

# ★9種目の体力と「いきいき」との関連を確認①

体力と疲労感	体力と生きがいやりがい																
<p data-bbox="257 480 1077 592">週に3日以上、強い肉体・精神的疲労を感じる人の割合</p> <p data-bbox="929 624 1055 655">N=993</p> <table border="1"> <caption>体力9種目の総合得点による疲労感の割合</caption> <thead> <tr> <th>体力9種目の総合得点</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>低</td> <td>11.0%</td> </tr> <tr> <td>中</td> <td>10.7%</td> </tr> <tr> <td>高</td> <td>6.5%</td> </tr> </tbody> </table>	体力9種目の総合得点	割合	低	11.0%	中	10.7%	高	6.5%	<p data-bbox="1131 480 1951 592">現在の業務に生きがいやりがいを感じている人の割合</p> <p data-bbox="1803 624 1928 655">N=993</p> <table border="1"> <caption>体力9種目の総合得点による生きがいやりがいの割合</caption> <thead> <tr> <th>体力9種目の総合得点</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>低</td> <td>41.9%</td> </tr> <tr> <td>中</td> <td>53.7%</td> </tr> <tr> <td>高</td> <td>57.2%</td> </tr> </tbody> </table>	体力9種目の総合得点	割合	低	41.9%	中	53.7%	高	57.2%
体力9種目の総合得点	割合																
低	11.0%																
中	10.7%																
高	6.5%																
体力9種目の総合得点	割合																
低	41.9%																
中	53.7%																
高	57.2%																
<p data-bbox="257 1294 1077 1406">体力高群では強い肉体・精神的疲労を感じる人の割合が低い。</p>	<p data-bbox="1131 1294 1951 1406">体力高群では現在の業務に生きがいやりがいを感じている人の割合が高い。</p>																

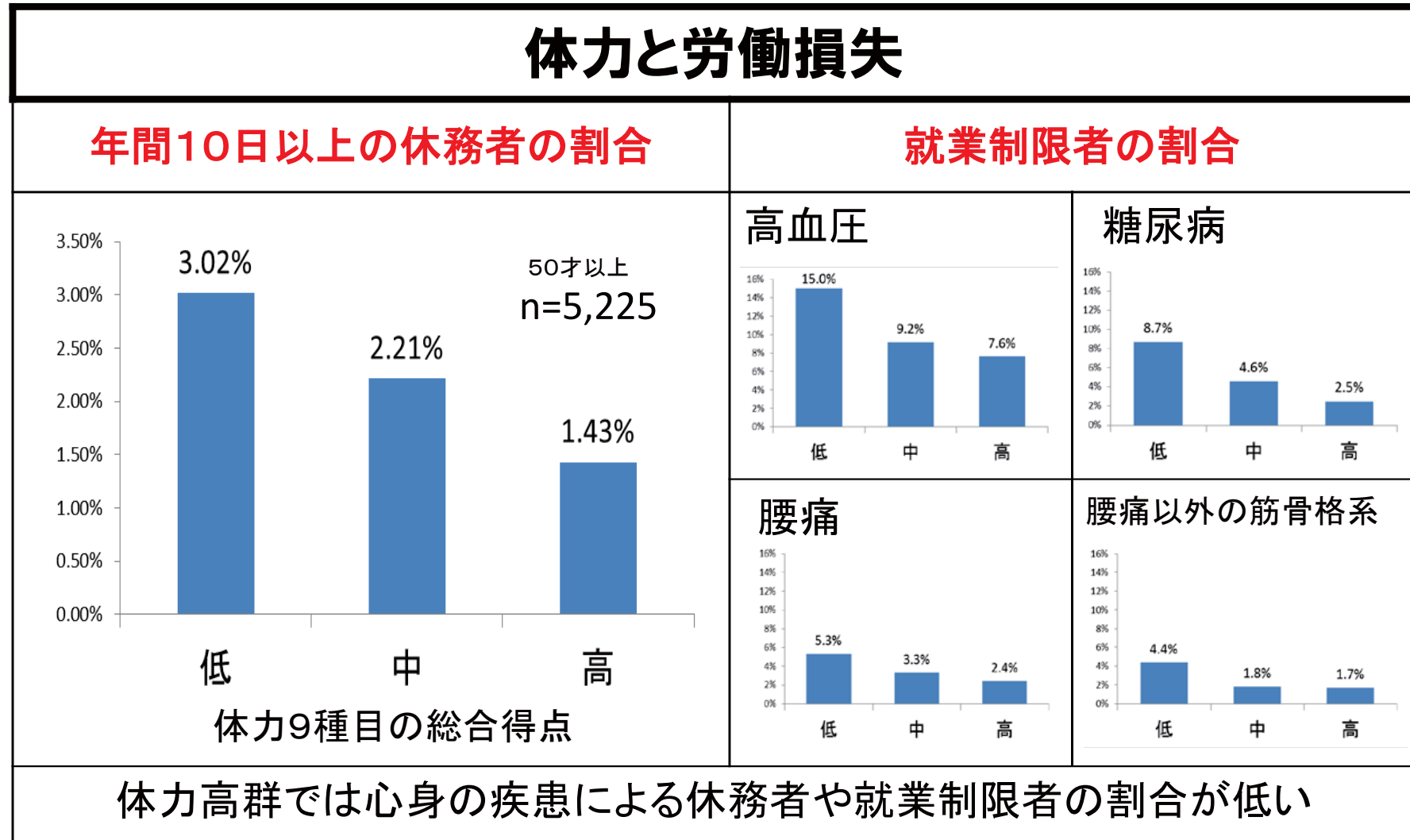
**9種目体力のいきいき上の意義**

# ★9種目の体力と「いきいき」との関連を確認②



## 9種目体力のいきいき上の意義

# ★9種目の体力と「いきいき」との関連を確認③

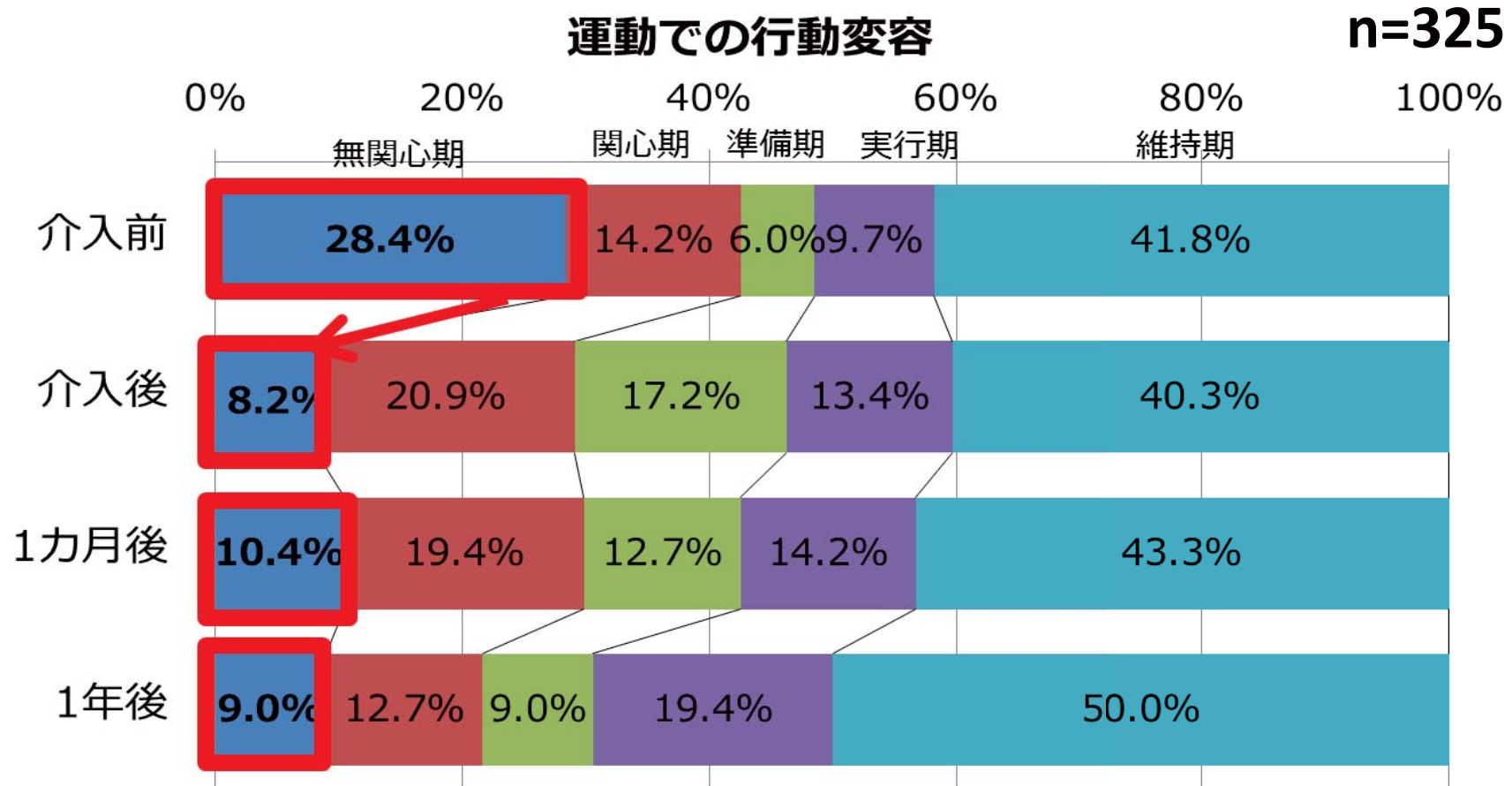


体力高群では心身の疾患による休業者や就業制限者の割合が低い

## 9種目体力のいきいき上の意義

# ★いきいき健康プログラム前後で行動変容①

Q.日頃から体力や健康維持・向上のために、意識的に運動を取り組んでいますか？



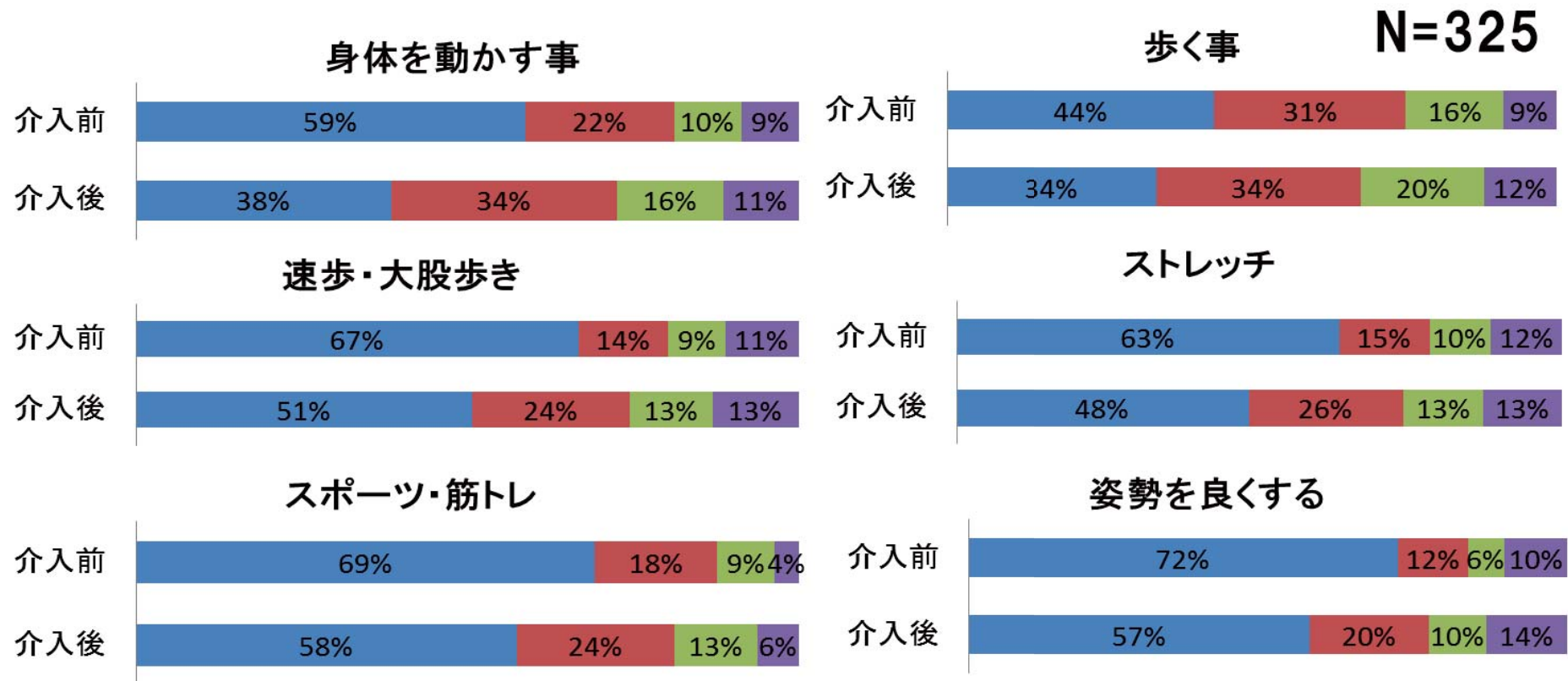
**無関心期の3分の2が関心期へ移行・1年後も維持**

**運動への意識・関心に対して効果あり**

## ★いきいき健康プログラム前後で行動変容②

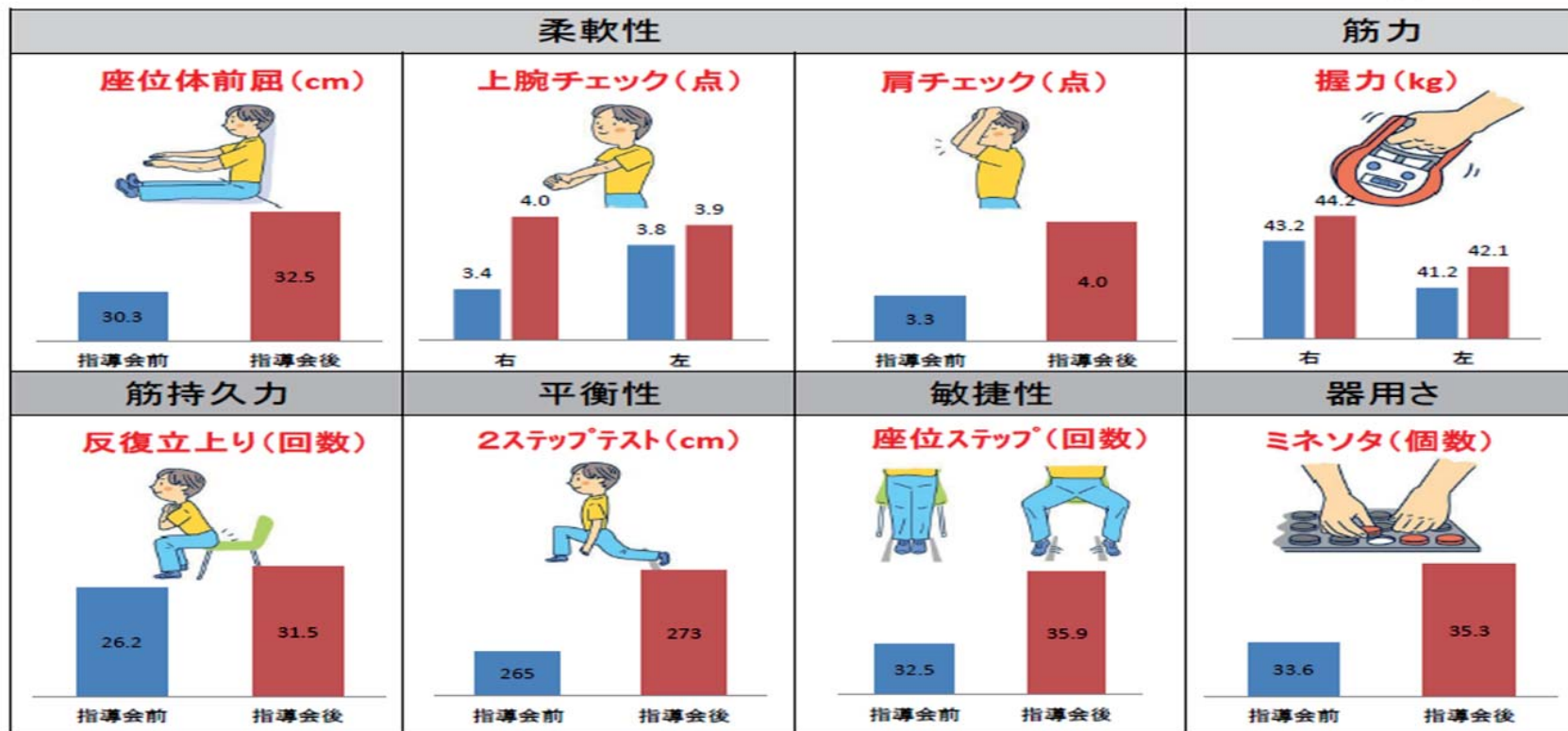
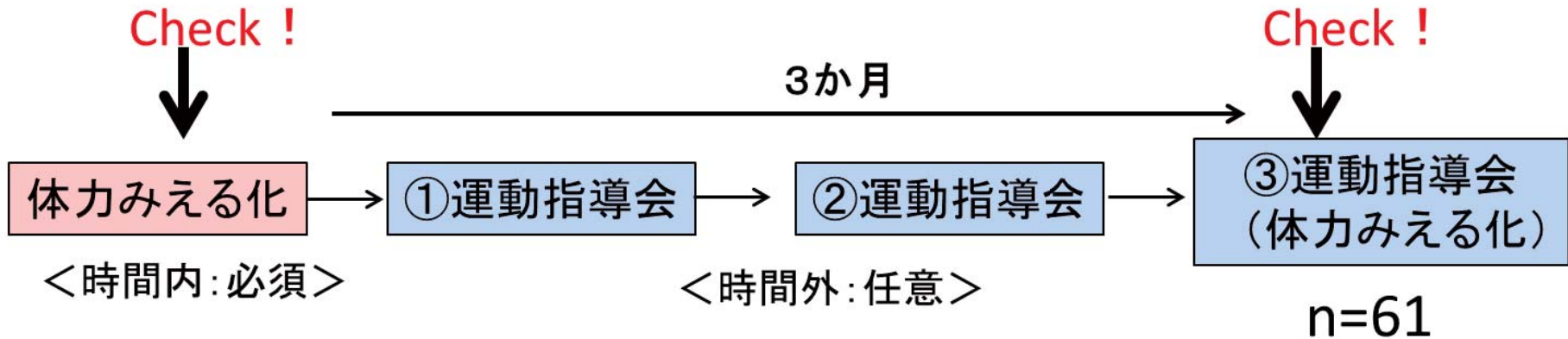
Q. [運動] 何をどのくらい意識的に取り組んでいますか？

■ 取り組んでいない ■ 1・2日/週 ■ 3・4日/週 ■ 毎日



どの項目も「取り組んでいない」と回答した群が減少

# ★いきいき健康プログラム前後で体力向上

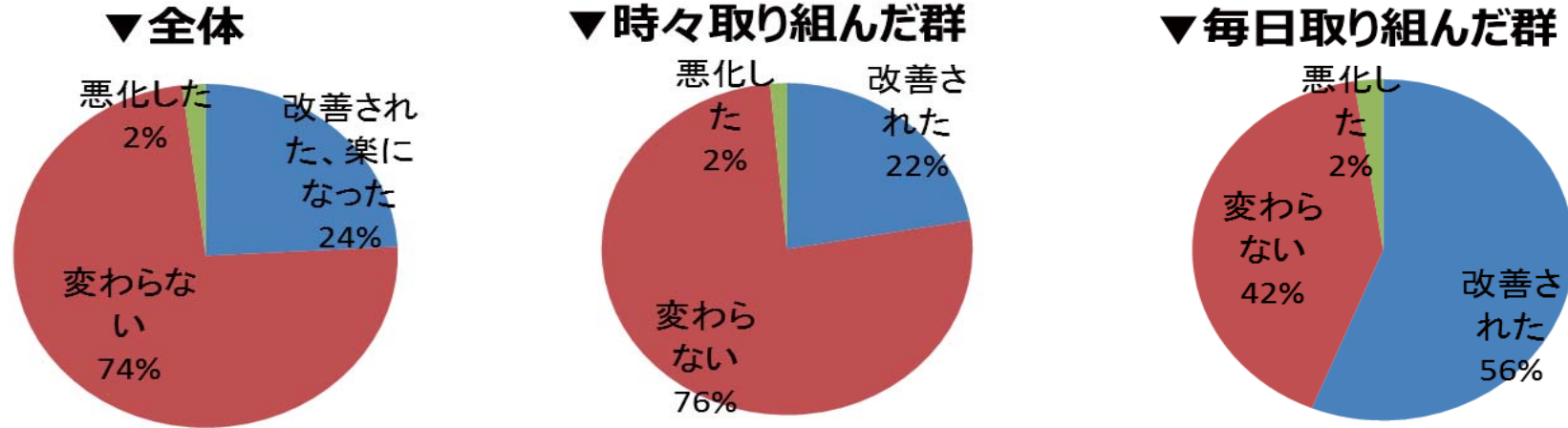


★運動指導会の参加者では体力向上の効果確認

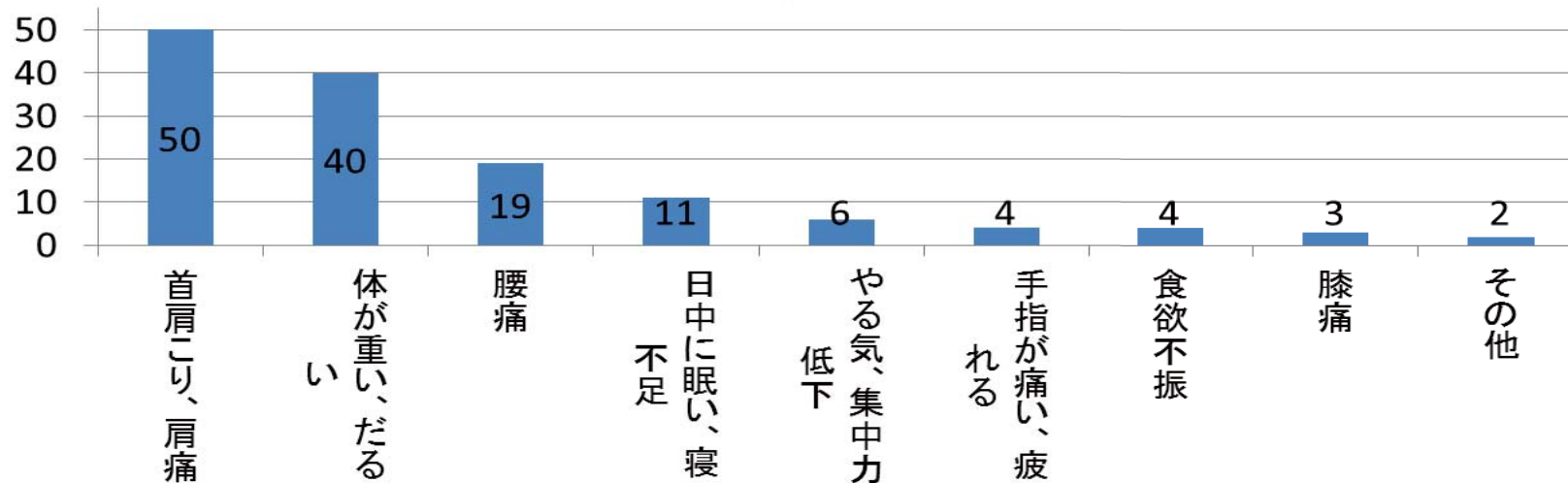


# ★いきいき健康プログラム前後で不定愁訴の改善

いきいき健康プログラム以降、ご自身の身体の疲労感に変化はありましたか？



「改善された、楽になった」症状を選択してください。



**毎日取り組んだ群の半数以上が、症状が改善**

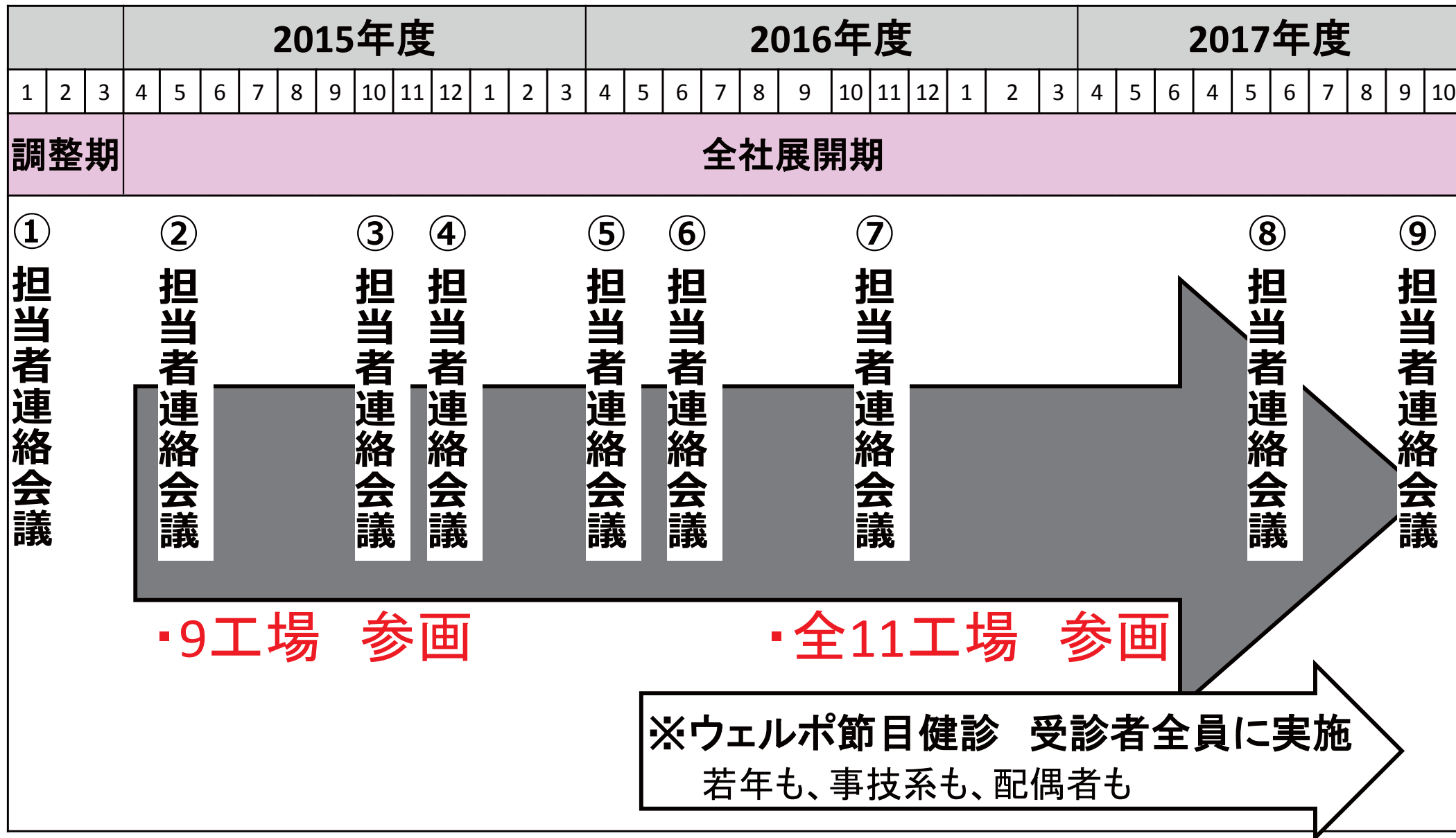
# 本日の内容

- 1) 背景と経緯
- 2) いきいき健康プログラムとは
- 3) 2015年～ 現在までの取り組み
- 4) いきいき健康プログラム展開の成果
- 5) 各工場との情報共有
- 6) 展望と課題

# ★各工場の取組やエビデンスを共有

5) 各工場との情報共有

○数字は担当者連絡会議の回数



## ★各工場の人事担当G,安衛担当Gの担当者と情報共有



安全文化構築!

## 第8回 いきいき健康プログラム 担当者連絡会議

2017.5.26(金) 15:30-16:30  
健康支援センター ウェルポ  
第1・2会議室

安全健康推進部



### 本日の流れ

	までの取組みと成果 ー河合副社長へのご説明資料ー	12分
2	上記の補足	3分
3	いきいき健康プログラム2016の振り返り	13分
4	体力測定データの蓄積で判ってきたこと	10分
5	いきいき健康プログラム2017の計画共有	7分
6	生産管理部・人事部との情報共有	5分
7	今後の展望	3分
8	お願いしたいこと	2分



# 本日の内容

- 1) 背景と経緯
- 2) いきいき健康プログラムとは
- 3) 2015年～ 現在までの取り組み
- 4) 体力測定データから判ってきたこと
- 5) 各事業所との情報共有
- 6) まとめ —展望と課題—

# ★まとめ

1. 「いきいき委員会」(人事部・生産管理部)にて高年齢者の体力維持向上を目的とした「いきいき健康プログラム」を提案
2. 生産拠点である各工場と、全社安全健康機能(ウェルポ)が力をあわせて2015年4月より全社展開
3. 「体力みえる化(原則 時間内)」、「運動指導会」、「自助努力支援」の3本柱で構成されたプログラムについて、各工場で趣向をこらして(人事機能・安健機能のコラボ等)実施
4. 体力(9種目の総合)と「いきいきと働く」に関わる「健康」「疲労」「労働損失」には一定の関連性
5. 各工場の担当者(人事・安健)と3回/1年程度の頻度で情報共有

# ★展望

安健部が一定の標準化されたプログラムによって工場の活動を継続的にサポート、各工場の状況のとりまとめ→共有→横展支援「良さ・嬉しさ(エビデンス)」の確認、提供。



工場の自主的・主体的活動を活性化、  
65才までいきいきと働ける健康体力づくりの文化醸成



個々人の健康体力づくりへの意識・行動に変容

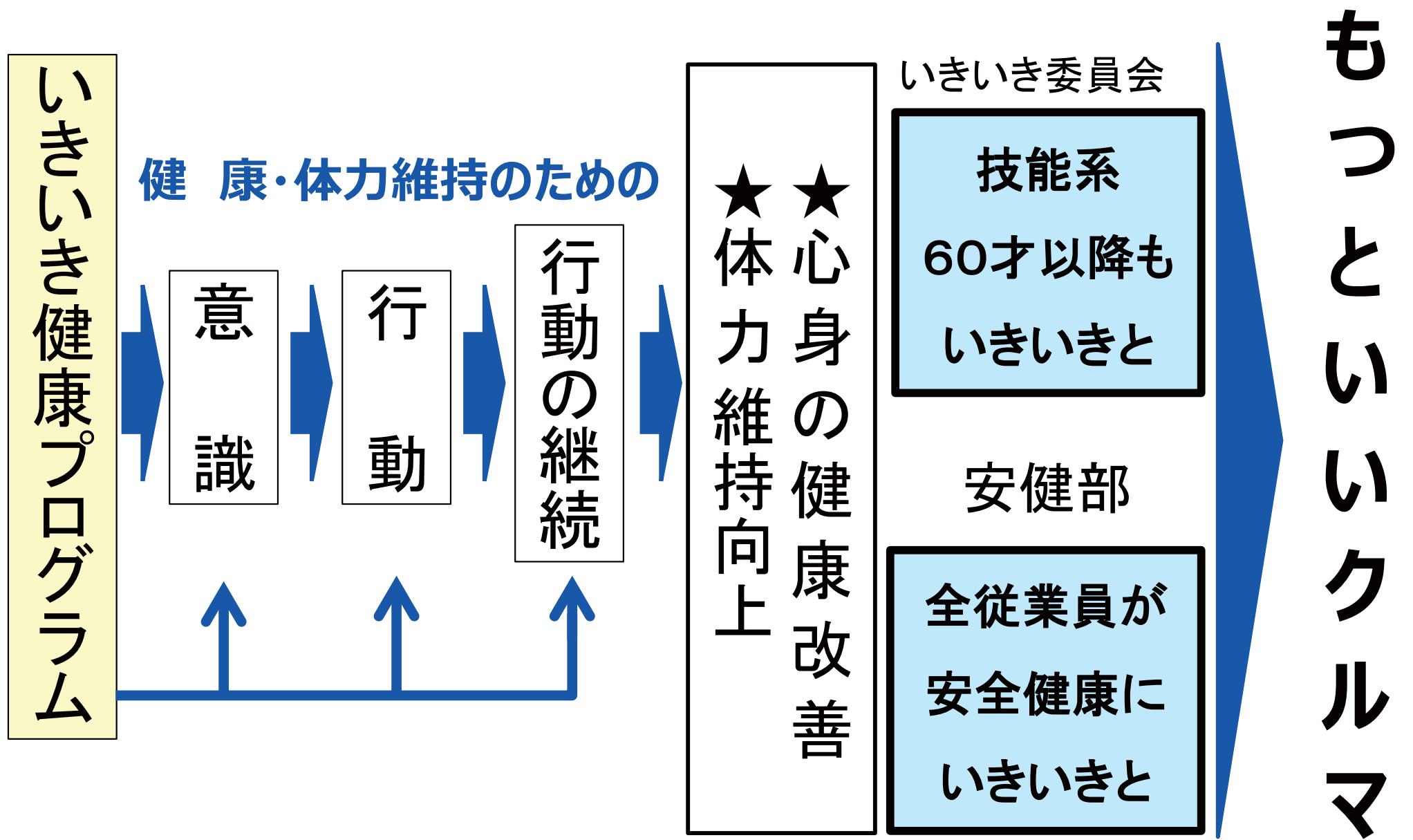


従業員全員が65才までいきいきと働ける健康体力

# ★課題

- 「文化醸成↑」・「個々人の健康体力↑」・「いきいき↑」についての指標を明確に適切な効果評価とそれに基づく改善
- 高年齢者に優しい工程づくり活動 とのマッチング  
→ 生産管理部 ・ 人事部 ・ 工場とのコラボ必須

# ★いきいき健康プログラムの展望



★従業員全員が心身ともに健康→もっとういiculマづくり



ご清聴 ありがとうございます



**START YOUR IMPOSSIBLE**