

# 職場の健康づくり実態調査報告書

高知県須崎福祉保健所

平成26年2月

# I 調査の概要

## 1 調査の目的

管内模事業所における従業員の健康づくりの取組を把握するとともに、働き盛りの健康づくりの重要性を知らせ、支援することより、業種団体、事業主及び衛生担当者の従業員の健康づくりに対する意識を高める。

また、良好な取組を行う事業所を表彰することにより機運を高め、各事業所の現状に応じた主体的な取組を促進し、従業員の生活習慣病予防を進める。

## 2 調査の対象

須崎福祉保健所管内（須崎市、中土佐町、梶原町、津野町、四万十町）の従業員20人以上の事業所160カ所

## 3 調査期間

平成25年8月～11月

## 4 調査の方法

- (1) 調査票の配布：郵送する。
- (2) 職員が直接訪問し調査表を回収する。不備な点は聞き取る。

## 5 回答結果

訪問回収、FAX回収による回答事業所は125カ所（回収率78.1%）であった。

（表1）須崎福祉保健所20人以上の事業所健康づくり実態調査状況

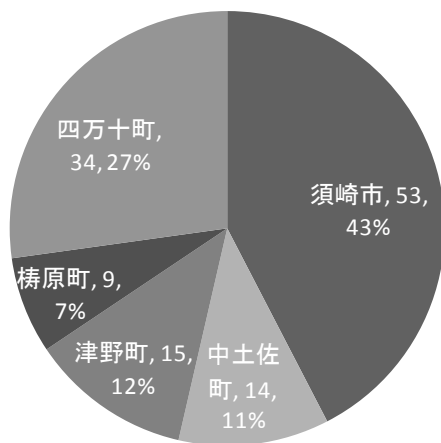
|      | 対象施設数 | 市町村別内訳 |      |     |     |      | 全数  | 対応施設数 |     |      |    |
|------|-------|--------|------|-----|-----|------|-----|-------|-----|------|----|
|      |       | 須崎市    | 中土佐町 | 梶原町 | 津野町 | 四万十町 |     | 訪問    | FAX | 資料送付 | 連絡 |
| 農林   | 2     |        |      |     |     | 2    | 2   |       |     |      |    |
| 鉱業   | 1     | 1      |      |     |     |      | 1   | 1     |     |      |    |
| 建設   | 21    | 8      |      | 3   | 4   | 6    | 21  | 14    | 3   | 2    | 2  |
| 製造   | 30    | 12     | 6    | 3   | 2   | 7    | 30  | 20    | 3   | 4    | 3  |
| 電気   | 1     | 1      |      |     |     |      | 1   | 0     |     | 1    |    |
| 情報   | 2     | 1      |      |     |     | 1    | 2   | 2     |     |      |    |
| 運輸   | 12    | 7      |      | 1   |     | 4    | 12  | 7     | 1   | 1    | 3  |
| 小売業  | 25    | 9      | 4    | 1   | 4   | 7    | 25  | 18    | 2   | 2    | 3  |
| 金融   | 2     | 2      |      |     |     |      | 2   | 1     |     |      | 1  |
| 学術   | 2     | 2      |      |     |     |      | 2   | 0     |     | 1    | 1  |
| 宿泊   | 10    | 7      | 1    | 1   |     | 1    | 10  | 6     | 2   |      | 2  |
| 生活   | 5     | 3      |      |     |     | 2    | 5   | 2     |     | 2    | 1  |
| 教育   | 1     | 1      |      |     |     |      | 1   | 0     |     | 1    |    |
| 医療   | 32    | 13     | 5    | 1   | 3   | 10   | 32  | 31    |     | 1    |    |
| 複合   | 3     | 1      |      | 1   |     | 1    | 3   | 3     |     |      |    |
| サービス | 4     | 4      |      |     |     |      | 4   | 2     |     | 1    | 1  |
| その他  | 7     | 4      | 1    | 1   | 1   |      | 7   | 5     |     | 1    | 1  |
| 合計   | 160   | 76     | 17   | 12  | 14  | 41   | 160 | 114   | 11  | 17   | 18 |

## Ⅱ 回答事業所の状況

### 1 所在市町別

市町村別の回答事業所は、須崎市 53（43%）、四万十町 34（27%）、その他の町は 1 割前後となっている。

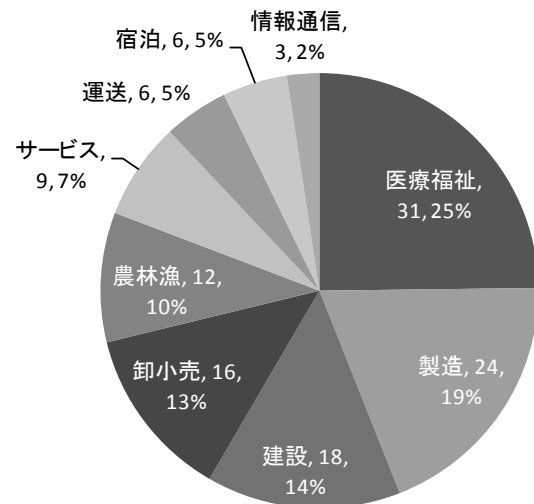
図 1 市町村別回答事業所状況



### 2 業種別（独自分類）

大きく分類すると、医療福祉が 31（25%）と最も多く、次いで製造業、建設業、建設業、卸・小売業、農林業の順で多かった。

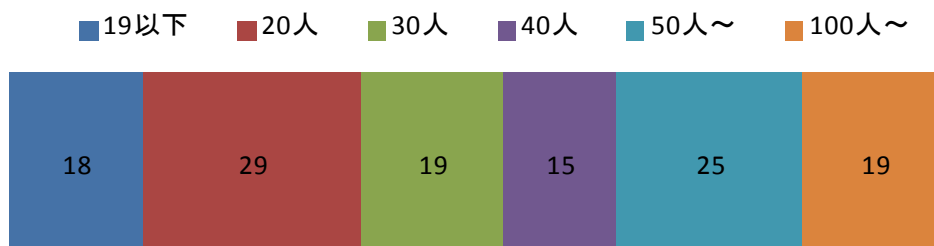
図 2 業種別回答事業所状況



### 3 従業員規模別

29 人以下の事業所が 47（38%）を占め、30 人以上 49 人以下が 34（27%）、50 人以上が 44（35%）となっている。また、20 人以上の事業所を対象としていたが、調査時点では 19 人以下になっている事業所があった。

図 3 従業員規模別回答事業所状況



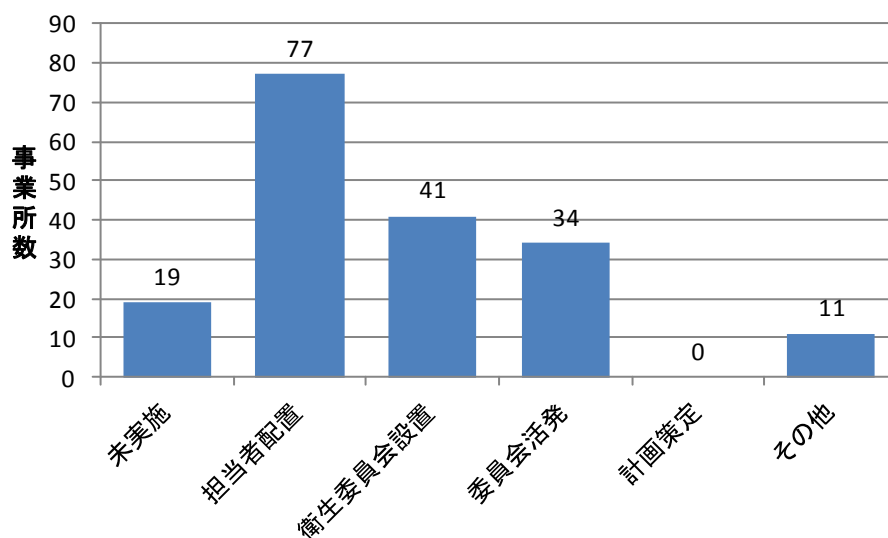
# Ⅲ 調査結果

## 1 職場衛生推進体制について

### 【職場衛生推進体制】

健康づくりの職場の体制づくりに取り組んでいる事業所は、担当者配置は 77 (61.6)、衛生委員会設置は 41 (33%)、委員会の年間計画を立て活動している 34 (27%) であった。

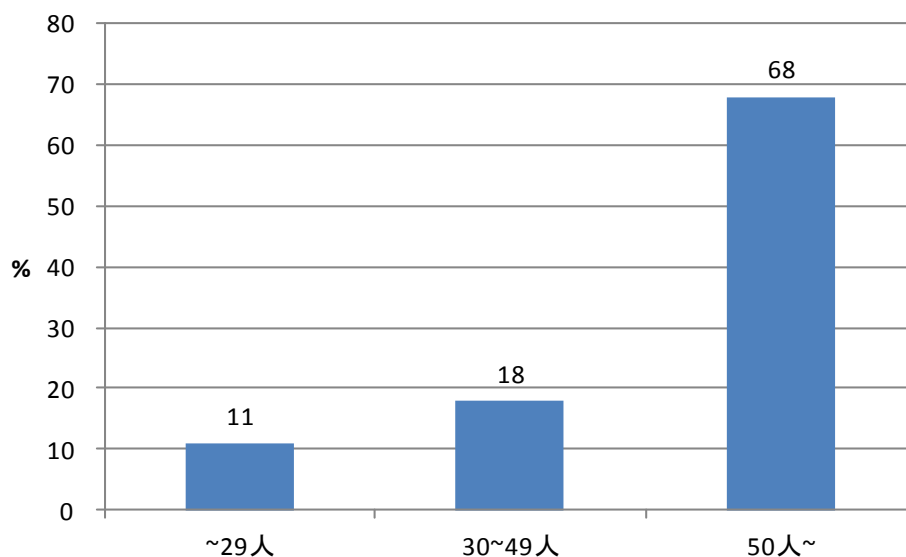
図4 職場の衛生体制状況



### 【規模別衛生委員会設置状況】

衛生委員会の設置状況を規模別にみると、50人以上の事業所は設置義務があるが未設置の事業もあった。一方、50人未満であっても、29(23%)の事業所では設置し健康づくりに取り組んでいた。

図5 従業員規模別職場の衛生体制状況



## 【インタビュー結果】



### 【特徴的な取組】

- 安全大会を月1回（建設業）
- 安全衛生委員会を設置し、現場パトロールを実施（建設業）
- セクハラ・健診・労災・メンタル・安全週間などは、職員からの提案による。
- 職場衛生推進体制は、年間計画を作成している。（製造業）
- 職場衛生委員会は法定どおり実施（製造業）
- 下痢など体調不良の健康チェックをしている。（飲食店）
- 健診スケジュールの検討

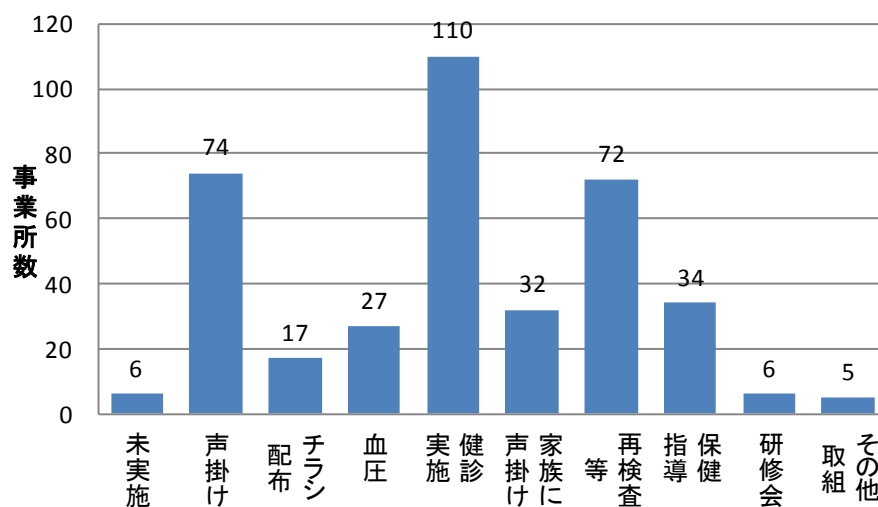
## 2 健康管理について

### 【健康管理の取組】

健診はほとんどの事業所で実施されているが、事後の保健指導は 34（27%）と低い実施率であった。

また、非常勤職員が大半を占める事業所では、国民健康保険の従業員が多く、個人でうけるため、職場の健診はないところもみられた。

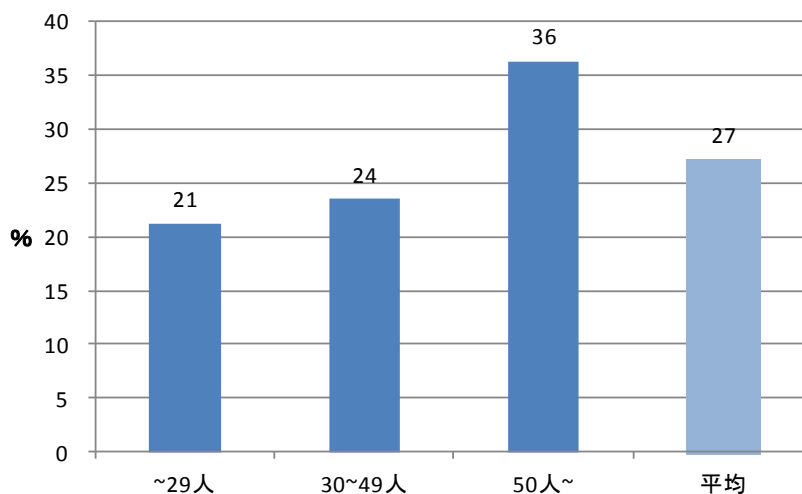
図6 健康管理の取組状況



### 【規模別】

健診後の個別の保健指導は、50人以上の事業所で36%、49人以下では20%強の実施率であり規模が小さくなるほど実施率が下がる傾向にある。全体では27%と低い実施状況であった。

図7 従業員規模別健康管理の取組状況



## 【インタビュー結果】



### 【特徴的な取組】

#### ■ 健診を受けやすい環境づくり

- 健診・医療のための休暇は取得しやすくしている。(製造業)
- 集団健診当日、都合の悪い人は後日、医療機関で受診させている
- 健診に行かせるのに、特別休暇を与えている。(福祉施設)
- 健診に行ったかどうか、確認する(小売業)

#### ■ 事業所が健診結果を把握する工夫

- 保健指導は担当が産業医に健診結果を聞きに行って従業員に指導する(運輸業)
- 健診の結果などは、産業医から衛生委員会に報告してもらっている。(福祉施設)
- 職場で従業員から個人通知の結果を聞いている。

#### ■ 本人に健診結果を返す工夫

- 要治療・要支援者には上司が読み聞かせをして手渡し、受領印をもらう(運輸業)

#### ■ 再検査や治療を受けさせる工夫

- 事業所健診の結果が出て、産業医に見てもらい、1人ひとりの結果についてコメントをもらい、受診しないといけない人については受診を勧めている。(福祉)
- 再検査者などには受診をしたか確認をしている(小売業)
- 要再検査者は必ず受診させている(小売業)

#### ■ 保健指導を受けさせる工夫

- 協会けんぽの保健指導を受けている。
- 高血圧などの異常があると、社長からの声掛け(建設業)
- 健診結果委員会の医師が判断し、専門医や産業医の指導をしてもらっている(病院)
- 健診後は産業医や地域産業保健センターを利用している(製造業)

#### ■ 病気予防の工夫

- 工場で毎日、健康チェック表をつけている。△などの項目があれば、休ませたり、病院に行かせたりしている(製造業)
- 健康保険だよりを隔月で配布している(建設業)
- 血圧計を事務所に置いている(製造業)

## 【困難に思うこと】

### 受診しない人がいる

- 若い人は、健診を受けない（飲食店）
- 本人に危機意識がないので再検査に行かない場合がある（建設業）

### 事業所の意識

- 健診はパートまで。バイトはしていない（小売業）
- 非正規は健診を個人で受診（飲食店）
- 健診に行く行かないは個人の自由。結果も把握はしていない（小売業）
- 健診結果は個人情報なので聞けない（建設業）

### 勤務形態により受診困難

- 勤務時間がバラバラなので、難しい（福祉）
- 健診バスが月に2回、来ているが業務時間と重なったりしてバスの時間に間に合わない場合あり（卸売業）

### 健診後の保健指導が勧めにくい

- グレーゾーンの方は毎年同じ結果なので、受診はしない人が多い（製造業）
- 協会けんぽの指導。ここ数年やってない（通信）
- 本社にしか事務担当がない為、本社が中心に動いている（製造業）

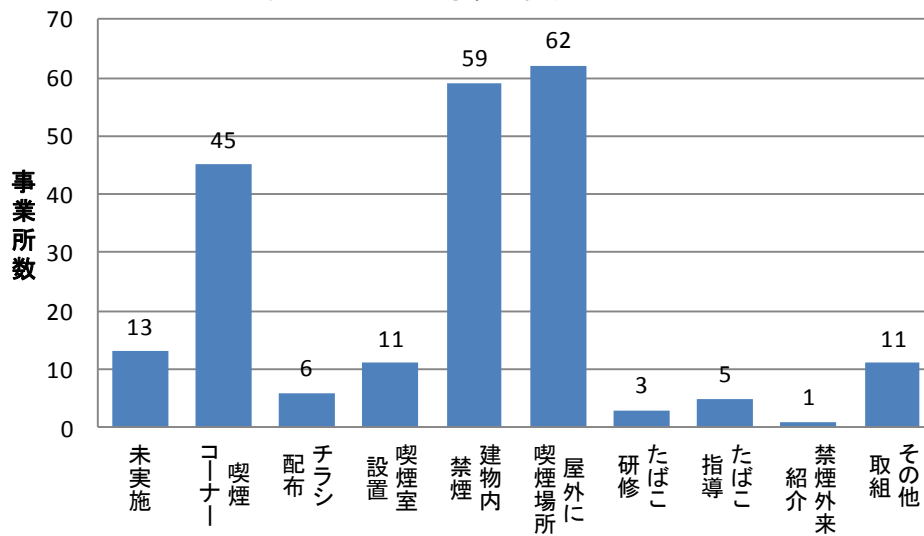
### 3 たばこ対策について

#### 【施設の禁煙・分煙・受動喫煙対策】

受動喫煙防止に取り組む事業所は、建物内禁煙 59 (47%)、喫煙室を設置が 11 (9%) であった。十分な受動喫煙対策とは言えないが喫煙コーナー設置 45 (36%)、屋外に喫煙場所設置 62 (50%) などが多く一定受動喫煙に配慮した取組になっている、一方、たばこ対策に何も取り組んでいない事業所は 13 (10%) と県平均(※)の 28.4%と比較して少なくなっている。

※高知県禁煙・分煙実態調査、平成 24 年 1 月「(禁煙・分煙) 取組なし」

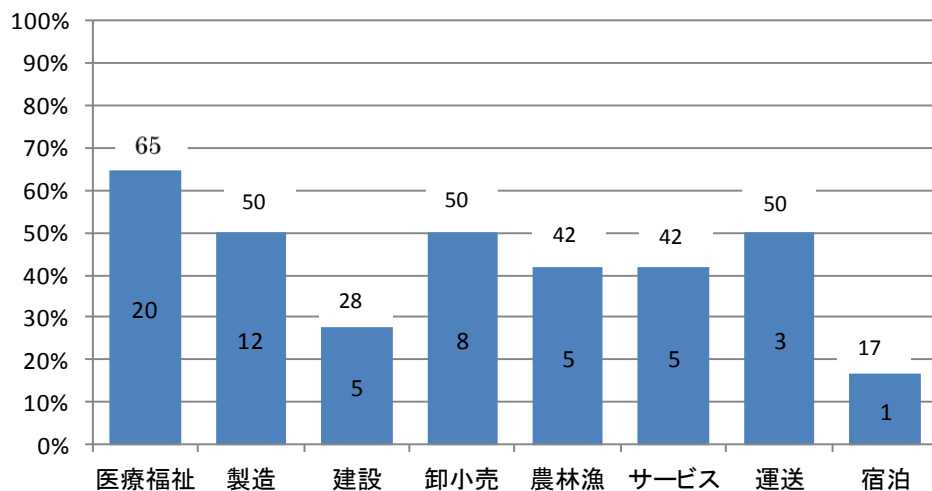
図 8 たばこ対策の状況



#### 【業種別建物内禁煙実施状況】

受動喫煙対策として有効であるとされる「建物内の禁煙」に取り組んでいる事業所を業種別にみると、最も高い取組は医療・福祉で 65%、次いで製造業、卸小売業、運輸業で 50%、農林業、サービス業で 42%、取組が少なかった業種は建設業 (28%)、宿泊業 (17%) であった。

図 9 業種別たばこ対策の状況



## 【インタビュー結果】



### 【特徴的な取組】

#### 勤務時間の受動喫煙防止の工夫

- 本年6月から、勤務時間中の喫煙禁止（医療機関）
- 屋外に喫煙場所設置（福祉）
- フロア別禁煙（宿泊業）
- 宴会場禁煙（宿泊業）

#### 建物以外の受動喫煙防止の工夫

- 社用車、トラック内は禁煙（運送業、サービス業他）
- 現場で決められた場所で喫煙（建設業）
- 現場で安全タイムを取って一斉に喫煙（建設業）
- \*山に行くときは携帯灰皿を持参（林業）

#### 禁煙する人を増やす工夫

- 禁煙手当を一月500円、1年禁煙すると3万円支給（製造業）
- 社長自ら禁煙を勧めている（建設業）
- 禁煙外来を紹介した（建設業、医療機関）
- たばこアンケートの実施（医療機関）

### 【困難に思うこと】

#### 建物内の禁煙の取組の困難

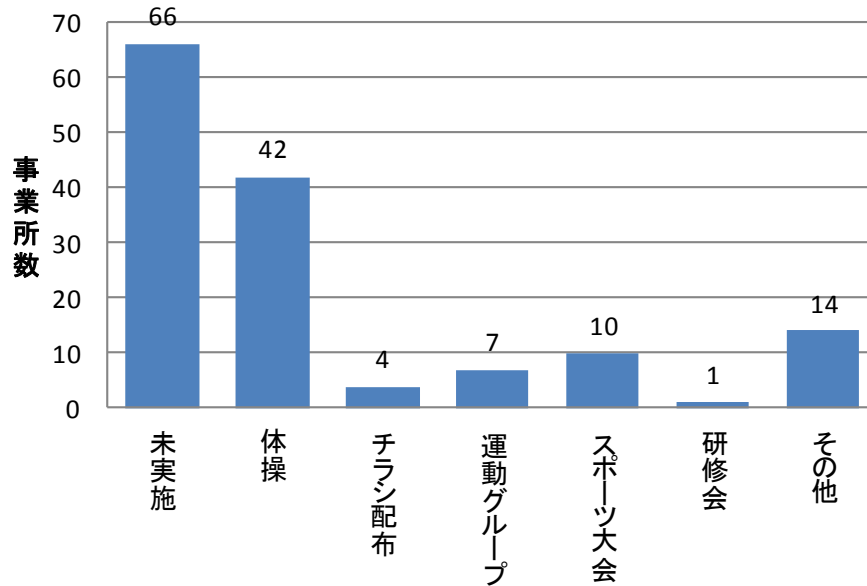
- 喫煙場所を決めるのは難しい（建設業）
- 宴会場は禁煙だが、客室・休憩室は喫煙可（宿泊施設）
- 他は禁煙だが食堂の隅で喫煙場所になっている（製造業）

## 4 運動指導について

### 【運動や体を動かす取組】

運動や体を動かす取組は、66（53%）事業所で実施されていなかった。取組の中で最も多かったのは、始業時や午後の休憩時に行われるラジオ体操 42（34%）であった。その他の取組として、スポーツ大会への参加や事業所内に運動グループを設置するなどがあつた。

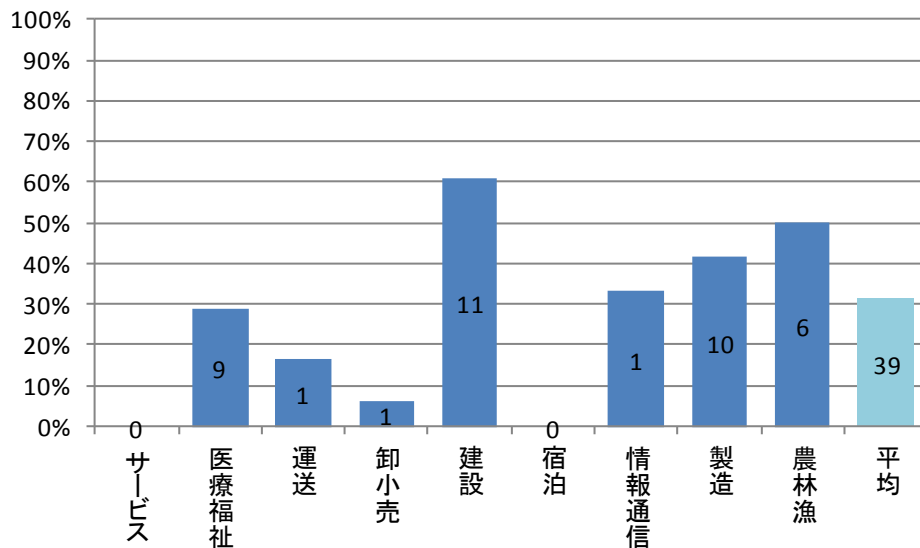
図 10 運動に関する取組状況



### 【業種別ラジオ体操実施状況】

建設業が 11（61%）と最も実施割合が高く、次いで農林漁業、製造業、医療・福祉等の作業労働の現場で行われていた。

図 11 業種別ラジオ体操の実施状況



## 【インタビュー結果】



### 【特徴的な取組】

#### ラジオ体操の実施

- 始業時にラジオ体操第一を実施（採石業、運輸業、建設業、医療・福祉）
- 一か所に集まらないが、各現場で体操する（建設業）

#### 腰痛予防

- 腰痛対策の一つとして、コルセットを支給（福祉）

#### スポーツ大会等

- ボーリング大会を年に1回開催（小売業）
- 地域のスポーツ大会出場（福祉）
- ドラゴンカヌーに出場（病院）

#### 運動しやすい環境づくり

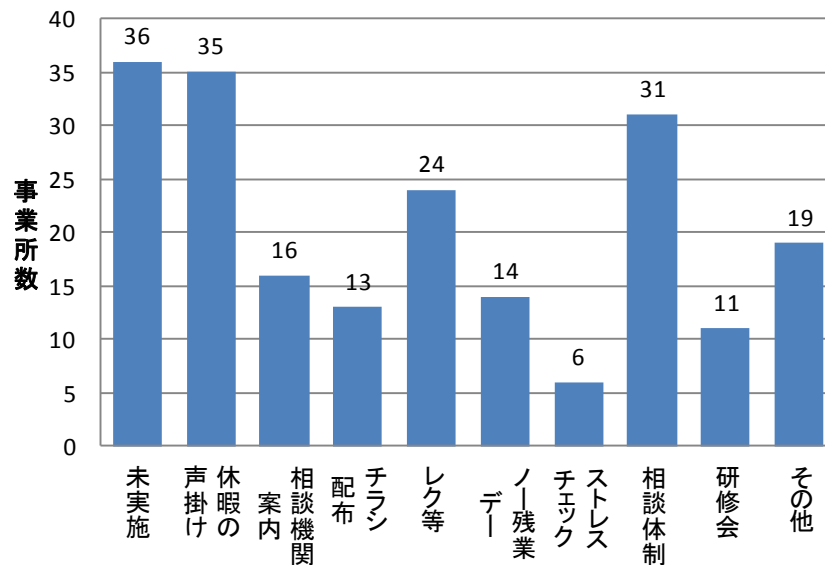
- 卓球台、健康グッズなどを置いている（小売業）
- 運動器具の設置、歩数計配付（福祉）
- お昼休みに講堂で運動ができるようにしている（採石業）
- 昼休みにウォーキングを勧める（製造業）

## 5 メンタルヘルスについて

### 【メンタルヘルスの取組】

従業員のメンタルヘルスに関する取組として、「休暇の声掛け」35（28%）、「相談体制ができている」31（25%）、「レクリエーションや旅行」24（19%）を実施していると答えた事業所が多かった。一方比較的手軽にできる「トイレ等に相談機関の案内掲示」16（13%）や「チラシ配布」13（10%）等は取組まれていなかった。

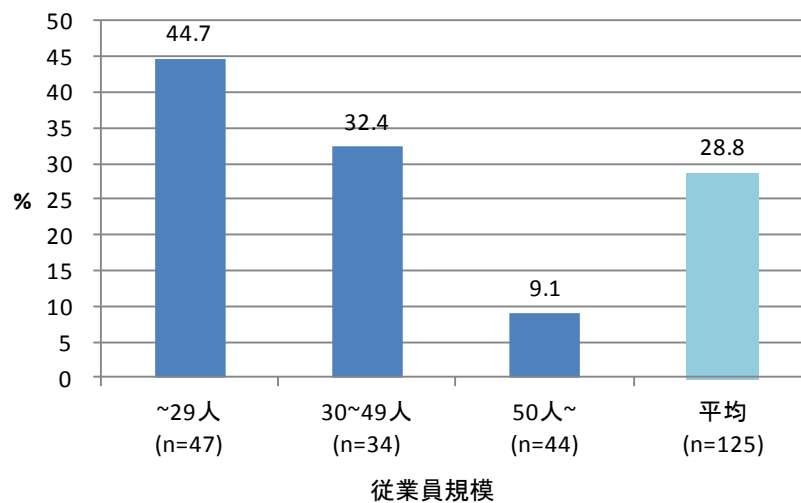
図 1 2 メンタルヘルス対策の実施状況



### 【規模別未実施状況】

メンタルヘルス対策を「何もしていない」と答えた事業所を規模別にみると、50人以上の事業所では1割以下であったが、規模が小さくなるほど多くなり、29人以下では、半数近くが未実施であった。

図 1 3 規模別メンタルヘルス対策の未実施状況



## 【インタビュー結果】



### 【特徴的な取組】

#### ■ ストレスの予防・軽減

- 残業の無いよう各現場で管理。無理して仕事させないようにしている（建設業）
- ノー残業デーを設けている（毎週水曜）（製造業）
- 職場での旅行。親和会やハイキング（製造業）
- 個人でセルフチェックしている（小売業、福祉）

#### ■ 気になる人への働きかけの工夫

- 事務所に来た従業員で、元気のない人には声掛け（建設業）
- 係長などが気付いた人に対し人事係が面談し、必要に応じ受診を促す（鉱業）
- 職員用の控室に相談機関の案内掲示（飲食業）
- 相談機関を回覧（小売業）
- メンタルを含めて、過去長期休暇した人に対して聞き取り調査実施（製造業）

#### ■ 相談体制の工夫

- 健康診断の時に、メンタルに係るストレスに関する症状や不調の状況を医師が聞き取り、症状に応じて所属長と協議（病院）
- マニュアルをつくった（復帰の場合の対応など）（福祉）
- 相談窓口  
上司（医療機関）、総務課（小売業）、社長（小売業）、看護師（医療機関）
- 復帰プログラムは2カ月かけている（鉱業）
- 担当者を含め面談する（製造業）
- 指針をつくり職員会で進める（福祉）

#### ■ 外部資源の活用

- メンタルヘルスサポート会社に委託（製造業）
- 外部の保健師の指導を受ける（建設業）

#### 相談しづらいこと

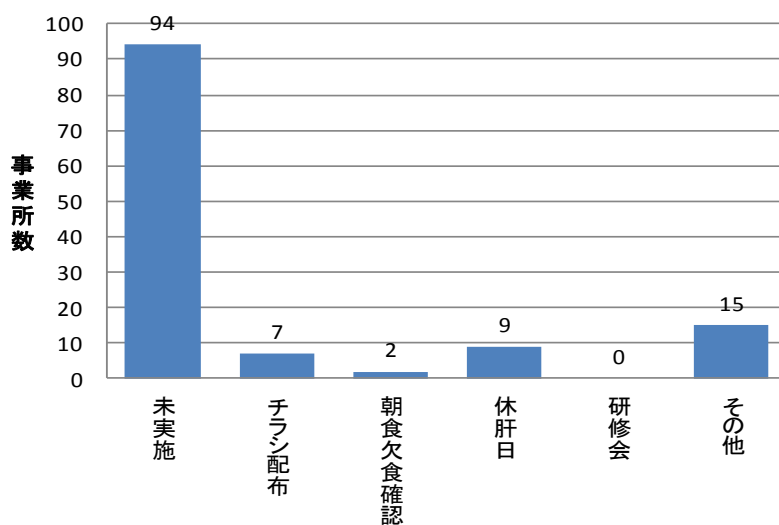
- 管理職に相談といっても、男性ばかりなので、女性だと相談しづらいのか直接病院にかかる（製造業）

## 6 栄養指導について

### 【栄養指導の取組】

従業員の食事・栄養指導に関する取組として94（75%）の事業所が「何もしていない」と答えた。一部では、「休肝日を設け勧めている」9（7%）、「チラシの配布」7（6%）、をおこなっている程度で、食事は個人の問題であり、保健指導の中で行うものという認識が強かった。

図14 栄養指導の実施状況



## 【インタビュー結果】



### 【特徴的な取組】

- 薄味にするチラシ等を配布（鉱業）
- ちゃんにご飯を食べているか確認（小売業）
- 野菜の多い弁当を取るよう配慮（製造業）
- 病態に応じて、治療食（特別食）を提供（医療機関）
- 健診の際、再検査の該当者が多いと、栄養士に指導をお願いしたりしている。（医療機関）
  
- 前日に飲み会があつて、車に乗る時にはアルコールチェッカー使用（建設業）
- 朝礼でアルコールチェックを行う（建設業）

■ 食生活改善の工夫

■ アルコールの飲みすぎチェック

### 【困難に思うこと】

- 肝機能障害は女性にも多い。土地柄晩酌が多く、全国平均の4倍の飲酒量。（製造業）
  
- カップラーメンなどが多い（製造業・小売業）

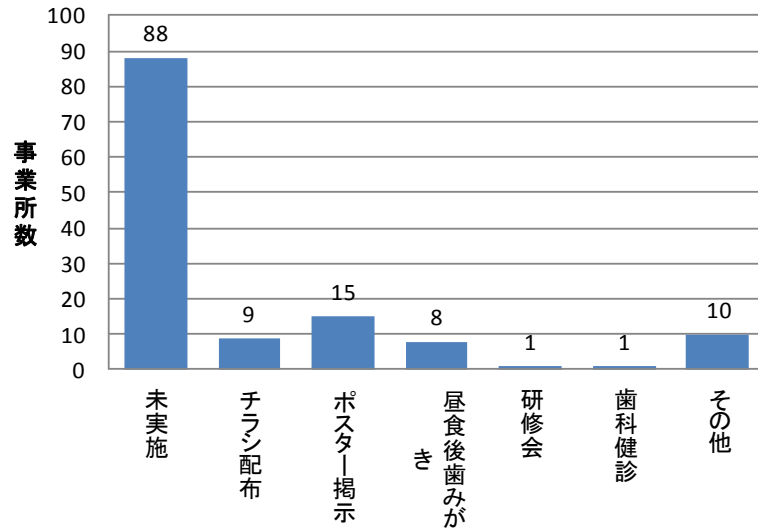
## ↓ バランスの悪い食事

## 7 その他の保健指導（睡眠・口腔保健等）について

### 【保健指導の取組】

睡眠・口腔保健等その他の保健指導に関する取組として 88（70%）の事業所が「何もしていない」と答えた。一部の事業所で「ポスター掲示」15（12%）、「チラシの配布」9（7%）、「昼食後の歯みがき」8（6%）をおこなっている程度で、事業所として個人に働けることは少なかった。

図 1 5 保健指導の実施状況



### 【インタビュー結果】



#### （特徴的な取組）

##### ■ 仕事の中で一緒に

- 昼食後の歯みがきを子どもと一緒にしている（保育所）
- 昼食後、利用者（入所者）などには口腔ケアの取組を行っており、職員も口腔ケアには注意している（医療・福祉）

##### ■ 研修会などちょっと頑張った取組

- 健康グッズを個人配布（年に一回、保険組合から支給）（建設業）
- けんぽ組合による歯科衛生指導（年 2 回口腔内チェック・ブラッシング指導など）（製造業）
- 衛生週間等に研修会を開催する年もある（建設業）
- 産業医による勉強会（福祉）

##### ■ ちょっとした工夫

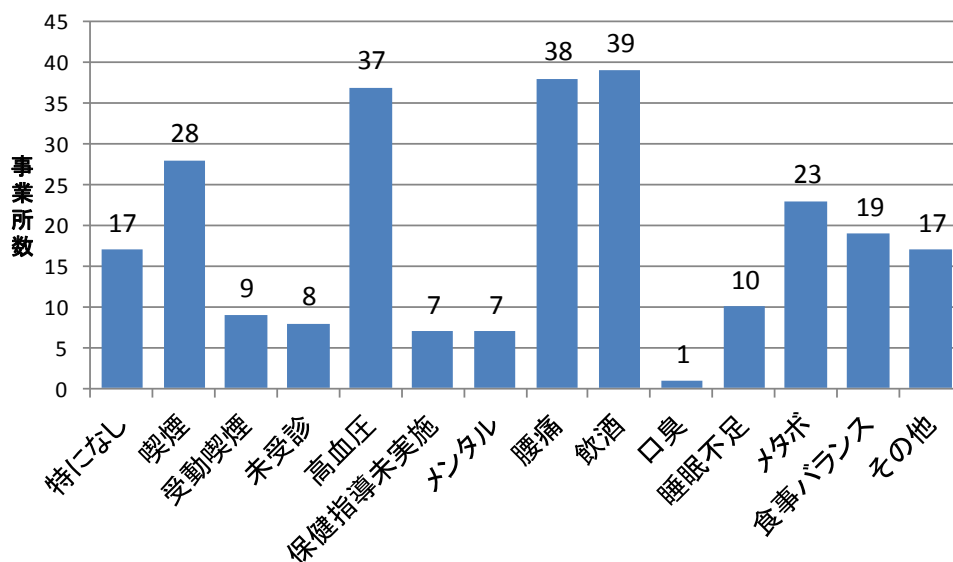
- 衛生週間のチラシ配布、カウンターにチラシを置く（建設業）
- 早寝・早起き、ゆっくりごはんなどと声掛け（小売業）
- 事業所健診の際、町の行う歯科相談を受ける（小売）

## 8 従業員の健康課題について

### 【担当者が感じる健康課題】

担当者が気になる従業員の健康問題としては、「お酒を飲みすぎる人が多い」39 (31%)、「腰痛の人が多い」38 (30%)、「高血圧の人が多い」37 (30%)、喫煙者が多い 28 (22%) の順で多かった。

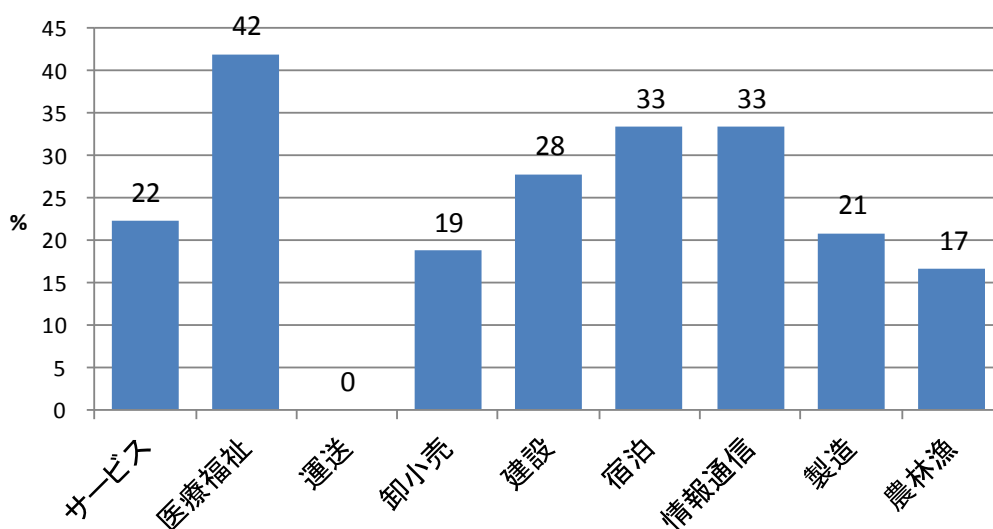
図 16 健康管理担当者が感じる従業員の健康課題



### 【業種別腰痛の多さ】

担当者が従業員の腰痛が多いと感じている業種は、建設業 (28%)、製造業 (21%) を抜いて、医療福祉 (42%)、宿泊、情報通信 (33%) が高かった。

図 17 健康管理担当者が従業員に腰痛が多いと感じる業種



## 【インタビュー結果】



### (特徴的な取組)

#### ■ 仕事の中で一緒に

- 昼食後の歯みがきを子どもと一緒にしている（保育所）
- 昼食後、利用者（入所者）などには口腔ケアの取組を行っており、職員も口腔ケアには注意している（医療・福祉）

#### ■ 研修会などちょっと頑張った取組

- 健康グッズを個人配布（年に一回、保険組合から支給）（建設業）
- けんぽ組合による歯科衛生指導（年 2 回口腔内チェック・ブラッシング指導など）（製造業）
- 衛生週間等に研修会を開催する年もある（建設業）
- 産業医による勉強会（福祉）

#### ■ ちょっとした工夫

- 衛生週間のチラシ配布、カウンターにチラシを置く（建設業）
- 早寝・早起き、ゆっくりごはんなどと声掛け（小売業）
- 事業所健診の際、町の行う歯科相談を受ける（小売）

## IV 課題

### 【職場衛生推進体制】

#### ■ 50人以上の事業所に衛生委員会設置

#### ■ 衛生委員会活動の活発化

- ・職場の健康づくりについて話し合う機会は、衛生委員会しかない状況で、未設置や活動が不活発なところが多くみられる。1か月に1回、健康診断だけでなく生活習慣病予防に関する取組を検討することが望まれる。

#### ■ 事業所担当者を「健診担当」から「健康づくりの担当」へ

- ・ほとんどの事業所に健康づくりに関する担当者が配置されているが、「健診担当」という認識で、健診に関する業務が主であり、生活習慣病予防の取組（禁煙、食改善、メンタルヘルス、歯科保健）は従業員個人任せであることが多い。仕事に支障をおこさないよう、また、働きざかりの生活習慣病が発症、増悪を予防するといった意識をもち、取組むことが重要。

### 【健康管理について】

#### ■ 健診後の受診勧奨や保健指導を受けるような仕組みづくり

- ・一部の事業所を除き健診は受ける体制はできているが、受診後は本人に結果通知するにとどまり、保健指導は27%しか行われておらず、生活習慣病の予防や悪化防止のため勧める必要がある。

#### ■ 担当者が正しい事業所での健康管理の知識を持ち取り組む

- ・「健診受診は個人の問題であり干渉しない」「健診結果は個人情報なので担当者は見れない」等、事業所の役割を理解していない担当者が見られた。

### 【たばこ対策について】

#### ■ 建物内禁煙の事業所の増加

- ・建物内禁煙に取り組んでいる事業所は47%であり、まだまだ、長時間勤務する職場での受動喫煙が懸念される。

#### ■ 建設業、宿泊業等特に禁煙率の低い業種への働きかけ

- ・建物内禁煙に取り組んでいる事業所は47%であり、職場での受動喫煙が懸念される状況であった。今後は、取組が低い業種に対し重点的に働きかけることも必要。

## 【運動指導について】

### ■腰痛の多い業種で体操の強化

- ・腰痛の健康問題を抱えていると答えた担当者が多かった医療福祉、宿泊業でもラジオ体操の実施は低く、腰痛予防の取組が望まれる。

## 【メンタルヘルス対策】

### ■事業所の外部への相談体制づくり

- ・規模の小さい事業所ほどメンタルヘルス対策に取り組めていない。これは、少人数の従業員仲間にデリケートな問題を相談することの難しさがうかがえる。また、男性の管理職に女性従業員が話しにくいという事例もあった。今後は、外部の相談機関の紹介など、専門機関の活用も視野に入れた取組が必要である。

### ■気になる人への声掛け等の重要性の啓発

- ・日常的に従業員同士が、健康状態に配慮する等コミュニケーションの強化の重要性を啓発する。

## 【栄養指導】

### ■アルコールの飲みすぎ対策

- ・担当者が感じる健康問題の第1位が多量飲酒である。運転業務に支障があることから、アルコールチェッカーによるチェックを実施している事業所もみられる（建設業に多い）。飲酒に寛容な土地柄もあり地域ぐるみの取組が必要である。

### ■健診結果を活用した栄養指導の体制づくり

- ・健康診断に合わせ、健診結果から食生活の改善が必要な人には適切な保健指導が提供される体制づくりが効果的である。

## 【健康課題】

### ■飲酒、腰痛、高血圧、喫煙対策の充実

- ・産業医等外部の専門家を活用した、対策の検討及び職場で無理の無い取組を進めること従業員の生活習慣病予防に効果的である。