
東京都職域健康促進サポート事業

東京都4つの取組
～健康づくり・がん対策・肝炎対策・感染症対策～

 東京都福祉保健局

受託  東京商工会議所

従業員の健康づくりを、 経営戦略として取り入れませんか。

従業員の健康づくりを経営的な視点から投資と捉え、戦略的に実践する「健康経営」*が注目されています。従業員の健康維持増進は、活力向上や生産性向上など組織の活性化にもつながり、結果的に業績や企業価値向上につながることを期待されています。

この考え方は、中小企業を取り巻く深刻な人手不足、従業員の高齢化を背景に、中小企業経営者の間でも関心が広がっており、従業員健康づくりに取り組む中小企業が増えています。

東京都職域健康促進サポート事業では、「健康経営アドバイザー」が東京都内の中小企業を訪問し、健康経営の考え方とともに、東京都が進める職場における取組（健康づくり、がん対策、肝炎対策、感染症対策）に関する情報提供を行っております。

これを機会に、職場における「健康づくり」を考えていただければと思います。



*「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

会社の元気は従業員の健康から！

従業員の方は、元気に出勤しているでしょうか？日々の疲れや体調不良などでパフォーマンスが低下しているかもしれません。会社の生産性や企業力の向上には、従業員が元気に働き続けられることが不可欠であり、従業員の健康に配慮した経営は経営力向上への投資といえます。実際に従業員の健康に配慮した経営を行い、業績や従業員の定着率がアップした会社もあります。従業員がイキイキと働く職場づくりの一步を踏み出してみませんか？

経営者であるあなたの決断と一人ひとりの実践によって、効果が最大となります。

会社ができること、 いろいろあります



- 協会けんぽや健保組合等と連携して、自社や業界の健康状態の特徴を把握してみる！
- 朝礼で自社の健康状態の特徴を伝えたり、健康づくりやライフ・ワーク・バランスを話題に取り入れる！
- 健診を受診しやすい取組や工夫をして、従業員全員が受診するよう促す！

健康に配慮した経営は、従業員のモチベーション向上とともに、疾病予防により、会社の生産性の維持・向上につながります。自社の働き方や生活習慣の特徴を知ること、健康づくりの一步を踏み出せます。

一人でできることも いろいろあります



- できるだけ階段を利用する。
- 歩ける距離は意識的に歩いてみる。
- 毎日、朝食を食べる。
- 野菜から食べるようにする。
- 毎年健診を受けて体の状態を知る。
- わずかな時間で気分転換できる方法を見つけておく。



一人でできることは従業員に推奨しましょう。

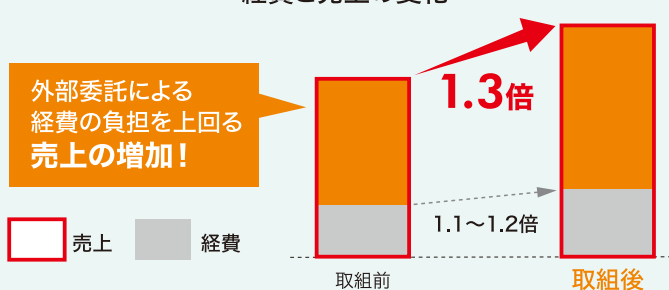
従業員の健康に配慮することは会社にとってどんな効果があるのでしょうか？

A社の場合

総合ビル管理業等

ライフ・ワーク・バランスの徹底！

経費と売上の変化



取組内容

- 従業員と話し合い、夜間業務を外部委託
- 勤務時間(9時~17時)を徹底

従業員の 変化等

- 勤務にメリハリができ、余裕のある丁寧な仕事が可能に。
- 従業員の意欲の向上

外部機関の 活用と その効果

- 外部機関の活用による健康相談・指導を実施
- 健診・検診の重要性に気づく従業員の増加

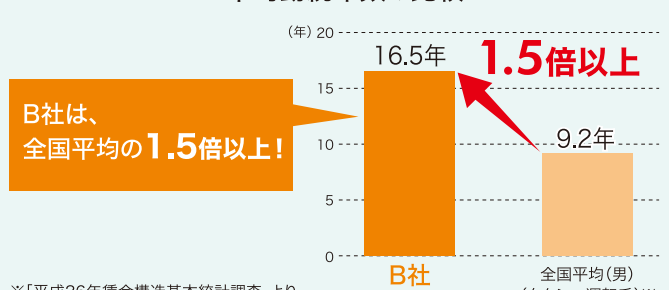
B社の場合

一般乗用旅客自動車運送事業

健診・保健指導受診率100%！

さりげない声かけで、健康に対する意識向上！

平均勤続年数の比較



取組内容

- 「健診結果どうですか？」の声かけと、月1回の従業員研修会で、受診状況や入院からの復帰状況など報告

従業員の 変化等

- 従業員同士で自らの健康状態について、話題に。
- 体調を崩す従業員の減少

外部機関の 活用と その効果

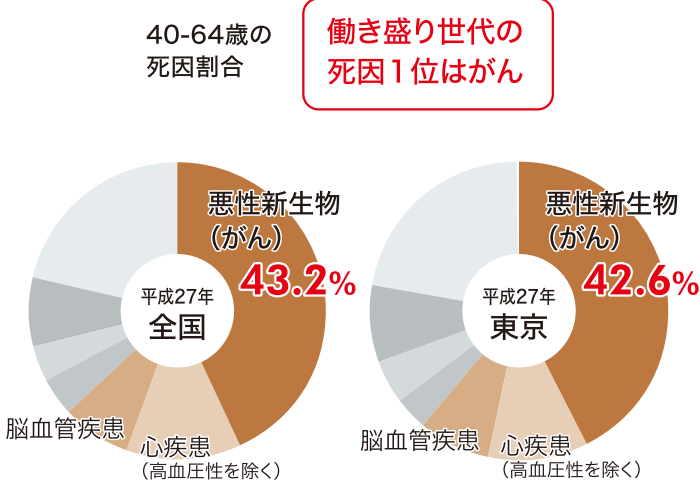
- 医療保険者(協会けんぽ東京支部)に、個別の保健指導と集団指導を依頼し、従業員研修会の際に実施
- 健診も保健指導も、受診するのが当たり前。

※「平成26年賃金構造基本統計調査」より

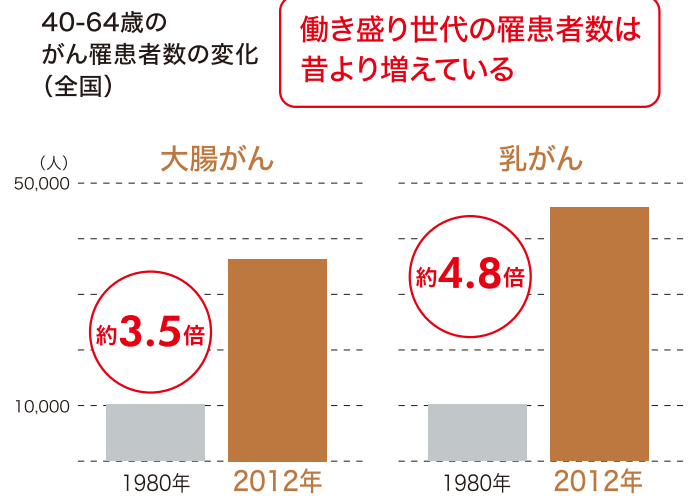
がん検診、実施していますか？

今、日本人の2人に1人ががんとなり、3人に1人ががんで命を落としています。特に40～64歳の働き盛り世代では、がんにより死亡した割合が、死因全体の4割を超えています。がんは、早期発見・早期治療をすれば、その後の生存率は高くなります。大切な従業員やその家族を守るため、早期発見・早期治療に向けて、がん検診を実施しませんか？

働き盛り世代のがん患者が増えています

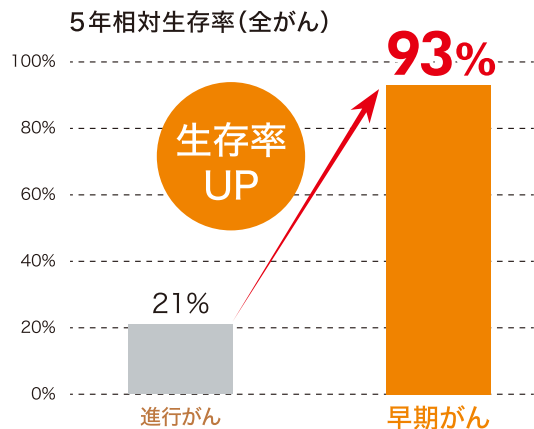


出典：人口動態統計(平成27年、全国・東京) [厚生労働省]



出典：地域がん登録全国推計によるがん罹患データ(1975年～2012年) [国立がん研究センター]

早期発見・早期治療により、生存率は約9割に！



がん検診を行うことにより、大切な従業員の命を守ることができます！

■ がん検診により期待される効果

従業員の長期休暇、離職のリスク減少！

新たな人材確保の必要性がなくなる
ベテラン職員のもつノウハウを消失せずに済む

従業員のモチベーションアップ！

「企業が従業員の健康を守る」姿勢をみせることにより、従業員は安心して意欲的に働けるようになる

5年相対生存率：

あるがんと診断された場合に、治療でどのくらい生命を救えるかを示す指標。

100%に近いほど治療で生命を救えるがん、0%に近いほど治療で生命を救い難いがんであることを意味します。

出典：がんの統計'16 全国がん(成人病)センター協議会加盟施設における5年生存率(2006～2008年診断例) [公益財団法人がん研究振興財団]

国及び東京都では、死亡率減少効果が科学的に認められているとして、以下の5つのがん種・6つの検査方法によるがん検診の実施を推奨しています。

胃がん	胃部エックス線検査又は胃内視鏡検査	50歳以上、2年に1回
肺がん	胸部エックス線検査(必要者のみ喀痰検査)	40歳以上、年1回
大腸がん	免疫便潜血検査2日法	40歳以上、年1回
子宮頸がん	視診、内診、細胞診	20歳以上、2年に1回
乳がん	マンモグラフィ検査	40歳以上、2年に1回

がん検診は、お住まいの区市町村で受けることもできます。
(お住まいの地域によって、対象年齢や実施時期などが異なります。)

(参照)

都HP 企業でできるがん対策事例集

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/gan/syokuiki-renkei/>

都HP とうきょう健康ステーション「受けよう!がん検診」

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/gan/>

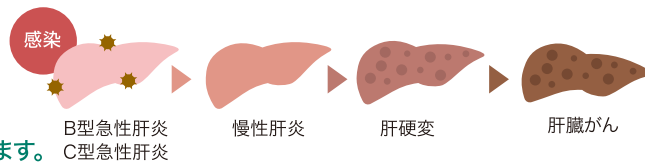
職場の定期健康診断に、 肝炎ウイルス検査を取り入れましょう

肝炎とは、肝臓の細胞に炎症が起こり、肝細胞が壊される病態です。肝炎ウイルスは、自覚症状がほとんどなく、感染者のうち、約30%が感染に気づいていないとされています。B型・C型肝炎は、新しい治療法も承認されて治療効果が飛躍的に高まっており、早期の受診・治療によって高い効果が期待できますが、実際の感染の有無は、検査を受けなければわかりません。大切な従業員の命を守るために、職場の定期健康診断時に肝炎ウイルス検査の実施をお願いします。

! 健康診断時に、他の血液検査項目に追加できない場合は、各区市町村にて無料(過去にB型・C型肝炎ウイルス検査を受けたことがない住民が対象)で検査を受けられることを従業員に周知してください。

ウイルス性肝炎を放っておくとどうなるの？

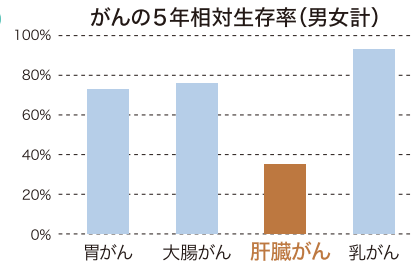
肝炎は、感染した状態を放置すると慢性肝炎から肝硬変、肝臓がんに行進する場合があります。



肝臓がんの原因の約8割は
B型・C型肝炎ウイルスが占めています。

■感染経路について

感染は血液・体液により起こります。近年、若年層を中心に性感染等によるB型肝炎の感染が増加しています。
※握手や咳、食器の共有などで感染することはないため、日常生活での感染はありません。



出典：公益財団法人がん研究振興財団
(がんの統計'15 全国がん(成人病)センター協議会加盟施設における5年生存率(2004-2007診断例))

[肝炎ウイルスなど肝疾患について知りたいときは(肝疾患相談センターのご案内)]

- (特別区在住の方) ● 国家公務員共済組合連合会虎の門病院
TEL : **03-3560-7672** (相談専用ダイヤル)
- (市町村在住の方) ● 武蔵野赤十字病院
TEL : **0422-32-3135** (相談専用ダイヤル)

(参照)

- 都HP とうきょう健康ステーション「肝炎ウイルス検診を受けましょう」
<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/etc/kanen/>
- 都HP 「B型・C型肝炎医療費助成について」
<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryjo/josei/kanen/>

職場における感染症のリスク対策をお手伝いします 職場で始める！感染症対応力向上プロジェクト

感染症の脅威は職場の大きなリスクの一つです。対策を怠ると、職場に感染症がまん延し、多くの欠勤者が発生して業務が回らなくなり、顧客からの信頼まで失いかねません。しかし、感染症は対策することで脅威を緩和することができます。当プロジェクトがその対策をお手伝いします。

感染症対応力向上プロジェクトのメリット

- 各コースに取り組むだけで、企業に必要な感染症対策が実施できる
- 申込企業、基準達成企業は、企業名を東京都のホームページでPRできる
- 「感染症予防対策」は、健康経営優良法人認定制度の評価項目の1つ
- 風しん対策は、従業員への安全配慮義務や社会的責任を果たすことにもなる

風しん予防対策が大切な理由

- 妊婦が風しんに感染すると、高い確率で赤ちゃんに先天性の心疾患、難聴、白内障等の障害を引き起こす可能性があります(妊娠1か月で50%以上)。
- 平成24年～25年にかけての風しんの流行では、患者の多くが働く世代及び子育て世代であり、職場関連での感染事例が相次いだことから、職場での対策が社会的な課題となっています。

企業団体、医師会、行政が後押し！

東京商工会議所、東京都医師会、東京都の三者が連携し、強みを活かしながら、参加企業をアシストします！



コース内容

コース	実施内容	達成基準
コースⅠ 感染症理解のための従業員研修	オリジナル教材「感染症基礎知識ドリル」を解くことで、正しい知識を身に付けることができます。ドリルはeラーニングもあります。	従業員の8割以上が教材受講
コースⅡ 感染症BCP(業務継続計画)の作成	教材の空欄を埋めることで、感染症予防から業務継続計画まで体系的に対策を講じることができます。セミナー等で作成を支援します。	事業所単位でのBCP作成
コースⅢ 風しん予防対策の推進	従業員の抗体(免疫)保有状況を確認し、抗体を保有しない従業員には予防接種等を促して、風しん抗体保有率9割を目指しましょう。	風しん抗体保有者が従業員の9割以上

※企業の実情に応じて、3つのコースから選択できます。コースは同時に複数選択していただいても構いません。

[お問い合わせ先・お申し込み先]

- 事務局・東京商工会議所 サービス・交流部

TEL : **03-3283-7670** / FAX : **03-3211-8278**

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryjo/kansen/project/project-start.html>



従業員の健康づくりに具体的に取組みたい経営者の皆様へ

健康企業宣言[®]

健康企業宣言[®]は、
全国健康保険協会の登録商標です。

〈従業員の健康は企業の誇り〉



協会けんぽや健康保険組合では、経営者の皆様が従業員の健康づくりに取り組む「健康経営[®]」を進める上で、様々な支援を行っています。その1つとして、経営者がリーダーシップを発揮して、「健康経営」へ取り組むことを内外に宣言する「健康企業宣言[®]」があります。

メリット

健康企業宣言を行うと、社内に掲示するための「宣言の証」が発行されるほか、ホームページで取り組みが公表されます。また、取り組み内容に応じて、様々なサポートが受けられます。

専門職による生活習慣改善の支援やリーフレットなどの教材提供など

健康優良企業として認定も

「健康企業宣言」を行った企業が所定のチェック項目において80点以上を達成されたと、「健康優良企業」として認定され、「認定証」が発行されるとともに、認定事業所としてホームページ等で紹介されるなど、健康づくりに取り組む企業としてPRに活用できます。



自社の取組状況や取組むべきポイントがチェックできる「健康企業宣言」を活用してみませんか。

健康企業宣言エントリーから認定までの流れ

経営者	協会けんぽ・健康保険組合
1 現状のチェック <ul style="list-style-type: none">●健康経営の出発点は「現状のチェック」です●チェックシートを使って採点してみましょう	チェックシートは、ご加入の各健康保険組合等にお問い合わせください
2 健康企業宣言にエントリー <ul style="list-style-type: none">●現状を踏まえ、優先して取り組む健康テーマを決めましょう●テーマが決まったら、健康企業宣言にエントリーしてください	エントリー完了後、「宣言の証」をお送りします
3 健康づくりをスタート <ul style="list-style-type: none">●「宣言の証」を事業所内に掲示して、健康づくりの新たな一歩をスタートしましょう●経営者のリーダーシップが成功のカギです	テーマにあわせて、サポートいたします
4 達成状況チェック <ul style="list-style-type: none">●「健康企業宣言 STEP1 実施結果レポート」で、達成状況をチェックしましょう●80点以上になるまで、チャレンジを続けましょう●クリアしたら、実施結果レポートを協会けんぽ・健康保険組合に郵送しましょう	「健康企業宣言 STEP1 実施結果レポート」80点以上で、「銀の認定証」を発行します
5 STEP1 達成で次のステップへ <ul style="list-style-type: none">●健康企業宣言 STEP2 にチャレンジしましょう	STEP2 のパンフレットをご提供いたします

[ご加入されている協会けんぽ・健保組合にお問い合わせください]

- 全国健康保健協会(協会けんぽ) 東京支部 TEL: 03-6853-6111 (代表)
- 加入している各健康保険組合

東京商工会議所

[東京都職域健康促進サポート事業に関するお問い合わせ先]

事務局 東京商工会議所 サービス・交流部

〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-5-1 丸の内二丁目ビル

TEL: 03-3283-7670
FAX: 03-3211-8278

メールアドレス: kenko1@tokyo-cci.or.jp

[企業の産業保健活動に関するご相談・お問い合わせ先]

●東京産業保健
総合支援センター

TEL: 03-5211-4480

http://www.tokyos.johas.go.jp/



●地域産業保健センター
地域によって窓口が異なります。

http://www.tokyos.johas.go.jp/region.html



[特定保健指導に関するお問い合わせ先]
※ご加入の健保組合等にご相談ください

●全国健康保険協会(協会けんぽ) 東京支部

TEL: 03-6853-6111

http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/tokyo/

●加入している各健康保険組合