

2014.12.16 東京都 職場の健康づくり講演会
「働き方とメタボの関係とは？」

「働き方に伴う生活習慣の特徴と企業の健康経営」

厚生労働科学研究 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

「特定健診・保健指導における健診項目等の見直しに関する研究」研究分担者

経済産業省 医療・介護等関連分野における規制改革・産業創出調査研究事業

「『健康経営』による健康・医療の産業化調査事業」プロジェクト統括

* 資料には上記成果を含みます

古井 祐司 医学博士 yfurui-tky@umin.ac.jp

国立大学法人東京大学/ヘルスケア・コミッティー株式会社

目次

はじめに

- 1 新たな成長戦略で進める「健康経営」
- 2 “社員の健康が経営に効く”
- 3 企業が一步を踏み出す

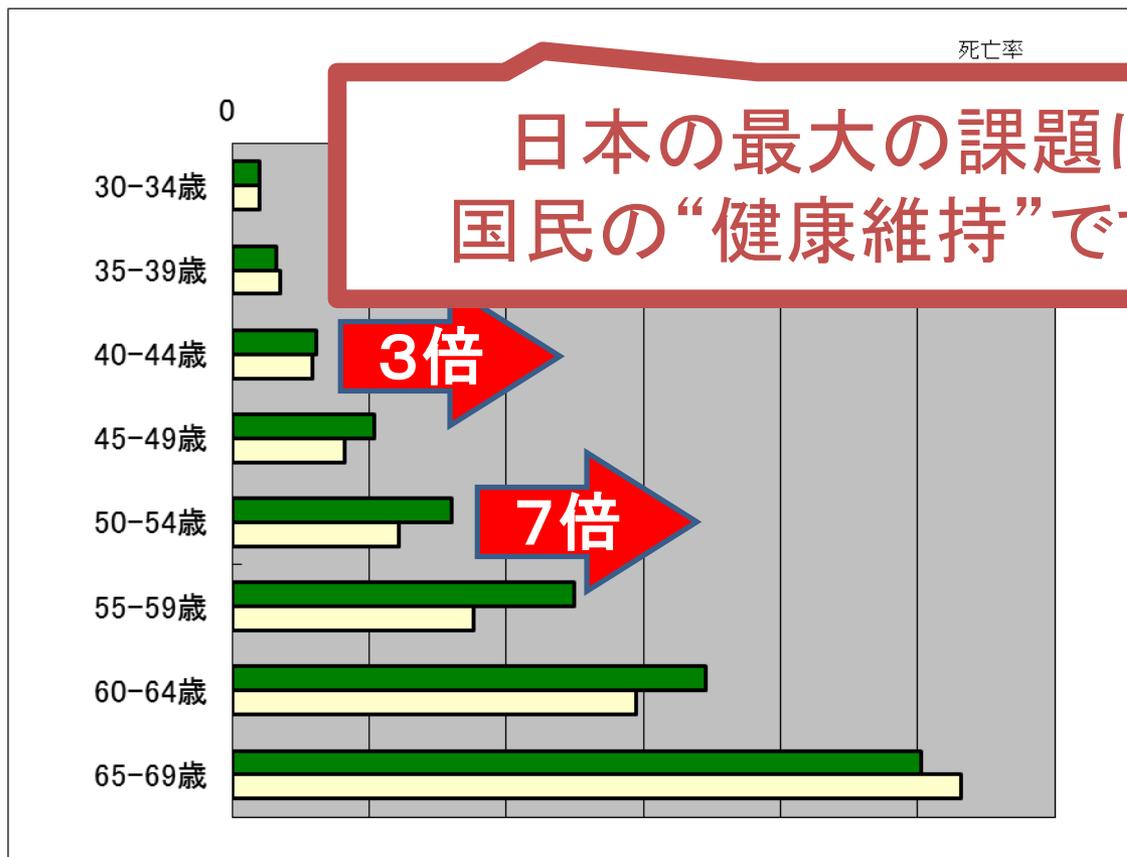
おわりに

1 新たな成長戦略で進める 「健康経営」



社会環境の大きな変化

少子高齢化は病気が増える構造的な課題を内在します。



心疾患の死亡率

30代前半の死亡率を1としたときの性・年齢階級ごとの心疾患の死亡率を示しています。加齢とともに、死亡率が高くなっています。(厚生労働省人口動態統計に基づき作成)

“守り”の取り組みでは
社会の維持に限界があります。

効果を志向する政策

金融政策、財政政策に続く、アベノミクス“第3の矢”

「新たな成長戦略（日本再興戦略）」

“**予防・健康管理の新たな仕組みづくり**”

- 
- 保険者 ; データヘルス計画
 - 被保険者 ; 健康 × 保険料率
 - 企業 ; **健康経営の社会的評価**

「データヘルス計画」

レセプト・健診情報等のデータの分析に基づく効率的・効果的な保健事業をPDCAサイクルで実施するための事業計画

データに基づく科学的なアプローチにより
保健事業の効果・効率をあげる

科学的なアプローチによる実践

- ◆ 課題に対応した働きかけ
闇雲ではない...



- ◆ PDCAで検証する
次の一手がみえる...



保健事業の効果・効率をあげる

被保険者の取り組みの評価

* 個人へのインセンティブ例

健康が“自分ごと”になる『きっかけ』と健康づくりをする『素材』が提供できて始めて、施策の実行性が担保されます。

健康経営の社会的評価

金融政策、財政政策に続く、アベノミクス“第3の矢”

「新たな成長戦略(日本再興戦略)」

戦略の進化



3つのアクションプラン

■ 日本産業再興プラン

■ 戦略市場創造プラン 国民の健康寿命の延伸

■ 国際展開戦略プラン

「日本再興戦略」改訂2014

“健康経営”に取り組む企業が
社会で評価される枠組みを構築

安全・健康に対する意識変革を促進するための取組

(優良な企業が社会的に評価される仕組みの構築)

検討の視点

- 安全衛生対策に積極的に取り組み、良好な労働環境を維持している企業について、客観的な基準で評価し、公表することで、優良企業が社会的に評価されるようにするとともに、高い評価を得た企業に対する優遇措置を設けることで、企業による自主的な取組の促進による労働環境水準の向上、求職者や消費者に対する有用な情報の提供に資するのではないか。

第73回労働政策審議会安全衛生分科会より

2 “社員の健康が経営に効く”



The Link Between Workforce Health and Safety and the Health of the Bottom Line

Tracking Market Performance of Companies That Invest in Workforce Health and Safety

社員の健康に投資する企業は
経営パフォーマンスが良い。

Objective: To test the hypothesis that comprehensive efforts to reduce a workforce's health and safety risks can be associated with a company's stock market performance. **Methods:** Stock market performance of Corporate Health Achievement Award winners was tracked under four different scenarios using simulation and past market performance. **Results:** A portfolio of companies recognized as award winning for their approach to the health and safety of their workforce outperformed the market. Evidence seems to support that building cultures of health and safety provides a competitive advantage in the marketplace. This research may have also identified an association between companies that focus on health and safety and companies that manage other aspects of their business equally well. **Conclusions:** Companies that build a culture of health by focusing on the well-being and safety of their workforce yield greater value for their investors.

A growing body of evidence supports the concept that focusing on the health and safety of a workforce is good business. Engaging in a comprehensive effort to promote wellness, reduce the health

社員の健康が経営に効く

東京大学産業ヒューマン研究センター
産業経営研究ユニット 主任助教
古井 祐司 著

社員の健康が
経営に効く



「健康経営のすすめ」

健康づくりが
“コスト”から“投資”に
変わるとき

古井 祐司 著

労働調査会

働き盛りは重大な病気が発症する世代...

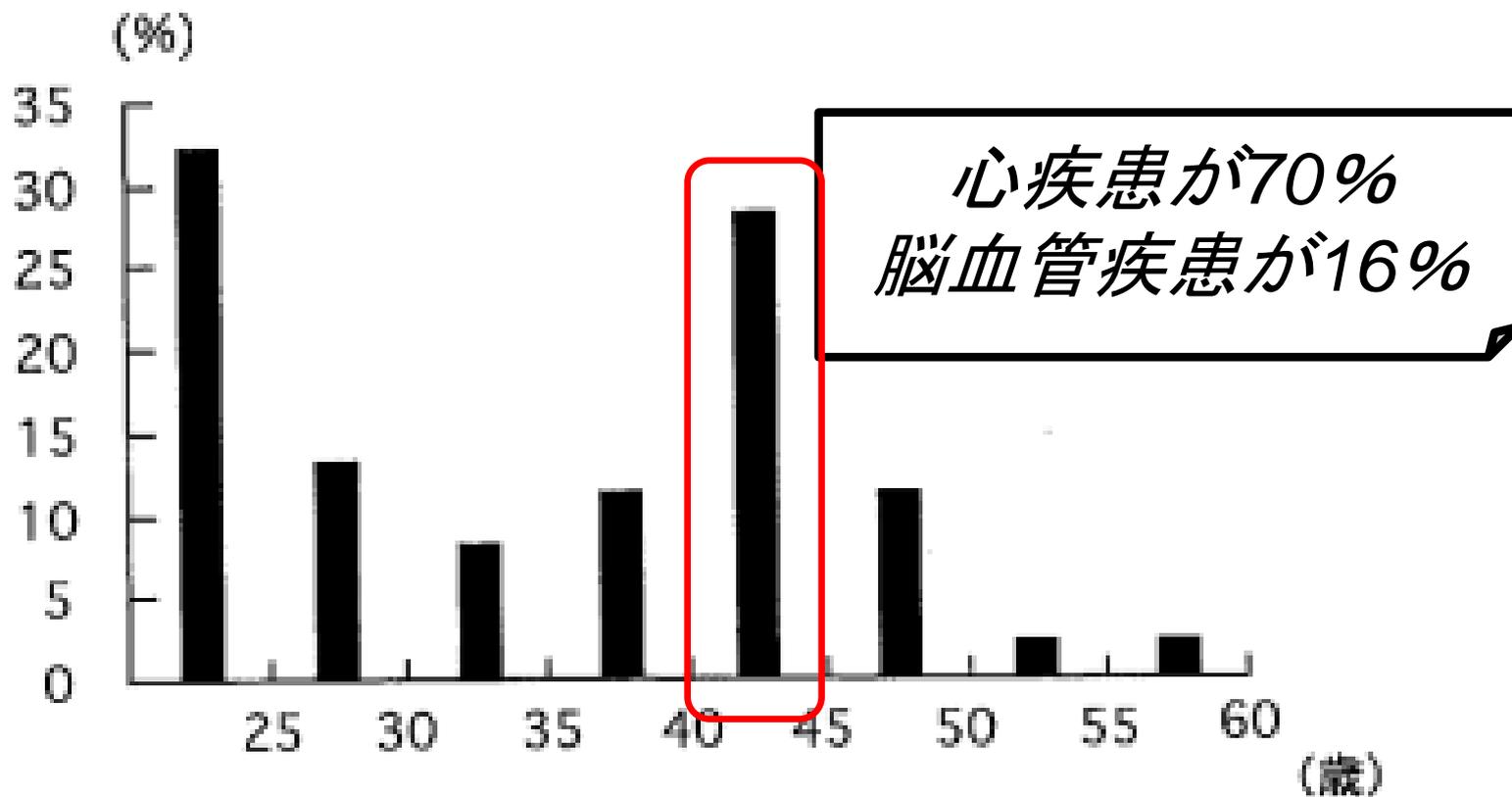
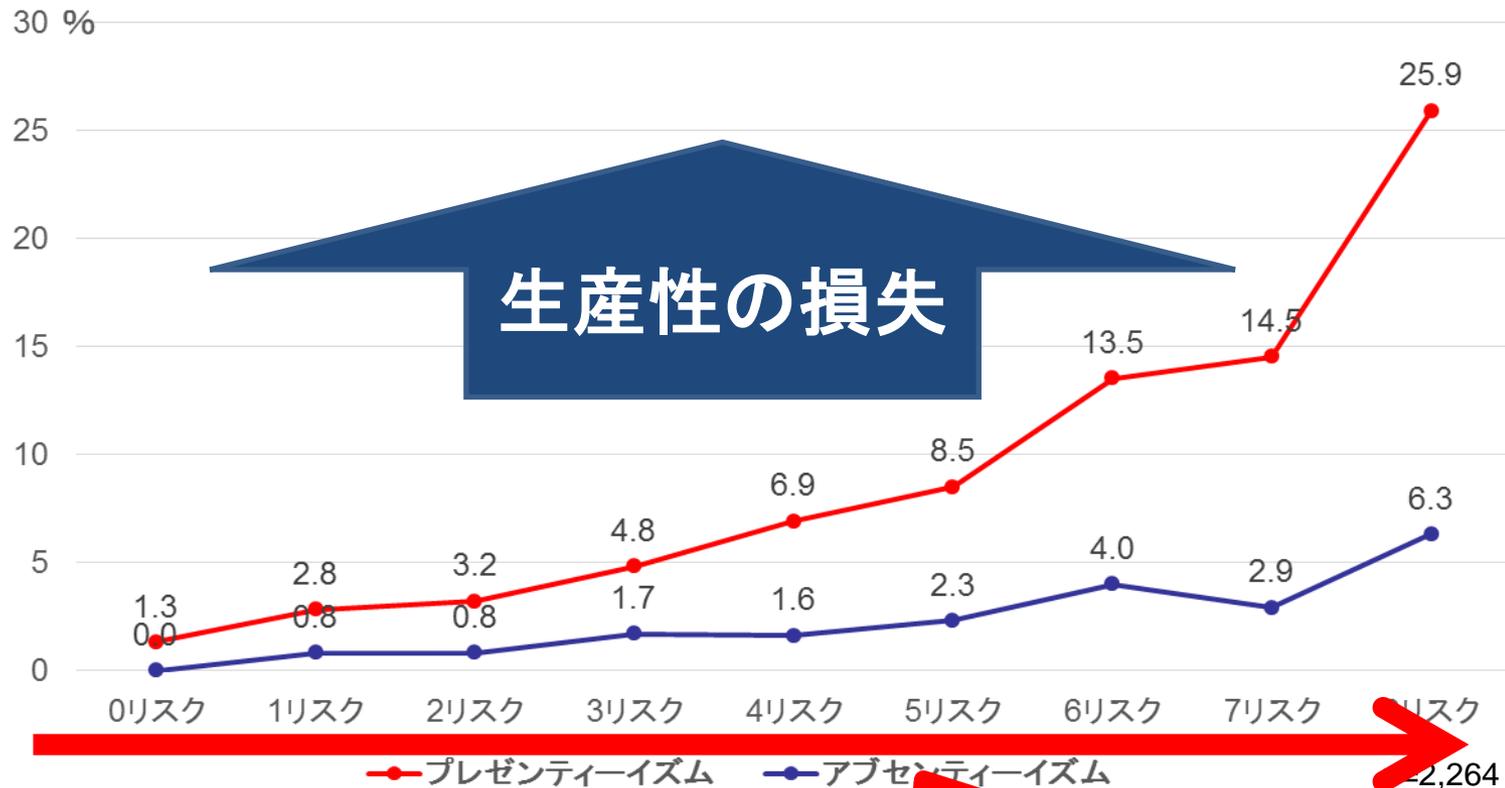


図2 年齢区分別の総死亡に対する突然死の割合

日本災害医学会会誌 JJTOM Vol. 45, No. 11 (1997)

健康リスクが増えると労働生産性が低下します。



Boles, M., Pelletier, B., & Lynch, W. (2004). The relationship between health risks and work productivity. *JOEM*, 46(7), 737-745.

健康リスク数別労働生産性損失の割合

健康リスク

健康リスクとは？

交代制(夜勤)の人は
高脂質で、脂肪肝になりがち。
でも、ちょっとした工夫で...





システム系の職場は…



営業・販売系で
陥りやすい罠は…



早死にする

特徴を知ること
働き方や環境を変えられる！

長生きする 仕事

働き方を変えれば、
寿命は10年延びる！

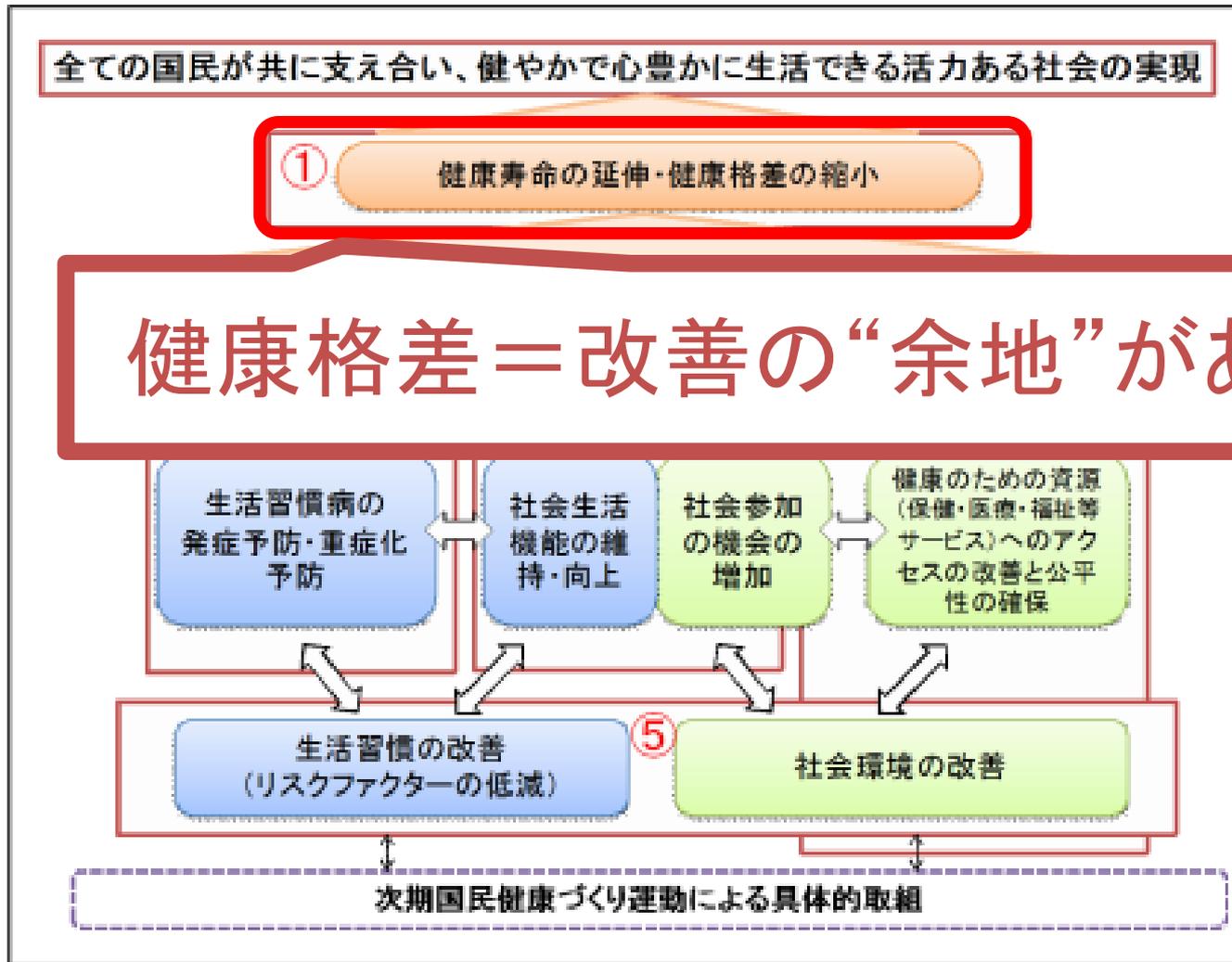
東京大学政策ビジョン研究センター 特任助教
医学博士

古井祐司

FURUI YUJI

マガジックハウス

健康日本21（第2次）の概念図



21世紀における国民健康づくり運動〈健康日本21〉

健康課題は会議室で起こるのではない。





現場で起こっている！



現場で業務を担う“人”
ここに注目する時代。

3 企業が一步を踏み出す





個人の生活に関わりにくい...？

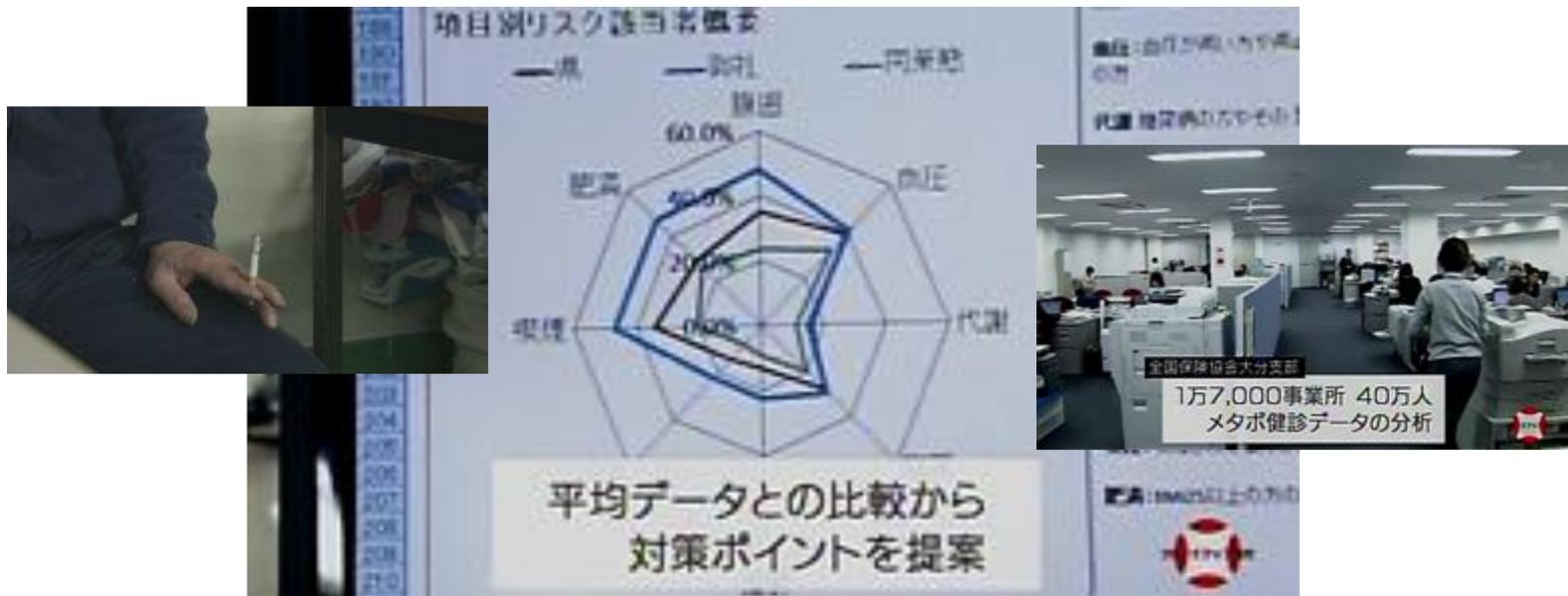
企業の責務（法令順守）



はじめての一步...

自らを知る

コラボヘルスによって自社・自業界の特徴がわかります。



「一社一健康宣言」企業へのレポート(一例)

特定健診のデータに基づき、職場ごとにどのような健康リスクがあるのかをグラフ化してレポートする。

【参考】古井祐司「社員の健康が経営に効く」労働調査会,2014(第4章 企業の取り組み事例から学ぶ)

保険者(データヘルス)を活用できます！

健康保険被保険者証

本人(被保険者) 00123
平成20年10月14日交付

記号 11010203 番号 123456

氏名 姓 太郎 名 太郎
生年月日 昭和 49年 5月 24日 性別 男
資格取得年月日 平成 20年 10月 10日

事業所所在地 港区〇〇〇1-2-〇〇

事業所名称 〇〇 株式会社

保険者番号 〇101001
保険者名称 全国健康保険協会
保険者所在地 〇〇市〇〇区〇〇町

だから“健康”保険証なんですわね!

08月26日 月

- マイページトップ
- 私の記録
 - 本日分の記録
 - まとめて記録
- 私の目標
 - まとめて記録
- 私の健診結果
 - データ登録/変更
- 私のイベント
 - OLPイベント
 - まとめて記録
 - 予約管理
- 私のコミュニティ
 - OLPイベント
 - サポート
 - ランキング
- ヘルシーレシピ
- カンタン運動メニュー
- 健康ライブラリー
- 歩数計データの取り込み

上の表の見方

- 正常
- 保険指針基準値を超えている
- 受診勧奨基準値を超えている
- 項目に関連する生活習慣が適切である
- 項目に関連する生活習慣の改善が必要である

※ 本判定は最新の健診時の結果をもとに行っており、健診結果から判定が変更される場合があります。

【参考】保険者による健康づくりへの寄与(NHKクローズアップ現代,2014年1月)

http://www.nhk.or.jp/gendai/kiroku/detail02_3459_all.html



健康づくりの具体的なイメージは...

取り組んでみることで見える。

健康経営のすすめ

～今こそヘルシーカンパニーを目指そう～



※本、企業の実情づくりが重要なのは、
まず自分のステージをチェックシートで確認
健康経営は「健康経営の推進」がシート
メンタルヘルス(心の健康)を目指すため



出典) 東京商工会議所

「健康経営のすすめ」

自社のステージをチェックシートで確認し、明日からアクションできることが特徴となっている。

まずは自社のステージをチェックシートで確認

ステージ
1 健康づくりの基盤構築

社員の健康状況を把握・共有し、社員の健康づくりの重要性を認識していますか？



YES

ステージ
2 社員への情報発信

社員の健康づくりの大切さを発信していますか？
あるいは健康づくりを推奨していますか？



YES

ステージ
3 健康づくりの推進

自社で進めている健康づくりはありますか？
(例：ウォーキング大会・食事指導)



YES

ステージ
4 健康づくりの効果検証・改善活動

健康づくりの効果を検証して、改善活動に努めていますか？



具体的なヒントは現場に...

- ▶ 経営者が強い意志と持続性を発揮する
 - ・健康の大切さを常に話題にする
 - ・環境整備に積極的アドバイス
 - ・健診結果のフォローにこだわる
- ▶ コストはかけなくてもやれることはある
 - ・方法は色々あるので考える
 - ・折に触れ継続的に発信し続け啓蒙する

出典)東京商工会議所国民健康づくり委員会主催セミナー
「企業の生産性を高める健康経営とメンタルヘルス」
ヤスマ株式会社発表資料(2013.7)より

ヤスマの「健康経営」

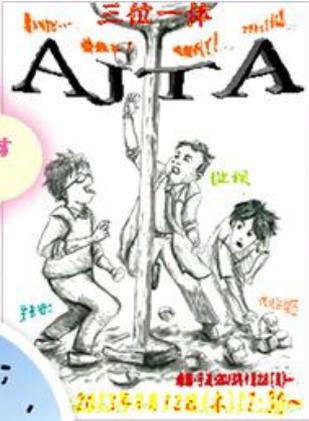
“意識づけ”“環境整備”“行動”を柱とした取り組みを実施している。



【参考】古井祐司「社員の健康が経営に効く」労働調査会,2014(第4章 企業の取り組み事例から学ぶ)



“どうれという
掛け声で一斉に投げます
どうか、入って～”



消化器医師チーム
集中力抜群でした！

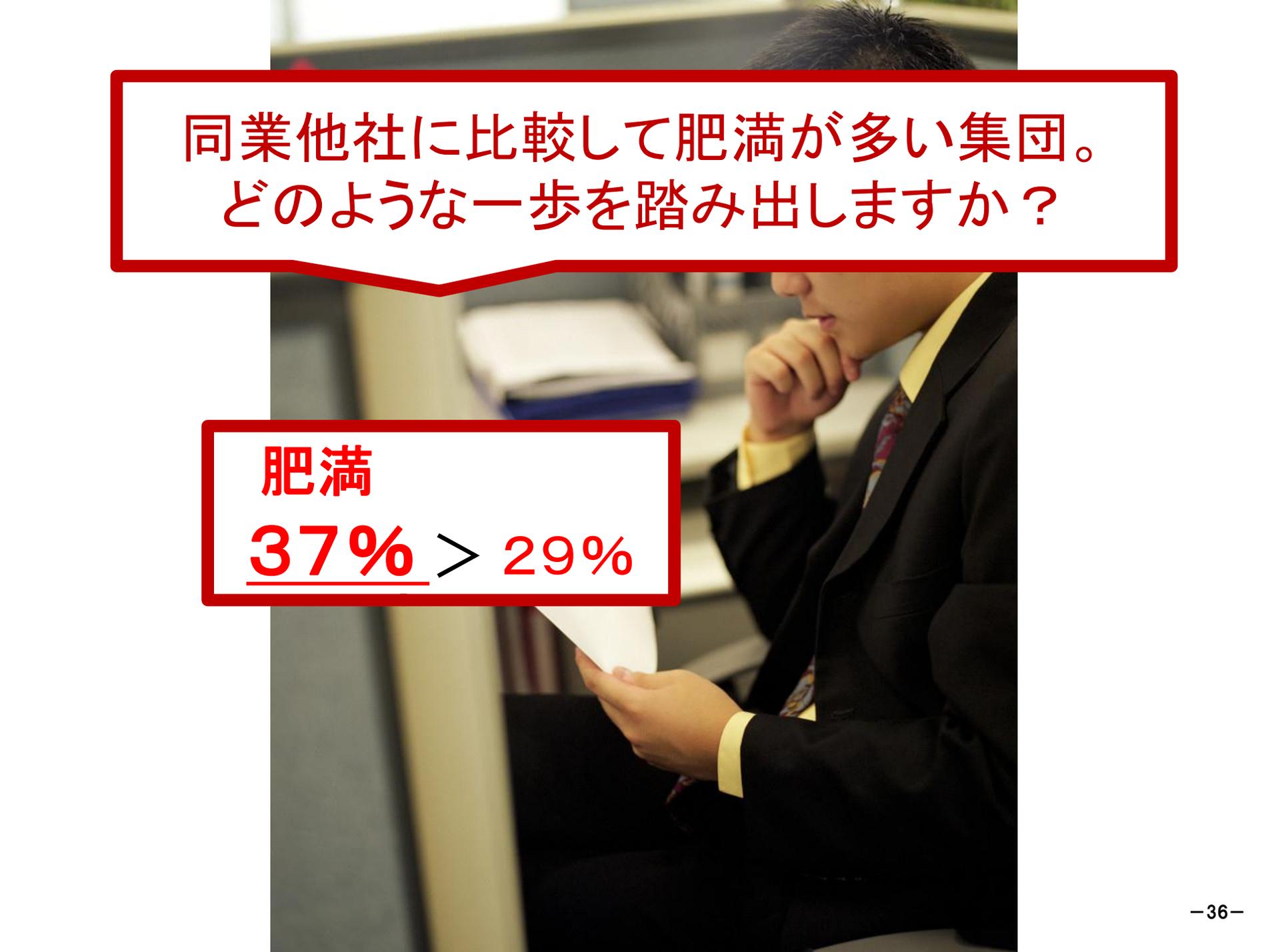
伸びたり、縮んだり…。
思った以上に汗だくになります。



従業員のモチベーションが 生産活動の起点

優勝は、病院事務職の『お酒大好き』チームで、2試合の合計が3分30秒でした。
2位と30秒以上の差、最下位が8分54秒なのでいかに早いかわかります。
看護師・医師チームは13位以下を独占してしまいましたが、副院長率いる消化器科
医師チームが4位と奮闘しました。

お疲れ様でした。皆さん、翌日は筋肉痛に悩まされなかったのでしょうか？



同業他社に比較して肥満が多い集団。
どのような一歩を踏み出しますか？

肥満

37% > 29%

おわりに



健康づくりは従来
内向きな“守り”の取り組み...



企業の持続的な成長
with 従業員
with 社会

古井祐司(ふるい・ゆうじ)

東京大学大学院医学系研究科修了、医学博士。

同大学医学部附属病院22世紀医療センター等を経て、2012年より同大学政策ビジョン研究センター特任助教。2003年には予防医学の社会適用を図る健康委員会(ヘルスケア・コミッティー)を株式会社化し、代表取締役会長。産学連携のもと予防事業の検証に取り組む。厚生労働省、経済産業省、東京都、健保連合会、国保中央会等で委員を務める。

雑誌；

効果的な保健事業の再構築；健康保険2013；67(11)：28-34

Long-term care-service use and increases in care-need level among home-based elderly people in a Japanese urban area；Health Policy,110:94-100,2013

著書；

図解 ここがポイント！データヘルス；東京法規出版, 2014

早死にする仕事 長生きする仕事；マガジンハウス, 2014

社員の健康が経営に効く；労働調査会, 2014