

紹介  
します

# 健康 イキ 職場



旭化成ケミカルズ(株) 水島製造所  
健康管理センター 主査  
労働安全コンサルタント

長谷川 勇 HASEGAWA Isamu

旭化成ケミカルズ(株)水島製造所では、健康に関する講演会や研修会を開催するとともに、メタボの予防・改善に向けた取組みを積極的に展開しています。(中災防健康確保推進部)

## 特定保健指導への対応

### ～旭化成ケミカルズ(株)水島製造所の取組み～

旭化成ケミカルズ(株)水島製造所(岡山県倉敷市)は、瀬戸内海に面した水島臨海工業地帯の南東に立地しています。1965年、ポリスチレン樹脂の生産に始まり、その後さまざまな製品・原料の製造プラントを次々に建設し、現在では、ナフサから中間原料・誘導品を一貫生産しており、石油化学事業における中核的な生産基地となっています。

関係会社を含め約1,200人の従業員の健康管理については、専属産業医1人、産業保健スタッフ1人(兼務)(筆者)、看護師3人で構成される健康管理センターが、健康診断、メンタルヘルス対策、衛生講演会の開催、メールマガジンでの「健康コラム」の配信、生活習慣病対策としてのトリム活動、禁煙支援、さらには特定保健指導等を行っています。

今回は健康管理センターの活動のうち、①健康づくり講演会、②メンタルヘルス研修、③特定保健指導への対応を紹介します。

#### 健康づくり講演会

2008年6月に実施した「健康づくり講演

会」では、産業医が特定健康診査や特定保健指導について講演したほか、大塚製薬(株)が「労働環境における水分補給(特に熱中症対策について)」と題する講演を行いました。さらに、(財)淳風会健康管理センターが「メタボにならないカラダづくり」と題して講話と体操指導を行いました。また2009年1月には、日本ヘルスサイエンスセンター代表の石川紘一先生を招き、どうしたら組織と人は元気になるかについて、講演と実習(写真1)を行っていただきました。



写真1 健康づくり講演会

## メンタルヘルス研修会

本年より3年計画で水島製造所の全従業員を対象とするメンタルヘルス研修会を開催することとし、今年度は財団法人から臨床心理士の先生を招き、セルフケアやラインケアの一層の充実を図るための研修を実施していたが、450人が受講しました。

## 特定保健指導

2008年4月から健康保険組合（保険者）に実施が義務づけられた「特定保健指導」については、会社（事業者）が従来から行っている保健指導と内容が重複します。

そこで、効率的に特定保健指導が行われるように、会社は健康保険組合に協力するということを基本的な考え方とし、水島製造所では健康管理センターが窓口となり、2008年度はトライアルとして、特定保健指導が必要と思われる人の中から希望者を募り、積極的支援プログラムを19人を対象に実施しました。

2009年度は、健診結果により階層分けを行い、積極的支援の対象者全員に対して取り組みを展開することとしています。

### ●食事の写真で栄養指導

旭化成グループには、以前から健康管理支援サービスの一つとして「げんき！食卓」という食事指導プログラムがありました。これは、デジタルカメラやカメラ付き携帯電話で撮影した食事の写真を、当社が契約している管理栄養士にEメール送信すると、管理栄養士がその食事内容を分析し、食事の問題点や改善点などのアドバイスを返信するというもので、遠隔地の人でも食事指導を受けることができるサービスです。

この「げんき！食卓」を特定保健指導プログラムに組み込んだ形で「げんき！家族応援団」という新しいサービスを開始し、新会社

「旭化成ライフサポート(株)」が設立され、特定健診後の対応を行っています。

旭化成ライフサポート(株)は、事前説明会からプログラムやツールの提供など、一連の実施を行い、健康管理センターのスタッフは、勤務を考慮した日程調整の実施、健診結果による対象者の最終判断、継続支援（確認メール等）を行っています。プログラムを進める上で双方が情報交換をしながら行うことで適切な指導ができ、対象者にとっても良いサポートになるものと考えています。

「げんき！家族応援団」の標準的な流れですが、初回面談の前に事前説明会を行います。その後、初回面談を実施し、「積極的支援」の場合は、継続的支援を約1カ月ごと、6カ月にわたり実施します（写真2）。

動機づけ支援の場合は、初回面談以降、6カ月後に最終評価を実施します。事前説明会の実施時期については、初回面談の3週間前



写真2 特定保健指導の案内チラシ

ぐらに行い、①特定健診・特定保健指導の制度に関する正しい知識を持ってもらうための説明、②6カ月に及ぶプログラムの説明、③次回サポートである初回面談までにやることと資料の説明を行います。

### ●使い捨てカメラを活用

初回面談は連携する県栄養士会に所属する地元の管理栄養士による面談を実施しています。初回面談では、食習慣と身体活動量の分析を行い、摂取と消費のバランスを分かりやすくした形で面談をすすめています。対象者本人が自ら気づき、生活習慣の改善を図ることが何よりも重要だからです。

「げんき！食卓」ではデジカメで撮影した食事画像をパソコンで送信するか携帯で撮影しそのまま送信するしかなかったのですが、「げんき！家族応援団」では、使い捨てカメラ（レンズ付きフィルム）で撮影し、カメラごと専用の返信封筒に入れて送ってもらう方法もとっています。継続支援においても、Eメールだけでなく、手紙による支援も実施し、実施率、継続率の向上を図っています。

特定保健指導の階層分けの言葉についても、対象者が理解しやすいように、「積極的支援」を「今すぐ改善レベル」に、「動機づけ支援」を「今のうち改善レベル」に、言葉を置き換えて説明しています。6カ月間の指導期間中に飽きることがない内容となっています。

### 特定保健指導の効果

水島製造所では、2008年度のトライアルで、プログラムの流れ、保健スタッフの関与のあり方を理解することができました。2008年度に行った19人（全員が「積極的支援」のプログラム）の結果ですが、16人の体重もしくは腹囲を改善することができました。

また、厚生労働省が示している「標準的な健診・保健指導に関するプログラム」におい

て、「積極的支援」を行う場合に必須とされている支援内容（180ポイント<sup>(注)</sup>）を、18人に実施することができました。

食事については約6割、飲酒については約3割の人が改善できました。2009年度は、8月からプログラムがスタートしています。100人を超える人が特定健診の結果により積極的支援プログラムを行います。

特定保健指導の対象者のなかには、健康管理センターで行っている保健指導にかつて呼ばれたことのない人も多くいます。特定保健指導は、厚生労働省の決めた特定保健指導判定値という、かなり厳しい数値により対象者が抽出されているからです。したがって、今まで自分は健康だと思っていた人も対象者に選ばれる場合もあります。このような人には、今までの考え方ではない「予防」という考え方から伝えていくこと、そして納得してもらうことから始めなくてはなりません。

今年度のプログラム参加者には2008年度からの継続の人も数人見受けられますが、どんな結果になるのか見守り、かつサポートできればと思っています。

また、指導の一部を別会社にアウトソーシングしていることについては、社員に関する情報が少ない部外の方に任せることになりましたが、健康管理センターの保健スタッフがうまく連携をとっていくことで問題なく進めていけると考えています。

さらに、会社と健康保険組合との関係については、それぞれ立場は違っていますが、社員の健康を考えるとという面では、密接に協力し合うことが重要であると考えています。

(注) 180ポイント：厚生労働省が示した「標準的な健診・保健指導に関するプログラム」では、「積極的支援」について、個別支援、電話、Eメールなどの指導方法に対してポイント数が定められ、合計180ポイント以上の支援を実施することが必須とされている。