

令和6年度健康づくり指導者セミナー（働く世代の健康づくりコース） 実施報告

1. 本セミナーの概要について

【目的】

職場における健康づくりへの理解が進み、働く世代の健康づくり活動がより円滑かつ効果的に推進されることを目的とする。

【テーマ】

「働く世代のライフコースアプローチ ～切れ目なく寄り添う健康づくりを考える～」

【対象者】

愛知県内の企業や事業所において、下記に該当する者

- ・管理者及び責任者
- ・従業員の健康管理に従事する者または従事する予定の者
- ・職域の健康管理を支援する団体（医療保険者、商工会議所・商工会、市町村等）の職員

【定員】

来場型 50名
動画配信型 定員なし

【日時】

ライブ配信 令和6年8月7日（水）午前10時から午後3時30分まで
動画配信 令和6年8月29日（木）午前10時から9月25日（水）午後5時まで

【方法】

直接会場に出向く“来場型研修”と、動画配信サイト（YouTube）による“動画配信型研修”とする。

【共催】

愛知県経営者協会、愛知県勤労者安全衛生研究センター

2. 講義・事例紹介

●カリキュラム

●来場 令和6年8月7日（水） 10:00～15:30		
時間	内容	概要
9:30	受付開始	
10:00	開講・オリエンテーション	
10:10 (50分)	講義* 「働く世代の健康づくりのポイント」 あいち健康の森健康科学総合センター 健康開発部 医師 吉武 姿子	年齢や性差、ライフステージを踏まえた健康課題について理解し、今後の職場づくりにつなげる。
11:00	休憩	
11:10 (20分)	情報提供* 「働く世代に向けた あいち健康プラザの取り組みについて」 あいち健康の森健康科学総合センター 健康開発部 池田 達哉	若年及び高年齢労働者を対象とした取り組みを紹介する。
11:30 (30分)	事例紹介* 「企業から学ぶ 取組み事例 ～従業員に寄り添った健康支援～」 株式会社ジェイテクトギヤシステム 企画・総務部 総務・人事室 人事G 加納 志保 氏	事業所における40歳代をボリュームゾーンとする従業員に寄り添った健康づくりの工夫点を学ぶ。
12:00	昼食	
13:00 (30分)	講義* 「仕事と治療の両立支援の現状と取り組みのポイントについて」 愛知産業保健総合支援センター 産業保健専門職（保健師） 早川 明子 氏	仕事と治療の両立支援の現状や具体的な取り組みのポイントについて学ぶ。
13:30 (30分)	事例紹介* 「企業から学ぶ 取組み事例 ～治療と仕事を両立する風土づくり～」 鳴海製陶株式会社 / NARUMI ブランディング推進室 木全 裕子 氏 人事総務課 中村 哲治 氏	治療と仕事の両立支援につながる体制・風土づくりの工夫点や支援の際のポイントについて学ぶ。
14:00	休憩	
14:10 (60分)	意見交換 「職場のライフコースアプローチについて情報交換しよう」 (各グループで司会、書記、発表者を決め、意見交換をします。)	受講者同士で、健康づくりの取り組みや思いを情報交換し、自身の立場でできる健康づくり事業を考える。
15:10 (20分)	発表・情報共有 (意見交換で話し合われた内容を発表、共有します。)	
15:30	事務連絡、閉講	

(カリキュラム内容は変更する場合があります。)

●動画配信 令和6年8月29日（木） 10:00～ 9月25日（水） 17:00

動画時間は約 2 時間 46 分

講義「働く世代の健康づくりのポイント」

あいち健康の森健康科学総合センター

健康開発部 医師 吉武 姿子

ライフコースアプローチを踏まえた働く世代の健康づくりのポイントについて、お話ししました。健康日本 21（第三次）の方針や職域の現状（高年齢労働者や女性労働者の増加）といった背景を整理し、安全配慮義務と自己保健義務などの職域での健康づくりの特殊性も考慮した健康づくりについて考察しました。また、職場で起こりやすい具体例を用いて、ポイントを紹介しました。



情報提供「働く世代に向けた あいち健康プラザの取り組みについて」

あいち健康の森健康科学総合センター

健康開発部 主事 池田 達哉

あいち健康プラザで実施している働く世代に向けた取り組みについて、若年及び高年齢労働者を対象とした事例を紹介しました。打合せの際に聞き取った会社の現状や対象の特徴などの計画・実施時に留意したポイントについて紹介しました。また、事業所で活用できる資源として、当センター作成の「若年労働者に向けた肥満対策プログラム」や「出張体力測定」などの事業について、情報提供しました。



事例紹介「企業から学ぶ 取組み事例 ～従業員に寄り添った健康支援～」

株式会社ジェイテクトギヤシステム

企画・総務部 総務・人事室 人事G 加納 志保 氏

令和4年度「あいち健康経営アワード」で表彰された株式会社ジェイテクトギヤシステム様の取り組みについて、保健師の立場よりご紹介いただきました。従業員の年齢のボリュームゾーンが40歳代であり、健康問題に加え、その背景となる種々の問題も多い中で、相談しやすい環境づくりや日々のコミュニケーションにより、従業員に寄り添った健康づくりを実践している事例についてご紹介いただきました。また、それを支える健康管理部門の体制についてお話しいただきました。



講義「仕事と治療の両立支援の現状と取り組みのポイントについて」

愛知産業保健総合支援センター

産業保健専門職（保健師） 早川 明子 氏

産業保健に関する研修や相談等を実施している愛知産業保健総合支援センター様より、仕事と治療の両立支援の現状や根拠となる法令、取り組みのポイント、ガイドラインなどの活用できるツール、外部資源と連携した体制づくりについてお話しいただきました。また、不妊症・不育症や若年性認知症への支援などの最新情報について情報提供いただきました。



事例紹介「企業から学ぶ 取り組み事例 ～治療と仕事を両立する風土づくり～」

鳴海製陶株式会社 / NARUMI

ブランディング推進室 木全 裕子 氏

人事総務課 中村 哲治 氏

愛知県作成の「治療と仕事の両立支援取組事例集」に掲載された鳴海製陶株式会社/NARUMI 様の取り組みについてご紹介いただきました。社内外の組織体制による連携、様々な組み合わせが可能な勤務や休暇制度、職場・周囲の理解・協力といった支援体制などを実際の体験談にあてはめながら具体的な両立支援についてお話しいただきました。



意見交換「職場のライフコースアプローチについて情報交換しよう」

1 グループ 4～6 名として、6 グループに分かれて意見交換をしました。今回は、参加者のお立場や企業規模、地域でグループ分けしました。

意見交換の円滑な進行のため、各講義の後にワークシートへの記入時間を設け、各講義で気づいたこと、感じたこと、困難に感じていること、取り組んでみたいことを個人ワークとしてまとめました。

意見交換では、その個人シートをもとに、現在の取り組みや困難点、それぞれの立場で取り組みたいことについて意見交換しました。

各グループセッション終了後、一部グループにセッションで挙げた話題や意見を発表していただき、参加者全体で情報共有しました。

令和 6 年度健康づくり推進セミナー（働き世代の健康づくりコース）				
個人ワークシート				
氏名（ ）				
	気づいたこと、感じたこと	困難に感じていること	ご自身の立場で取り組みたいこと	
1	働き世代の健康づくりのポイント			
2	働き世代に向けたあいち健康プログラムの取組みについて			
3	企業から学ぶ 取組み事例 ～従業員に寄り添った健康支援～			
4	仕事と治療の両立支援の現状と取組みのポイントについて			
5	企業から学ぶ 取組み事例 ～治療と仕事を両立する風土づくり～			

※本誌の発行は不要です。自由に利用ください。

グループセッション内容（一部抜粋）

【現状・困難に感じていること】

- ・健康への関心が低い従業員がおり、自己保健義務は理解されていないことが多い。
- ・若年労働者で体力低下や健康意識が低く、将来的の傷病につながるものが予想される。
- ・中高年で生活習慣病を発症後も生活習慣などの改善意欲が低く、そのままにしている場合がある。
- ・高齢労働者で体力に対する主観が若い時のままの場合がある。
- ・両立支援について、どこまで支援するか具体的でなく、制度の整備ができていないと思った。
- ・年代、性別などに合わせた支援は必要であるが、産業保健スタッフのマンパワー不足で十分な支援ができない。

【ご自身の立場でできそうなこと、取り組みたいこと】

- ・健康意識が低い従業員に向けて、自己保健義務などを含め、教育する場（イベントなど）を検討したい。
- ・他団体・他機関間で、産業スタッフ・管理職も含めて情報交換できる場があるとよい。
- ・高齢労働者などに向けて、体力測定や体組成測定など現状を知る機会を設けたい。
- ・若年労働者に対し、健診・検診などの機会を設け、健康意識を高める働きかけをしたい。
- ・対面でのコミュニケーションを活用し、問題解決につなげたい。
- ・性差や年齢への配慮の一つとして、設備の自動化（重い荷物の運搬など）により、誰でも働きやすい環境の整備を検討したい。
- ・関係職種で連携して、健康づくり事業を企画し、従業員のもとへ出向いていけるとよい。
- ・管理職も含めた両立支援について話せる場を作りたい。

3. 申込者数・受講者数について

【申込者数（事業所数）】

来場型：32人（30事業所） 動画配信：130人（106事業所） 合計162人

【受講者数】

来場型：30人（参加者数） 動画配信：165回（平均動画視聴回数）

（以下、来場型と動画配信型合算して集計）

【申込者の所属】

(n=162)

	企業	医療保険者	行政	その他
人数（人）	88	12	41	21
割合（％）	54.3	7.4	25.3	13.0

【申込者の職種（役職）】

(n=162)

	保健師・ 看護師	管理栄養 士	役員級	管理職級	事務	その他 (未記入含)
人数（人）	90	4	2	19	34	13
割合（％）	55.6	2.5	1.2	11.7	21.0	8.0

4. アンケート結果について

【実施期間】

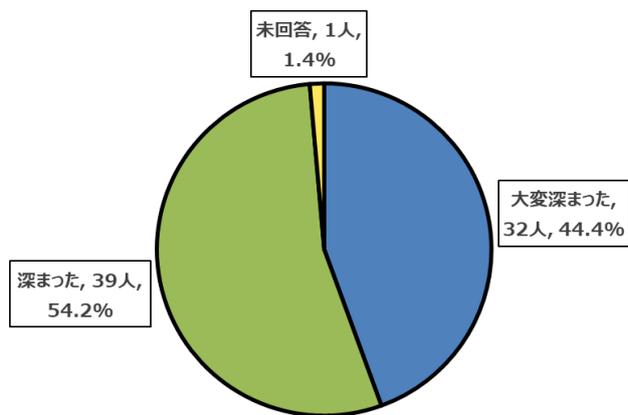
来場型 令和6年8月7日（水） 研修会終了後
動画配信型 令和6年8月29日（金）から10月3日（木）まで

【回収状況】

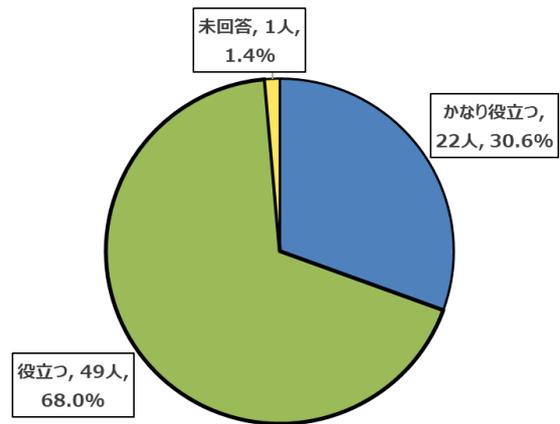
合計72人（回収率44.4%） ※申し込み外のため13人除外
来場型：29人（96.7%） 動画配信型：43人（33.1%）

【質問項目のまとめ】

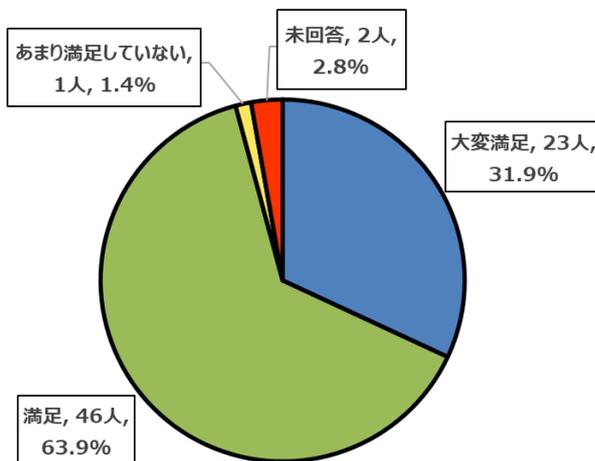
1) 理解度



2) 役立ち度



3) 満足度



4) 今回のセミナーを受講して、どのようなことから始めてみようと思いますか？（一部抜粋）

(ア) ライフコースアプローチについて

- ・40代以上に集中している支援を若年者への支援も検討し、バランスを取りたい。
- ・若年層と高齢者へのアプローチを強化するため、戦略マップを作製する。
- ・若い世代への意識づけ。
- ・連鎖する健康課題を解決するために個人と社会の両輪でバランスを意識する

(イ) 従業員との関係づくりについて

- ・従業員への声掛け、コミュニケーション
- ・職員一人一人にもっと目を向けデータなど見るだけでなく実際に会う機会を大切にしたい。
- ・従業員に顔を知ってもらうことや寄り添う姿勢を大切にして、互いに相談しやすい環境づくりをしていきたい。
- ・健康の話題から入らなくても、共通言語を増やすことに意識していきたい。

(ウ) 両立支援について

- ・両立支援相談窓口設置など環境整備
- ・仕事と治療の両立の大切さや、体験談を聞いてちょっとした声かけが安心につながる事が分かったので、積極的に声をかけていきたい。
- ・同僚の休職や体調不良を理解し合える、職場の雰囲気作りをしたい。
- ・色々なツールを知ることができたので伝えていきたい。
- ・健康に関する関係機関の把握や制度を見直そうと思う。

(エ) 情報共有について

- ・今日の内容を上司や社内で共有していきたい。
- ・従業員に楽しんで健康に興味を持ってもらえるよう情報発信をしていきたい。
- ・保健師との情報共有や本セミナーの案内
- ・考え方について気づきがあった。まずは経営陣にこの考えを理解してもらい社内に広めたい。
- ・健康保険組合として、事業所をフォローできるよう、様々な面での相談窓口として周知していきたい。

(オ) その他

- ・地域・職域保健連絡会議において、情報共有や事業所との情報交換。
- ・健康経営に取り組まれる事業所へ各種の事例紹介。
- ・職域連携するために、企業の現状を知る。

5) 受講者の感想や意見（一部抜粋）

- ・高齢化や定年延長が進む中、仕事と治療の両立は今後も大いに関心が高まるものであると思うので、具体的な事例や体験、制度などは大変参考になった。
- ・両立支援では、周囲のサポートを得る際に病気について知らせる必要があるが、本人が知られたくない場合もあるなど、気持ちに個人差があり難しいと思った。
- ・企業規模や業種によっては難しいと感じた。
- ・安心して働ける職場にするためには、社内・社外の関係者全員が協力し理解する必要があると感じた。

6) 次回の研修テーマについて（一部抜粋）

- ・復職支援
- ・メンタルヘルス（両立支援など）
- ・健診データなどの分析方法、それを活用した取り組み事例
- ・健康診断後のフォロー
- ・健康イベント、健康づくりの働きかけ
- ・子供の健康について
- ・40歳以下の人（メタボ検診対象外）の人へのアプローチ
- ・生活習慣病予防
- ・外国人労働者の健康問題