

## 事例8 トヨタ自動車株式会社

### <ポイント>

- 今後、60歳以上のライン業務従事者の増加が見込まれること等を踏まえて、転倒・腰痛等に特化した高年齢者対策ではなく、65歳までいきいきと働くという大きな理念に基づいて、工場ライン業務に従事できるレベルに体力や健康を維持するために若年時からの体力づくりを実施している。

### 1 企業概要（図表8-1）

トヨタ自動車株式会社は、自動車の製造・販売を行う世界トップクラスの自動車メーカーであり、平成25年の生産台数は約900万台（国内330万台、海外570万台）、販売台数は約910万台（国内150万台、海外760万台）、従業員数は約8万7000人となっている。

### 2 高年齢労働者の安全や健康確保についての基本的な考え方

(1) いきいきと働くためには、「健康」や「体力」が重要な要素であり、「健康」や「体力」への意識、行動への働きかけが重要である。60歳以降の者も含めて、全従業員が安全健康でいきいきと働く職場づくりを行うことにより、「もっといいクルマ」を提供できるようにしたいというのが会社の基本的な考え方である（図表8-2）。

(2) 平成24年時点において、60歳以上のライン業務従事者（技能職（製造・組立等の肉体労働））は326人であったが、高年齢者雇用安定法の改正の動向を踏まえると、10年後には約1,500人に達するとともに、その後、更に増加していくことが見込まれた。

このため、転倒・腰痛等に特化した高年齢者対策ではなく、工場ライン業務に従事できる体力レベルを維持するなど、65歳までいきいきと働くという大きな理念に基づく取組として、平成25年度から「いきいき健康プログラム」を実施している。

### 3 体力維持向上に向けた取組

#### (1) 「いきいき健康プログラム」の概要

「いきいき健康プログラム」は、高齢化による体力の低下を抑え、いきいきと働くための身体づくりを目的として、①体力みえる化（体力測定）、②運動指導会、③自助努力支援から構成され、技能系職場において実施されている（図表8-3）。

#### ① 体力みえる化（体力測定）

いきいきと働くための体力づくりへの気付きを目的として、勤務時間内に、9種類の体力測定を行うものであり、工場では、50歳、54歳、58歳時点に実施することとなっている。また、36歳、40歳、44歳、48歳、52歳、56歳、60歳時には、健康支援センター「ウェルポ」<sup>※1</sup>での節目健診（定期健診＋健康指導会）の受診に併せ

て実施している。

この9種目の体力測定は、柔軟性（上腕チェック、肩チェック、座位体前屈）、筋力（足把握力、握力）、筋持久力（反復立上り）、バランス（2ステップテスト）、敏捷性（座位ステッピング）、器用さ（ミネソタ）であり、体力評価シートが出力され、体力の経年的変化を含めた本人の体力の状況を把握することができるようになって

#### ※1 健康支援センター「ウェルポ」

##### （i）概要

健康保健組合が設立して会社が運営する方式で、会社と健康保険組合との共同事業で実施。平成20年4月より稼働し本年で9年目。日常の仕事から離れ、心身の健康を見つめ直す機会を与えることをねらいに健康支援を行っており「人間ドック」と「学習機能」を併せもつ施設。

##### （ii）対象者

36歳以上の全従業員が4年ごとの節目健診を受診しており、1日あたり約100人、年間約20,000人が受診。

##### （iii）事業内容

家族で健康を考えるために、夫婦での受診を勧奨しており、がんの早期発見・対応、生活習慣病の予防改善が重点ポイント。

「ウェルポ」での1日の流れは、午前中は人間ドック（法定健診・胸部CT検査・腹部超音波検査、頸動脈超音波検査等）、ヘルシーランチをはさんで、午後は学習会（運動、食事、喫煙、睡眠等）、体力みえる化、結果説明会というスケジュールになっている（図表8-4）。

## ② 運動指導会

運動指導会では、体力の維持向上の意義や方法を理解することを目的に、会社の安全健康推進部の運動トレーナーが指導者となって、「体力みえる化（体力測定）」の対象者全員を対象として、首・肩こりの予防・改善のためのストレッチや軽いトレーニング、活動量増加のための生活での工夫についてのアドバイス等を実施している。

運動指導会は、「ウェルポ」では、節目健診時の午後の学習会の中で実施され、工場では、原則、勤務時間外ではある（各工場の判断による）が、年に1回から複数回実施される。

運動指導会では、まずは少しずつ身体の「さび」を落として機能を回復し、無理なく体力を保つ工夫を参加者に伝え、「続けてみよう」と思ってもらえるプログラムの提供に努めている。

### ③ 自助努力支援

日常的な運動の取組による体力の維持向上を目的に、「体力みえる化（体力測定）」の対象者全員を対象として、歩数と中強度の運動時間を記録できる活動量計（端末）を貸与して、活動量計の結果に基づくアドバイスを運動トレーナーから受けて、日常的な運動を継続できるようにしている。

## (2) 「いきいき健康プログラム」のこれまでの経緯と成果

### ① これまでの経緯

ア 平成 24 年 10 月、技能系の高年齢労働者の工場のライン業務の従事促進に向けた仕組みづくりとして、「いきいき健康プログラム」の検討を開始した。

イ 平成 25 年 6 月から 5 工場での試行を開始。

ウ 平成 27 年 4 月から全社展開。平成 27 年は、工場（10 工場）においては 556 人（50 歳、54 歳、58 歳）、「ウエルポ」においては 2,006 人（52 歳、56 歳、60 歳）が参加。

エ 平成 28 年 4 月からは、「ウエルポ」での対象年齢を 52 歳、56 歳、60 歳のみから、36 歳以上の全節目年齢に拡大（36 歳、40 歳、44 歳、48 歳）した。これは、体力低下は高年齢になってから急に生じるものではなく、若年齢からの生活習慣等の影響を受けることから、若年齢者に対象者を拡大したものである。

オ 平成 28 年においては、工場で 1,090 人（1 月～12 月）、「ウエルポ」で 5,880 人（4 月～12 月）の実施を予定している。

### ② これまでの成果（平成 26 年度の実施結果から見た成果）

週に 3 日以上強い肉体的・精神的疲労を感じる人の割合を見ると、低体力群、中体力群ではともに 11%であるのに対して、高体力群では 6.5%であるなど強い肉体的・精神的疲労を感じる者の割合は低い。また、現在の業務に生きがい、やりがいを感じている人の割合を見ると、低体力群では 42%であるのに対して、高体力群では 57%、中体力群では 54%であるなど、高体力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状況にある（図表 8-5）。

また、健康診断の健診項目（腹囲、中性脂肪、HDL-C、血糖、血圧）のうち、異常項目数が 3 個以上の者の割合を見ると、低体力群では 12%であるのに対して、中体力群では 7%、高体力群では 6%であるなど高体力群では健康上の異常項目数が少ない状況にあり、体力は作業制限にかかわる「健康」に関連していることが明らかになっている（図表 8-6）。

このように、生きがいや働きがいを持って業務を行ったり、健康診断における異常項目を減らしたりするのに、体力が重要な意味をもっていることが明らかとなり、会社においては、引き続き、「いきいき健康プログラム」を推進することにより、従業員の体力の維持・向上に努めることが必要であるとしている。

#### 4 今後の取組

今後、工場ライン業務従事者が多数定年退職・再雇用を迎えることを見込むと、定年退職・再雇用者も、ライン業務に従事することが必要であるが、そのための体力づくりは高年齢になってから始めればよいというものではなく、若年齢時からの継続した体力づくりが重要である。

このため、会社においては、全従業員の意識づけを行うことにより、「健康体力づくり」の文化醸成を行って、65歳までいきいきと働ける健康体力づくりの環境整備を行っていくこととしている（図表8-7）。

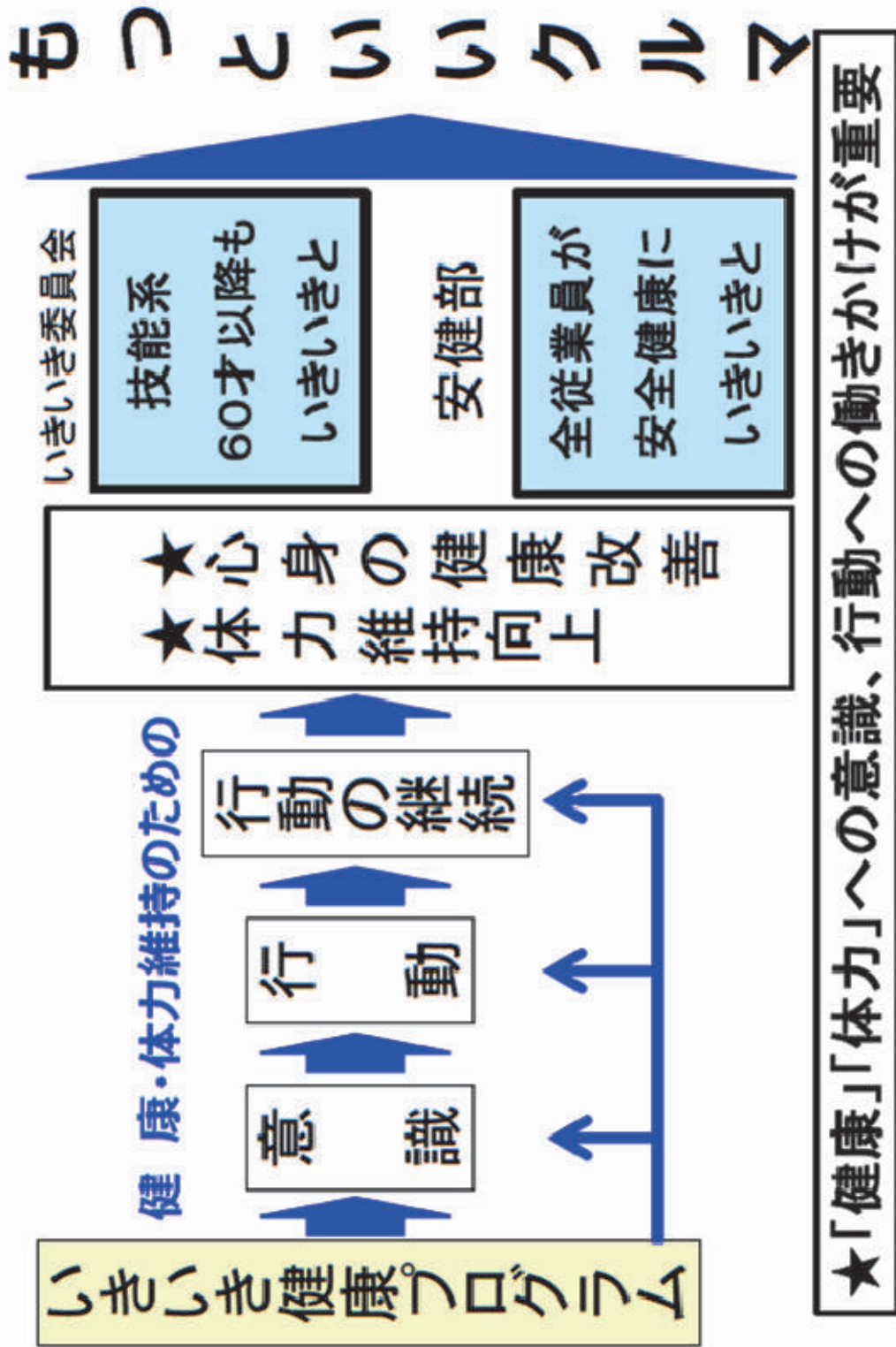
# 企業概要

## 1 企業の概要

(平成28年10月1日現在)

企業名	トヨタ自動車株式会社
本社所在地	愛知県豊田市
業種	製造業
主な業務内容	自動車の生産・販売
従業員数	87,174人
平均年齢	39.2歳
定年年齢	60歳
継続雇用制度の概要	希望者に対して65歳まで再雇用
継続雇用労働者数	約3,000人
最高年齢者	71歳

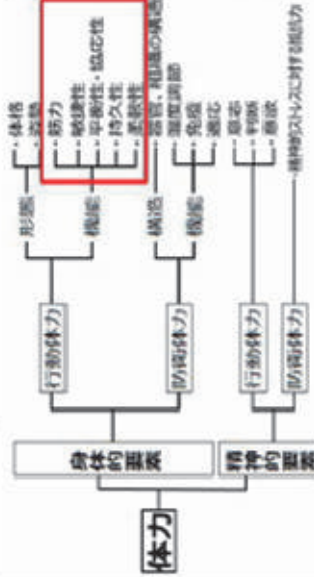
**いきいき健康プログラムの意義**



# いきいき健康プログラムの構成

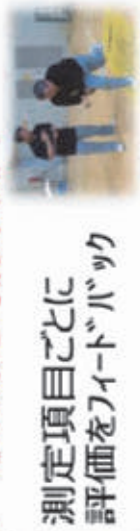
## 体力みえる化（体力測定）

**目的** 自分自身の体力への気づきと、体力維持への意識を促す。



★体力構成要素の一部で測定可能な項目

測定項目	今年目標値	評価
反復立上り	31	34
	31	32
	31	30



測定項目ごとに  
評価をフィードバック

## 運動プログラム

**目的** 体力維持の意義と方法の理解を促す。

### 運動指導会



- 1回30分程度 安健部 運動トレーナー
- ・身体のメンテナンス・姿勢・ストレッチ

### 自助努力支援

**目的** 日常の体力維持に向けた取り組みを支援する。

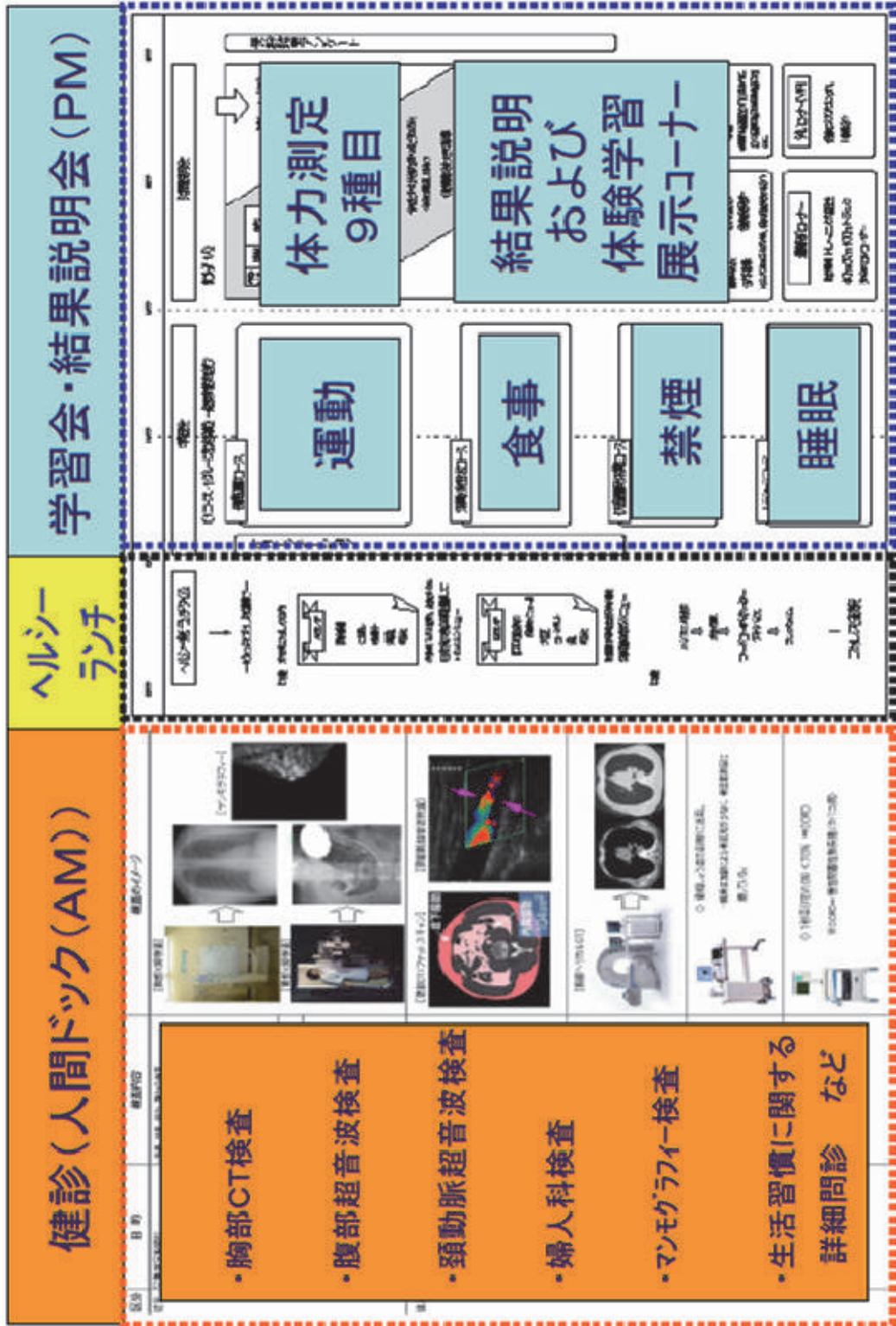


- 活動量（運動）を本人にフィードバック
- 活動量を増やすことへの気づき

★体力みえる化で「気づき」、運動プログラムで「実践」

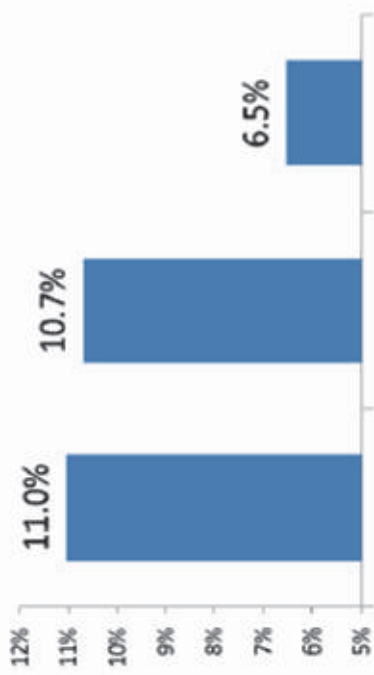
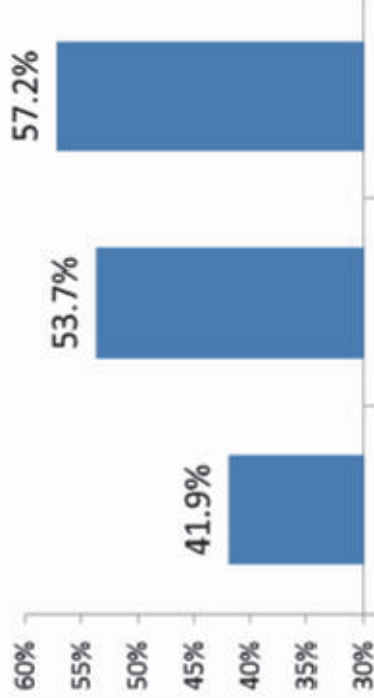
図表 8 - 4

【健康支援センター ウェルポでの1日の流れ(イメージ)】

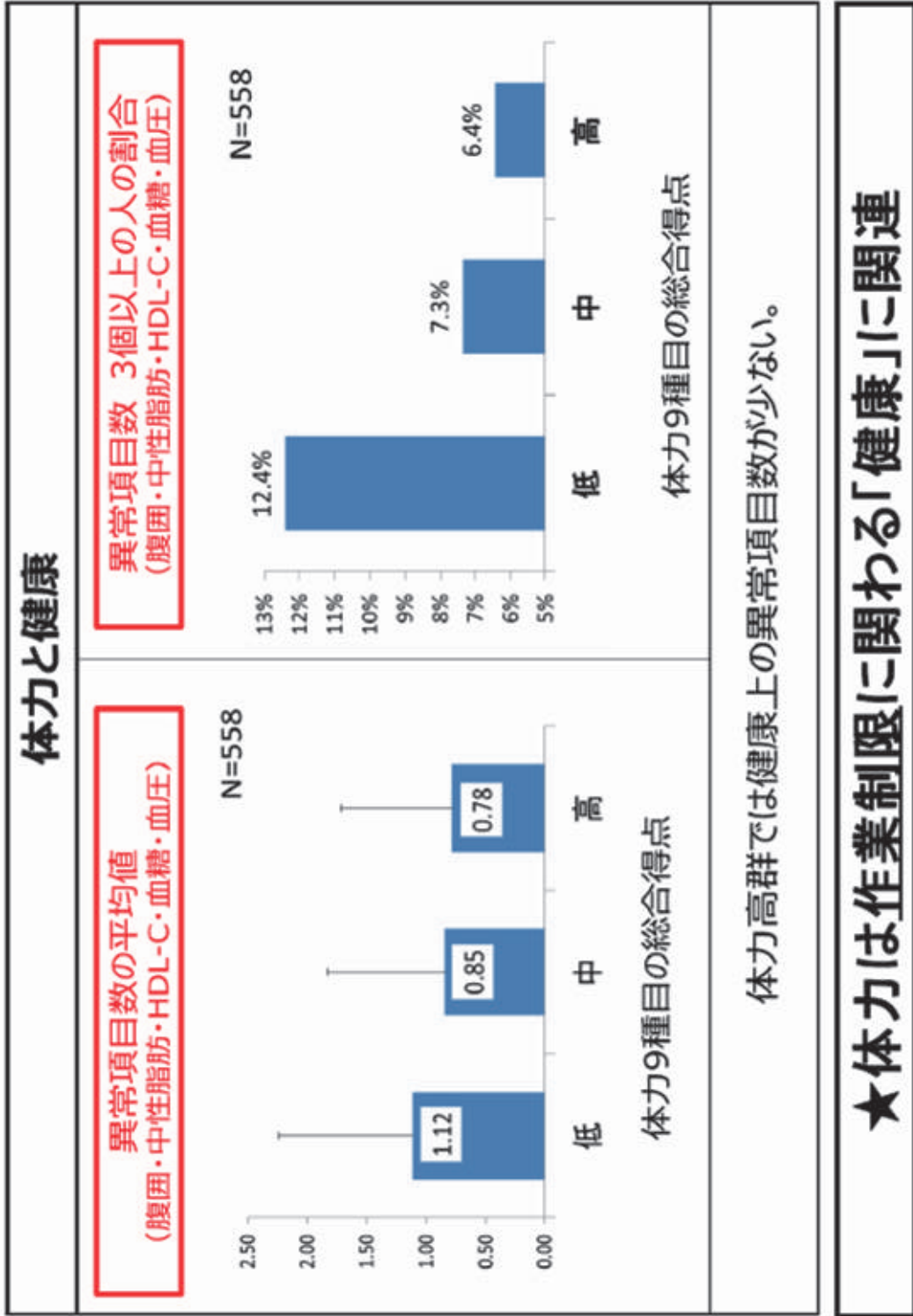




★体力と「いきいき」との関係

体力と疲労感	体力と生きがい・やりがい																
<p data-bbox="422 1220 534 1915">週に3日以上、強い肉体・精神的疲労を感じる人の割合</p>  <table border="1" data-bbox="606 1232 981 1904"> <caption>週に3日以上、強い肉体・精神的疲労を感じる人の割合</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="422 481 534 1176">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>  <table border="1" data-bbox="606 481 981 1176"> <caption>現在の業務に生きがい・やりがいを感じている人の割合</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="1149 1220 1244 1915">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="1149 504 1244 1176">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>																
<p data-bbox="1292 492 1356 1881">★体力は「強い疲労感」や「生きがい・やりがい」に関連</p>																	

★体力と「いきいき」との関係



# いきいき健康プログラムの展望

## 65歳までいきいきと働ける健康体づくりの環境整備

### ＜環境整備の内容＞

#### ●「体力みえる化・運動プログラム」の継続的实施

##### ★「健康体づくり」への文化醸成

- ・「**作業制限の未然防止**」に向けた健康づくりへの意識づけ
- ・「**高齢者の生産ライン復帰**」に向けた体力づくりへの意識づけ



#### ＜課題＞

- ・技能系の区分異動、若年からの対応を考慮した対象者拡大
- ・運動指導会への参加率向上等、意識へのアゴ入れ
- ・いきいき健康プログラムの長期的効果のためのPDCA

### ★高齢化が進展、「健康体づくり」への文化醸成