

紹介  
します

# 健康 イキ 職場



本田技研工業(株)埼玉製作所  
健康管理センター 看護師

曾我 貴子 SOGA Takako

本田技研工業(株)埼玉製作所の健康管理センターでは、従業員の健康への関心を高めるため、喫煙や飲酒などの健康に関する教材を作成し、健康診断実施時に、これを用いて従業員に健康情報の提供をしています。

(中災防健康確保推進部)

## “2分でわかる健康情報” 定期健康診断での情報提供

本田技研工業(株)埼玉製作所は、従業員約6,700人、平均年齢42.4歳、男性が9割以上を占める自動車製造工場です。健康管理センターでは、従業員の家族や関連会社を含めて約8,800人の健康診断を行っています。

近年、従業員の平均年齢が上がり、有所見率も上昇傾向にあることから、生活習慣病およびその予備群に対して、健康指導、禁煙支援、壁新聞などによる情報提供を行ったり、健診結果票に健康情報を同封するなどの活動を行ってきました。

しかし、受け取った健診結果を未開封のままにしている従業員が見受けられたことから、従業員一人ひとりが健康に対して高い関心を持てるような支援が重要であると考え、新たな取り組みを行いました。



### 健康への関心度を把握

まずは健康への関心度を測ることが必要であると考えました。そこで、2006年の10月に実施した健康診断の受診者のうち35歳以上

の人を対象にアンケート調査を行いました。

その結果、「健診結果を見て自分の健康状態がわかった」と答えた従業員は94.5%と高かったものの、生活習慣病予備群を対象に「要経過観察項目を認識しているか」を確認したところ、認識していたのは39%にとどまることが分かりました。

この調査により、健診結果について関心を持っていない、または理解していない人が多いことが分かり、健康への関心および理解を



定期健康診断時に健康情報を提供。

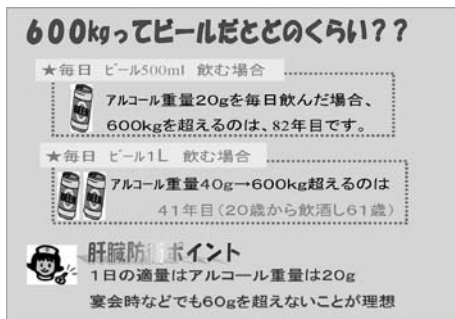
深めるきっかけが必要と考え、従業員と直接面談できる「定期健康診断実施時の健康情報の提供」を行うことになりました（写真：前頁）。



### 取組みにあたっての要件設定

定期健診は就業時間内に行われるため、現状では所要時間はひとり約40分という制約があります。「早く職場に戻らなければいけない」という従業員の声もあり、従来の所要時間を極力延長せずに行う方法をとる必要がありました。そこで、限られた時間の中で実施することを踏まえ、以下の要件を設定しました。

- ① 所要時間への影響を最小限にする
- ② 受診者の要望や必要性に応じて情報を提供する
- ③ 情報の質や量を均一にする



教材の例。上は健康習慣、下は飲酒に関するもの。

- ④ プライバシーが守られるようにする
- ⑤ 費用を最少限にとどめる



### 取組み内容

現状把握、取組み要件の設定を踏まえ、具体的な情報提供の場所、内容、方法について以下のことを検討し、実施しました。

#### (1) 情報提供の場所

「スタッフを増やさない」「健診の流れを妨げない」「プライバシーの遵守」という条件から従来の健診の流れを見直し、比較的待ち時間の多い診察前の時間（平均待ち時間約2分）を有効利用することにしました。

#### (2) 情報提供の内容

健康への関心や理解度には個人差があり、また当事業場の特性として男性の多さ、平均年齢の上昇、喫煙率の高さ、肥満、飲酒機会が多さがあげられます。

A	タバコ	あなたのニコチン依存度チェック ～ニコチン離脱からの脱出～
B	お酒	生のお酒を楽しく飲む！ あなたの飲み方どのタイプ？
C	生活習慣	健診ついでに体力チェック
D	腰痛・肩こり	肩こり・腰痛 改善提案☆
E	ダイエット	メタボ おなか スッキリ ダイエット!
F	動脈硬化改善	★動脈硬化予防！ ★今日からできる! コレステロールの達人!
G	ストレス	★ストレス解消のヒント

7種類のテーマのなかから希望するものを選ぶ。

このような状況と「健康日本 21」の掲げる目標を踏まえながら、提供する情報のテーマは①喫煙、②摂取カロリー、③飲酒、④健康習慣の4種類とし、この中から希望する情報を選択してもらうことにしました。

また、何も選択しない受診者に対しては、健診結果の見方の説明をすることにしました。これは、前述の関心度アンケート調査で、健診結果を正しく理解できていない人が多かったことを受けての取組みです。

### (3)情報提供の方法

資料や教材は、費用を最少限に抑えるため手作りで行うこととしました（写真：前頁左下）。情報の質や量、時間に関しては一定に調整できるよう紙芝居方式とし、この情報提供を「2分でわかる健康情報」と名づけました。



### 情報提供の効果の把握

取組み実施後、健診受診者 444 人に対して「2分でわかる健康情報」の効果調査を行いました。

#### (1)実施状況

4 テーマのいずれかを選択した従業員は 73 % にのぼり、選択されたテーマは「①喫煙」22 %、「④健康習慣」18 %、「②摂取カロリー」17 %、「③飲酒」16 % の順となりました。

選択しなかった受診者に対して理由を確認したところ、「興味のあるコースがなかった」「時間をかけたくなかった」「知っている内容だった」という意見がありました。一方で、「今後も続けてほしい」「選ぶ項目を増やしてほしい」という声も聞かれ、この情報提供をきっかけに、情報提供に対する潜在的なニ



健康管理センターのスタッフ

ズがあることが確認できました。

#### (2)実施内容に対する評価

情報提供を受けた受診者に「わかりやすさ」「有益性」について調査したところ、「とてもわかりやすかった」58 %、「わかりやすかった」40 %とおおむね好評であり、「わかりにくい」は2 %にとどまりました。

さらに有益性に関しても「とても役立った」39 %、「役に立った」57 %、「あまり役に立たなかった」4 %と、多くの受診者から評価してもらえる結果となりました。



### おわりに

この調査結果から、「2分でわかる健康情報」の実施は、健診という限られた時間の制約の中で、健康に関心を持ってもらうための有効な支援となったと考えます。現在は、調査結果であげられた要望を踏まえ、「ストレス」「メタボリックシンドローム対策」「肩こり」を追加した7テーマで展開しています（写真：前頁右下）。

今後も、さらに受診者のニーズや時代の変化に応じて内容の追加や修正を行い、従業員への健康支援活動をさらに充実させていきたいと考えています。