

健康づくりに向けた事業所アンケート結果

平成28年度に実施したアンケート調査結果です。
御社の健康づくりに参考とご利用ください。

◇職場内での閲覧をお願いいたします
香取地域・職域連携推進協議会
事務局：千葉県香取健康福祉センター

香取地域・職域連携推進協議会では、事業所職員の健康づくりに向けた活動を進めています。平成28年11月に、事業所での健康づくりの取り組みや課題となっていることをアンケート調査しました。アンケートには、香取保健所管内の商工会議所、商工会、工業団地連絡協議会に加入している98か所からご回答頂きました（従業員数50人未満76か所、50人以上22か所）。結果は次のとおりです。

運動・食事・心の健康について、工夫を凝らした取り組みが行われています

○今回の調査では、従業員の「運動習慣」「食生活改善」「心の健康（メンタルヘルス）」について、代表者の方がどれほど問題があると感じているか、実際どんな取り組みを行っているかを伺いました。

運動習慣

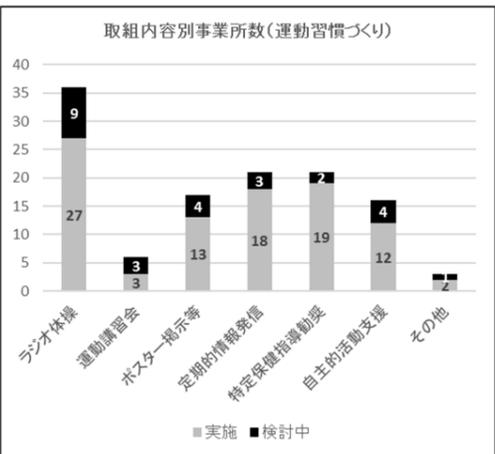
○従業員が運動不足だと「思う」「やや思う」と回答した事業所は68か所（69.4%）、「運動不足かどうか分からない」という回答は15.3%ありました。

取り組みについては、「以前から実施している」事業所が3割を占めました。

内容はラジオ体操が最も多く、近年は特定保健指導対象者への受講奨励や、運動クラブ・ウォーキング大会等の自主的な活動に対する支援を行う事業所が見受けられました。

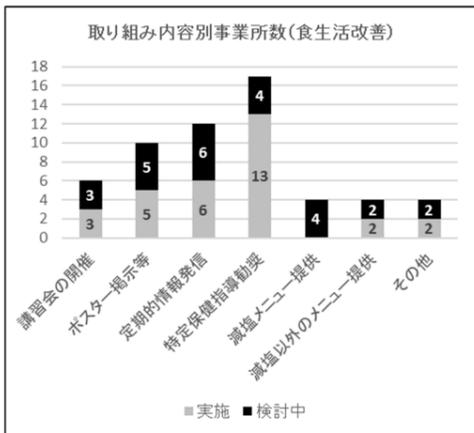


ウォーキング大会



食生活改善

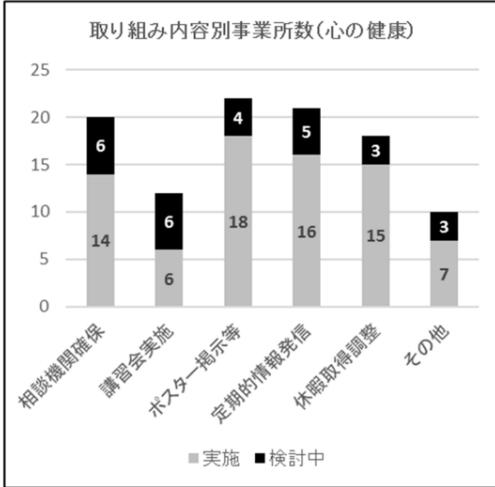
○従業員の食生活に問題が「とてもある」「ややある」という回答は49%と約半数を占めています。「分からない」も35.7%ありました。社員食堂を持たない事業所や、外回り中に食事を摂る従業員が多い事業所もありますが、特定保健指導対象者への受講奨励や、ポスターや健康だよりを使った啓発を実施していました。その他にも、「健診結果を基に食生活について話し合う機会を作った」「商品開発の際、安全性や旬を活かした調理法を検討し、従業員の関心も高まった」という事業所もあり、普段の健診や業務を健康づくりに生かす等、工夫を凝らしていました。



心の健康

○心の健康に問題が「ある（業務への支障の有無を問わず）」という回答は全体の42.8%。従業員数50人以上に限ると63.6%で、「問題はない」という回答は0%でした。

取り組みについてはポスター掲示、健康だより発行、相談機関の確保、休暇取得調整について約2割の事業所が実施しています。運動習慣や食生活に比べ、最近取り組み始めたという事業所の割合が高く、ストレスチェック制度やワークライフバランス等の社会情勢の影響がうかがえました。

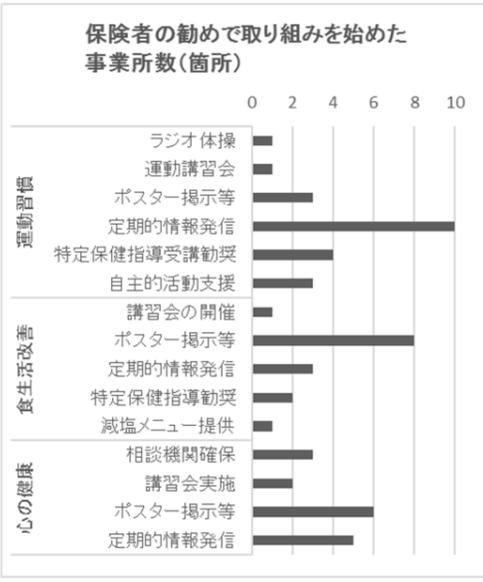


健康づくりの取り組みのきっかけに 保険者・産業医の働きかけ有り

○健康づくりの取り組みをはじめたきっかけをうかがうと、「健康保険者の勧め」という回答が多く見られました。特にポスターや健康だよりの発行は保険者からの発信が多いようです。

平成20年4月に特定健診・特定保健指導が保険者に義務化され、健診結果や医療費のレセプト（注：医療機関が健康保険組合に提出する月ごとの診療報酬明細書）等のデータから加入者にとって効果的な保健事業を実践する保険者が増えてきました（データヘルス計画）。事業所の健康づくりを支える強い味方になるのではないのでしょうか。

○従業員の健診に携わっている「産業医の勧め」で取り組みが始まったという回答も多く見られました。



た。特に食生活の面で産業医の勧めで講演会を実施した、食堂の減塩メニューを取り入れようと検討しているといった事業所が複数ありました。

「時間がない」「何をすれば良いの?」「成功例から学ぶ健康づくり

○事業所が従業員の健康づくりに取り組む上で課題となっていることは、「取り組む時間がない（39か所）」が最も多く、次に「どんな取り組みをすれば良いか分からない（32か所）」と続きました。

○どんな健康づくりの取り組みがうまくいったかを伺ったところ、「従業員全員で清掃をして身体を動かすようになった」「健診結果を基に食生活改善や運動の必要性について講習を行った」「スポーツ大会や旅行等で職場の（従業員同士の）調和が生まれた」「健康関連のテレビプログラムの情報を紹介した」等の回答がありました。

食生活改善の項にもあるように、ゼロから新しい取り組みをするだけでなく、普段の健診や業務を工夫する（職場の動線に組み込む）ことで無理なく健康づくりに取り組めることが分かります。

裏面には健康づくりのヒントとなる情報を掲載しています。

