

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28年2月

目次

I 調査の概要	1
II 回答事業所の状況	2
III 調査結果	
1 職場衛生推進体制について	3
2 健康管理について	5
3 たばこ対策について	7
4 運動指導について	9
5 メンタルヘルスについて	11
6 食生活について	13
7 その他の保健指導(睡眠・口腔保健等)について	14
8 従業員の健康課題について	15
9 その他の取り組みについて	16
IV 前回調査結果との比較	17
V 課題	18

I 調査の概要

1 調査の目的

管内事業所における健康づくりの取組を把握するとともに、事業主や健康管理担当者が働き盛り世代の健康づくりの重要性を認識し、健康経営の視点に立った健康づくりが推進できるよう支援する。また、平成 25 年度に実施した同調査結果との変化を確認する。

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 151 カ所

3 調査期間

平成27年6月～8月

4 調査の方法

- (1) 調査票の配布: 郵送
- (2) 調査票の回収: 職員の訪問・FAX及び郵送による

5 回答結果

回答数 142 ヶ所(回収率 94%)

	対象施設	市町村内訳							対応施設			
		須崎市		中土佐町	梶原町	津野町	四万十町		全数	訪問・来所	FAX	郵送
		調査済	未実施				調査済	未実施				
①農林	5	1	0	0	1	1	2	0	5	5	0	0
②漁業	4	3	0	1	0	0	0	0	4	3	1	0
③鉱業・採石業	2	2	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0
④建設業	19	5	1	0	3	3	7	0	18	14	1	3
⑤製造業	28	12	0	5	2	3	5	1	27	24	3	0
⑥電気・ガス・水道	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0
⑦情報通信業	3	1	0	0	0	1	0	1	2	2	0	0
⑧運輸業・郵便業	12	7	2	0	0	0	3	0	10	6	3	1
⑨卸売・小売業	19	6	1	3	1	3	5	0	18	17	1	0
⑩金融業・保険業	2	2	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0
⑪不動産業・物品賃借業	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
⑫学術研究・専門・技術サービス業	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
⑬宿泊業・飲食サービス業	9	5	1	1	1	0	1	0	8	8	0	0
⑭生活関連サービス業・娯楽業	3	1	1	0	0	0	1	0	2	0	2	0
⑮教育・学習支援業	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
⑯医療・福祉	32	13	0	5	1	3	10	0	32	29	0	3
⑰複合サービス業	3	1	0	0	1	0	1	0	3	3	0	0
⑱サービス業(その他)	6	6	0	0	0	0	0	0	6	3	2	1
⑲官公庁	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
⑳その他	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0
合計	151	74		15	11	14	37		142	119	14	9

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 67 (47%)、四万十町 35(25%)、その他の町は 1 割前後となっている。

2 業種別(独自分類)

大きく分類すると、医療福祉が 32 (23%)と最も多く、次いで製造業、建設業、卸・小売業の順で多かった。

図 1 市町村別回答事業所状況

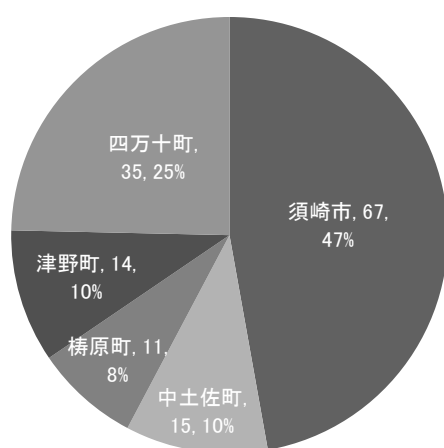
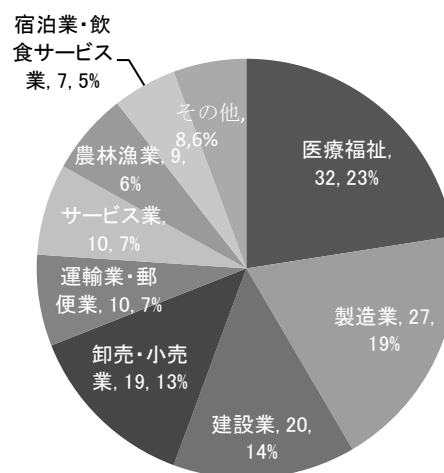


図 2 業種別回答事業所状況

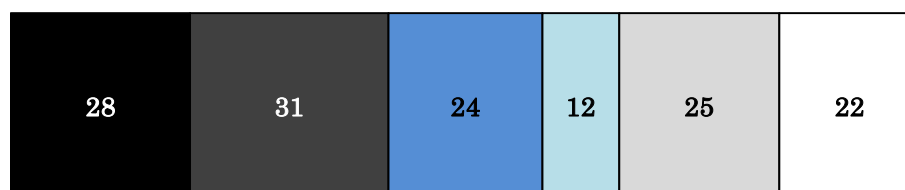


3 従業員規模別

29 人以下の事業所が 59(42%)を占め、30 人以上 49 人以下が 36(25%)、50 人以上が 47(33 %)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

■ ~19 人 ■ 20 人~ ■ 30 人~ ■ 40 人~ ■ 50 人~ □ 100 人~



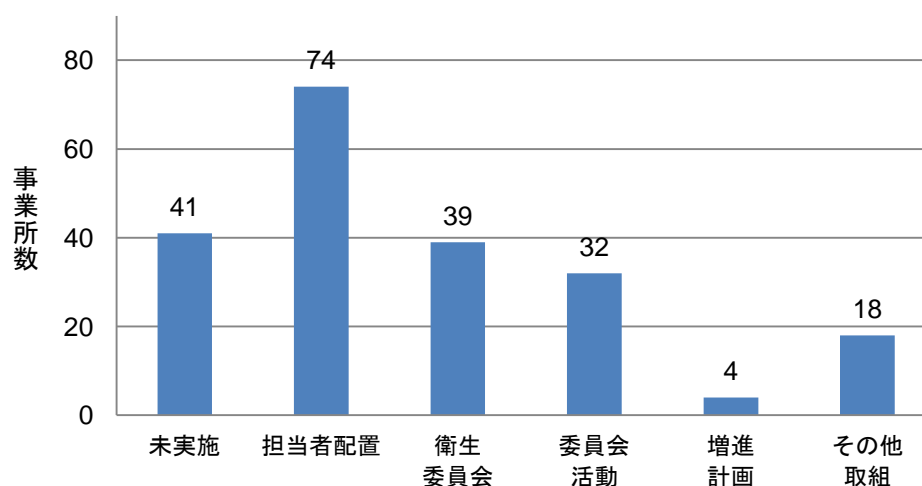
Ⅲ 調査結果

1 職場衛生推進体制について

【職場衛生推進体制】

職場の衛生推進体制の状況は、健康管理担当者を配置しているのは74(52%)、衛生委員会設置は39(27%)、衛生委員会の年間計画を立て活動しているのは、32(23%)であった。

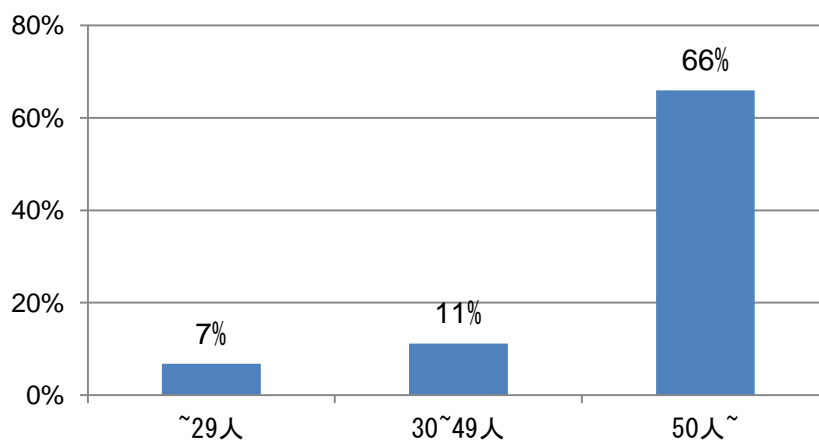
図4 職場の衛生体制状況



【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、未設置の事業所もあった(47事業所のうち、31事業所で設置)。一方、50人未満の95事業所のうち8事業所(8%)で設置し、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委員会設置状況



《 取組インタビュー 》



- 職場衛生委員会は法定どおり実施
- 職場衛生推進体制は、年間計画を作成している。
- 安全衛生委員会を設置し、現場パトロールを実施
- 安全衛生会議を毎月実施
- 安全大会を月 1 回実施
- 年2回の職員会を実施

- 毎日、下痢など体調不良の健康チェックをしている。
- 月 2 回の現場責任者会で健康管理のお知らせや聞き取り等をしている。
- 毎朝環境整備を 30 分実施
- 体調不良者を確認し無理をさせないようにしている。

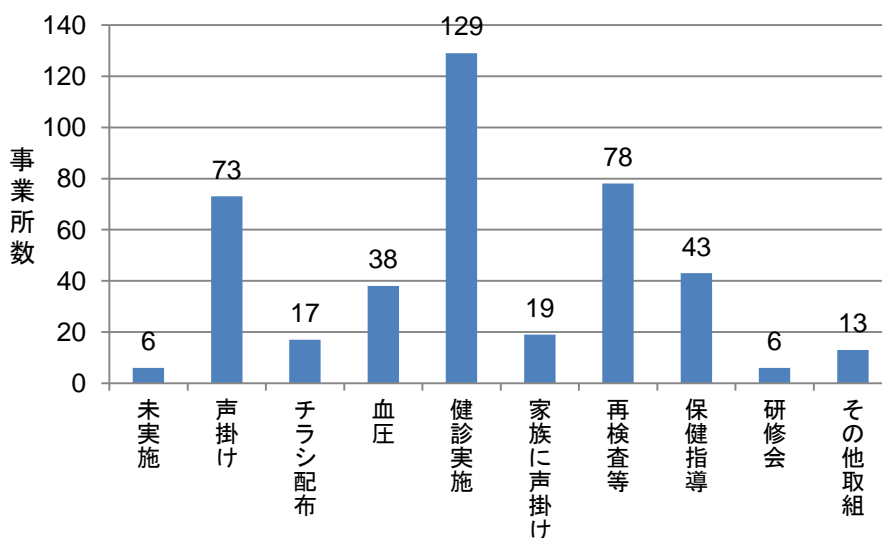
- 職員からの提案による内容を実施
- 健診スケジュールの検討
- パワハラ・セクハラ研修の実施

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、保健指導は 43(30%)と低い実施率であった。

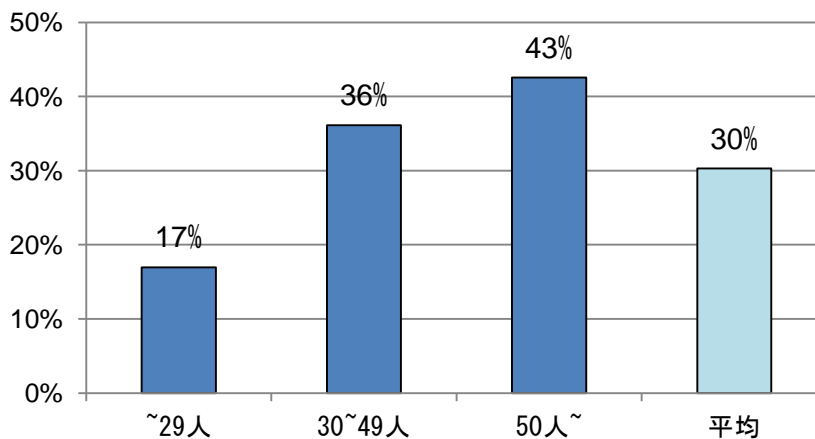
図 6 健康管理の取組状況（複数回答）



【規模別保健指導実施率】

健診後の個別の保健指導は、50人以上の事業所で43%、30~49人以下では36%、29人以下は17%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30%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



《 取組インタビュー 》



健診を受けやすい環境づくり

- 健診受診の声掛け
- 健診受診や医療機関受診のための休暇を取得しやすくしている。
- 健診受診日を特別休暇にしている。
- 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。
- 健診を受診したかどうか、確認している。
- ホームページから受診券をプリントアウト出来るようにしている。
- 魅力のある健診内容として、脳ドックの導入(原則 40 歳以上)

本人に健診結果を返す工夫

- 要治療・要精密検査者には上司が説明して、受領印をもらうようにしている。
- 衛生管理者が 2 名いて、健診結果の見方の相談にのっている。

再検査や治療を受けてもらうための工夫

- 健診結果を台帳で管理するようにしている。
- 再検査が必要な人には必ず声を掛け、受診させている
- 事業所健診の結果を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。
- 再検査者などには受診をしたか確認をしている

保健指導を受けてもらうための工夫

- 保健指導の該当者には、社長から声掛けをするようにしている。
- 協会けんぽの保健指導を受けている。
- 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。
- 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。

その他の取組

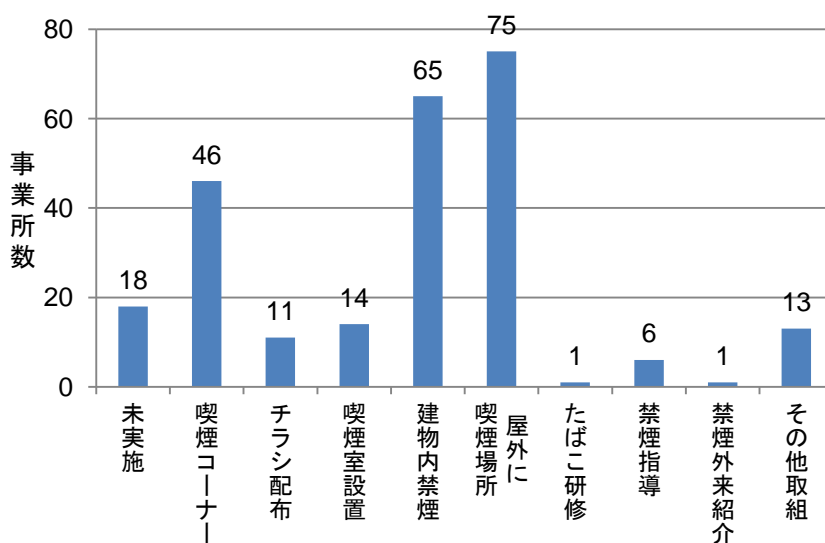
- 産業医によるセミナーの開催
- 工場で毎日、健康チェック表をつけている。△などの項目があれば、休ませたり、病院に行かせたりしている。
- 健康保険だよりを隔月で配布している。
- 血圧計を事務所に置いている。血圧の治療中の人には、工場長から血圧測定の声掛けをしている。

3 たばこ対策について

【施設の受動喫煙対策】

受動喫煙防止に取り組む事業所は、「建物内禁煙」65(46%)、「喫煙室を設置」が14(10%)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」46(32%)、「屋外に喫煙場所設置」75(53%)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18(13%)であった。

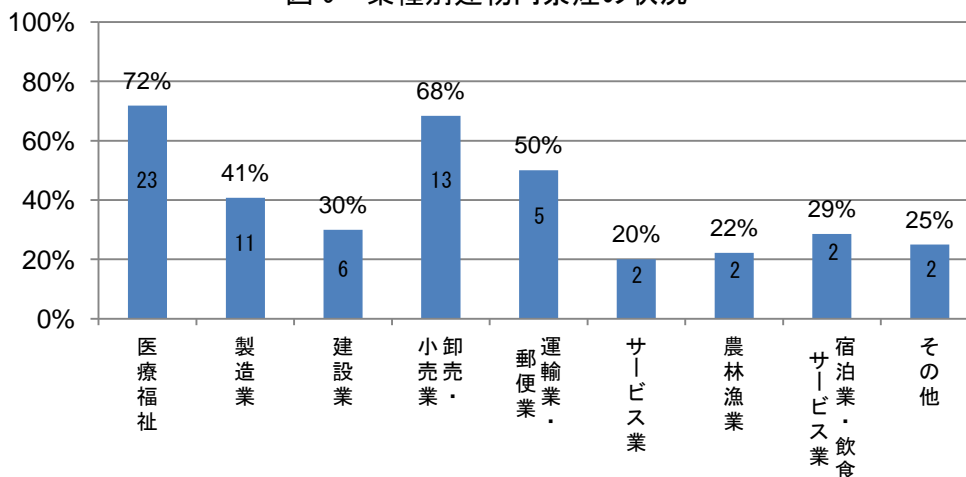
図8 たばこ対策の状況



【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23(72%)、次いで卸小売業13(68%)、運輸業・郵便業で5(50%)、製造業11(41%)、取組が少なかった業種はサービス業(20%)、農林漁業(22%)、宿泊業・飲食サービス業(29%)建設業(30%)であった。

図9 業種別建物内禁煙の状況





勤務時間の受動喫煙防止の工夫

- 職場として、勤務時間中の喫煙禁止
- 屋外に喫煙場所設置
- フロア別禁煙
- 宴会場禁煙
- 社長が注意している。
- 毎日22日のスワンスワンデーに、禁煙を呼びかけている。
- 喫煙室の設置検討

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
- 現場で安全タイムを取って一斉に喫煙
- ＊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1ヵ月 500 円、禁煙して1年経過 3 万円の奨励金支給
- 1年禁煙すると3万円の奨励金
- 社長自ら禁煙を勧めている。
- 禁煙外来の紹介
- 職員のたばこアンケートの実施
- ポスターの掲示や回覧にて情報提供

難しいと感じること

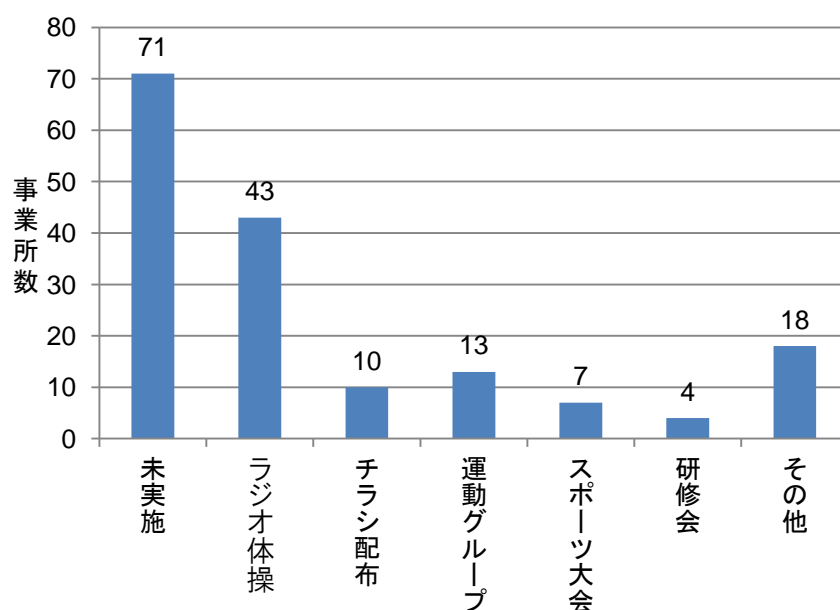
- 屋外での重機運転の職場の場合、禁煙を勧めても、受動喫煙にならず、人に迷惑をかけていないと拒否される。
- 夜勤があったり、精神面で負担がかかる職場だと、無理に禁煙を勧めづらい。

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、71(50%)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 43(30%)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等があった。

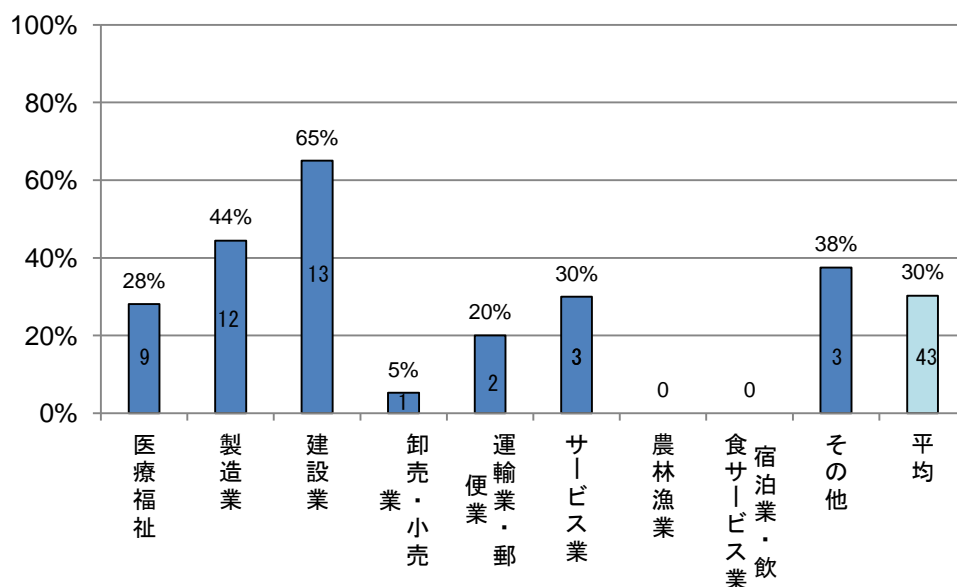
図 10 運動に関する取組状況



【業種別ラジオ体操実施状況】

建設業が 13(65%)と最も実施割合が高く、次いで製造業、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





ラジオ体操等の実施

- 始業時にラジオ体操第一を実施
- 仕事前に各現場で体操する。
- 朝のラジオ体操は協力会社も一緒にする。
- 始業時、朝礼前に体操 3 分間は仕事のうちとしている。
- 朝昼ラジオ体操
- 講師を招いてリフレッシュ体操、定期的に行っている。
- 健康体操を実施している。
- 職員も利用者さんと一緒にラジオ体操
- 外部講師による、介護技術研修の実施(腰痛予防目的)

運動しやすい環境づくり

- 組合で万歩計を配布
- 毎年 10～11 月は健康づくり月間として職員に参加を呼び掛ける。
- ポスターの掲示
- 従業員用の運動器具の設置
- 倉庫に運動器具を設置し、自由に利用できるようにしている。
- 昼休みにウォーキングを勧める。
- 卓球台、健康グッズなどを置いている。
- 月2回、職場でスポーツ大会を実施している。

地域との交流

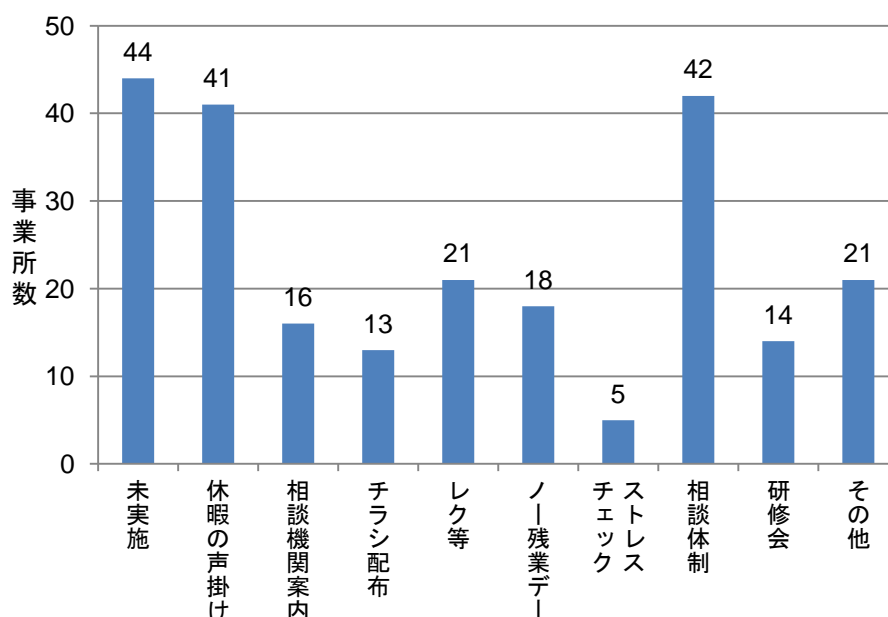
- 地域のスポーツ大会に参加。ソフトボールやバレーボール

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、「相談体制ができている」42(30%)、「休暇の声掛け」41(29%)、「レクリエーションや旅行」21(15%)を実施していると答えた事業所が多かった。H27年12月からストレスチェックが開始されることもあり、関心が高かった。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(11%)や「チラシ配布」13(9%)等は取組まれていなかった。

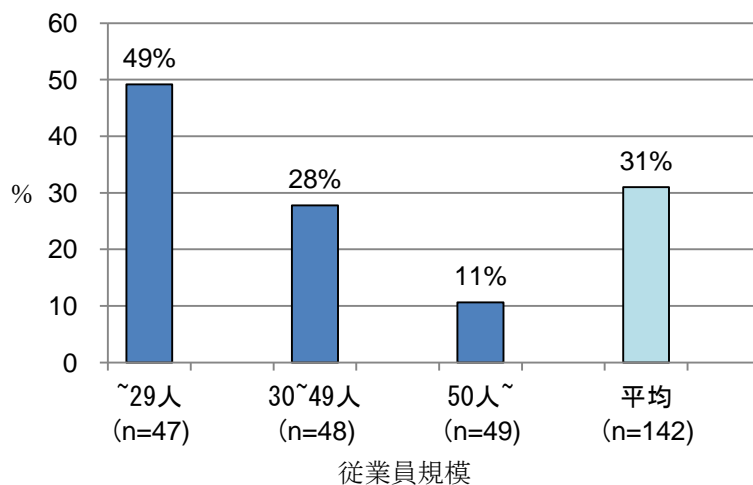
図12 メンタルヘルス対策の実施状況



【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約1割であったが、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13 規模別メンタルヘルス対策の未実施状況





ストレスの予防・軽減

- 残業が無いよう各現場で管理。無理して仕事をさせないようにしている。
- 時間外勤務をしない職場風土ができています。
- ノー残業デーを設けている。
- 残業時、軽食、飲料水等を用意するとともに休憩を多めにとる。
- 残業しないよう声掛け、勤務時間内に会議を設定
- 職場での旅行、親和会やハイキング
- 個人でセルフチェックしている。
- 毎日従業員の様子はチェック
- 年に2回の安全衛生大会講習会等でメンタルヘルスの学習会を取り入れている。
- 日頃から声掛け
- メンタルヘルス通信の回覧

気になる人への働きかけの工夫

- 気になる職員については所属長やリーダーと情報共有し対応
- 表情の浮かない人には声掛け
- 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。

相談体制の工夫

- 心理カウンセラーに定期的に来てもらっている
- 週1回、カウンセリングを実施
- 職員ハンドブックで相談窓口を職員に知らせている。
- 上司面談を毎月実施
- 管理職・リーダーによる随時の声掛け相談
- 職員用の控室にて、相談機関の案内を掲示・回覧し情報提供
- 出入口にチラシを置く、施設長が相談を受ける。

外部資源の活用

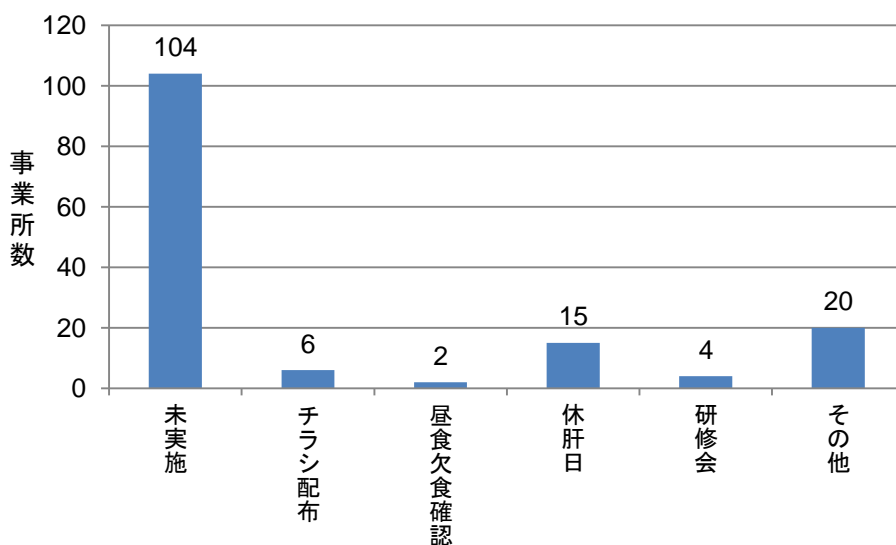
- 外部研修会があれば参加している。
- 外部の保健師の指導を受ける。

6 食生活について

【食生活改善の取組】

従業員の食事・食生活改善指導に関する取組として 104(74%)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」15(11%)、「チラシの配布」6(4%)を行っていた。

図 14 栄養指導の実施状況



《 取組インタビュー 》



食生活改善の工夫

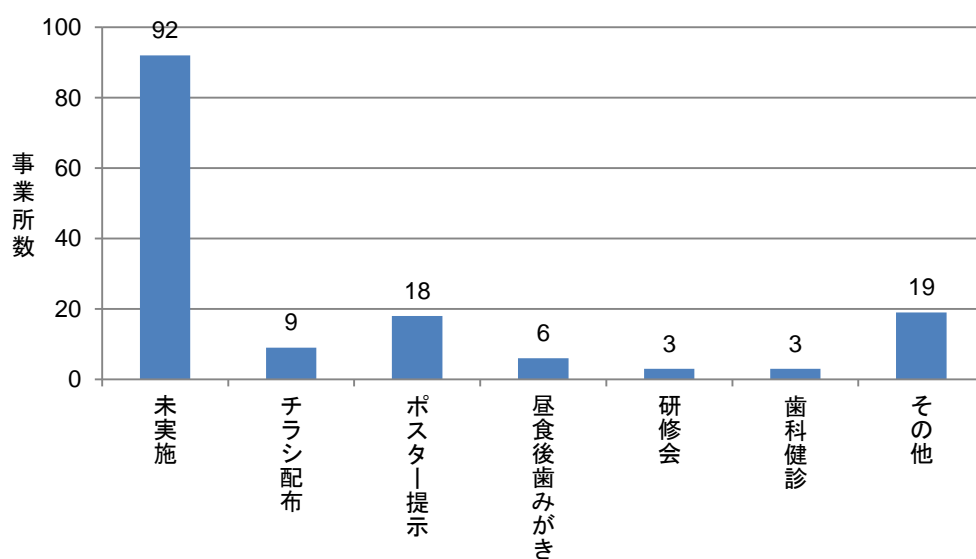
- 缶コーヒー、油もの等を控えるよう声掛け
- 肥満者への減食指導
- バランスのとれた弁当を購入し、昼食時に食べるようにしている。
- 健診後に、食事指導を衛生管理者が実施
- 朝食をとるように声掛け
- 朝礼で暴飲暴食しないように声掛け
- 健保組合の機関紙の回覧
- 薄味にするチラシ等を配布
- 休憩時間等に自動販売機でジュースを飲む人が多いため、浄水器を設置

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 92(65%)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」18(13.1%)、「チラシの配布」9(6%)、「昼食後の歯みがき」6(4%)をおこなっている程度であった。

図 15 保健指導の実施状況



《 取組インタビュー 》



熱中症対策

睡眠

- 水分補給、冷水クーラー、塩飴の配布、すだれの活用
- 仮眠の実施
- 睡眠については問診票の結果より個別指導
- 朝礼で早寝早起きの声掛け

歯科

- 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)
- 歯科健診を受診するよう勧める。

腰痛予防

その他

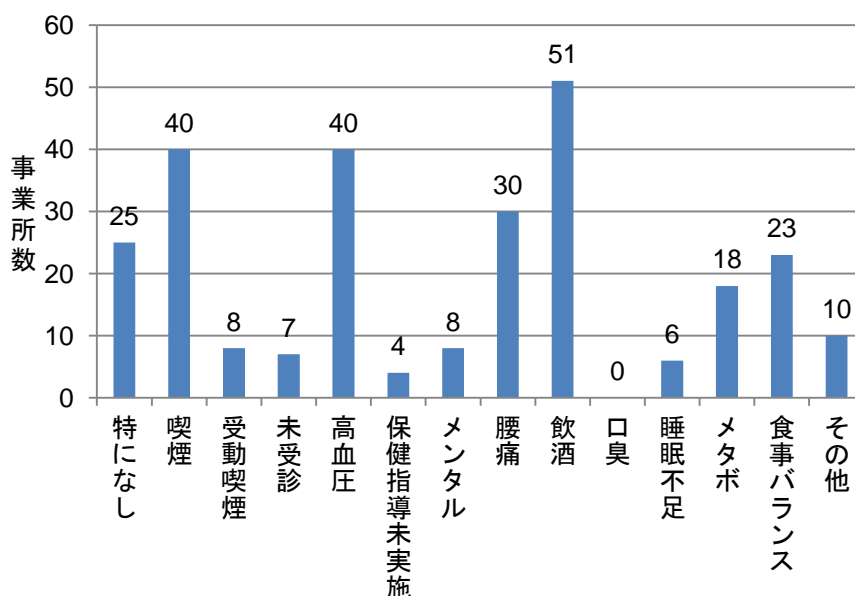
- 研修会の開催、コルセットの配布
- 労働衛生週間のチラシ配布、カウンターにチラシを置く。
- 朝礼で体調管理と安全作業について呼びかけ
- 広報紙・ポスター・ちらし・リーフレットでの情報提供
- 年に2回の安全衛生大会で講習会等取り入れている。
- 日頃から声掛け・情報提供・小雑誌の回覧

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」51(36%)、「高血圧の人が多い」と「喫煙者が多い」が40(28%)、「腰痛の人が多い」30(21%)、「食事バランスが悪い」23(16%)の順で多かった。調査時の聞き取りや労働基準監督署への定期健康診断結果報告等でも、血中脂質、高血圧、肝機能で有所見者が多い。

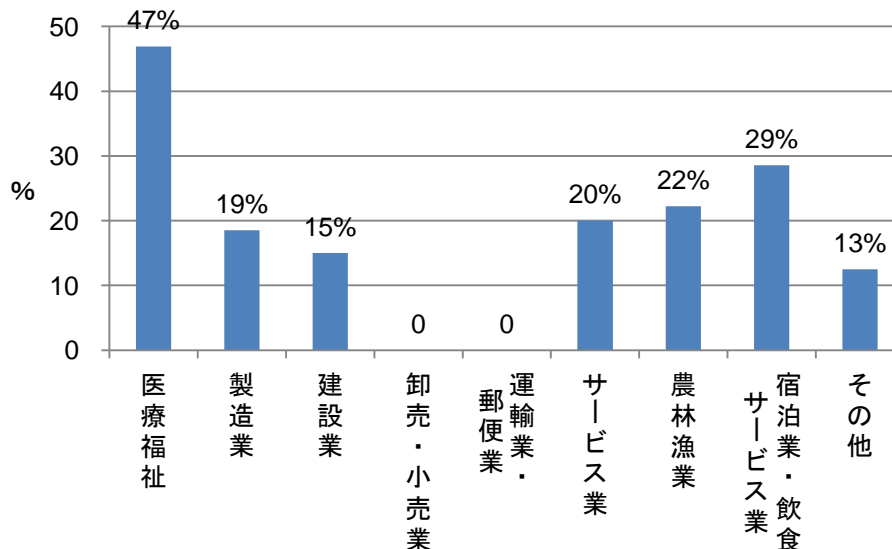
図 16 健康管理担当者が感じる従業員の健康課題



【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、医療福祉(47%)が高く、続いて、宿泊業・飲食サービス業が高かった。

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

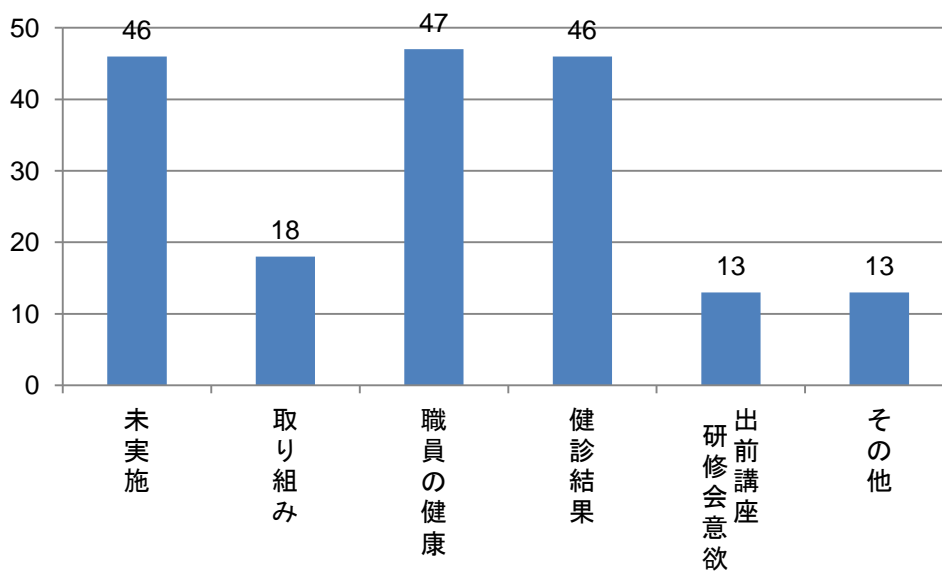


9 その他の取組について

【前回の調査以降に取り組んだこと】

「職員の健康が気になるようになった」47(33%)、「健診結果を気にして見るようになった」46(32%)が多く挙げられた。前回調査以降に新たな取組がない事業所(「未実施」)は、46(32%)あるが、調査時に健康管理の取組が全くできていない事業所は6カ所であった。残りの40事業所は、健診受診の声かけや健診実施、健診後再検査や精密検査の必要な人への声かけ等ができています。

図 18 前回の調査以降に職場の健康づくりに取り組んだこと



Ⅳ 前回調査結果との比較

調査項目		H25	H27
回答事業者数		125	142
職場の衛生体制	健康管理担当者の配置	77(62%)	74(52%)
	衛生委員会の設置	41(33%)	39(27%)
健康管理	健診実施	110(88%)	129(91%)
	再検査等の声掛け	72(58%)	78(55%)
	健診後の保健指導実施率	34(27%)	43(30%)
	家族に健診の声掛け	32(26%)	19(13%)
たばこ対策	建物内禁煙	59(47%)	65(46%)
	屋外に禁煙場所設置	62(50%)	75(53%)
	取組未実施	13(10%)	18(13%)
運動	ラジオ体操の実施	42(34%)	43(30%)
	取組未実施	66(53%)	71(50%)
メンタルヘルス対策	相談体制ができています	31(25%)	42(30%)
	休暇の声掛け	35(28%)	41(29%)
食事・栄養	取組未実施	94(75%)	104(73%)
	休肝日を勧めている	9(7%)	15(11%)
睡眠・口腔保健等 その他の保健指導	取組未実施	88(70%)	92(65%)
	ポスター掲示	15(12%)	18(13%)
	チラシの配布	9(7%)	9(6%)
年に1回、従業員が健康教育に参加している		19(15%)	29(20%)

【職場衛生推進体制】

■衛生委員会活動の活性化

衛生委員会以外に職場の健康づくりについて話し合う機会がない事業所や、衛生委員会が設置されていても職場の健康づくりの活動がなされていない事業所が多くみられる。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

52%の事業所で健康管理担当者が配置されているが、「健診担当」という認識に留まり、生活習慣病予防の取組は従業員の個人任せであることが多い。

職場ぐるみの健康づくりを進めるためには、健康管理担当者への啓発と、「従業員の健康づくりを進めていく」という意識付けが必要である。

【健康管理について】

■健診後の医療機関への受診勧奨や、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を受ける体制はできている(91%)が、大半は受診結果を本人に通知するにとどまっている。

再検査等の声掛けは、55%、保健指導は30%しか行われておらず、生活習慣病の予防や重症化予防のため、徹底して勧奨の仕組みづくりが必要である。

■担当者が、事業所における適切な健康管理の知識を持って取り組む

【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46%であり、長時間過ごす職場での受動喫煙が懸念される。受動喫煙による健康障害の啓発を継続強化することが必要である

■特に禁煙率の低い業種への働きかけ

取組が低い業種に対し重点的な禁煙支援の働きかけが必要である。

【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・飲食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。

【メンタルヘルスについて】

■外部相談機関活用のしくみづくり

平成27年12月からストレスチェックが開始されたことにより、メンタルヘルスの関心度は高いが、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。

【食生活について】

■多量飲酒の対策

前回調査同様、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）。休肝日の声かけをする事業所も増えてきてはいるが、飲酒、喫煙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食生活改善の体制づくり

健診結果で脂質異常や高血圧、肝機能障害の有所見者が多いことから、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

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」が際違って多く、51 事業所(36%)。続いて「高血圧の人が多い」「喫煙者が多い」「腰痛の人が多い」「食事バランスが悪い」の順であった。調査時の聞き取りや労働基準監督署への定期健康診断結果報告等においても、脂質異常や高血圧、肝機能障害の有所見者が多い。

また、運動や食生活、歯周病予防などの取組が不十分であり、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ない取組を進めていく必要がある。