

# 事業場における労働者の健康保持増進のための指針 ～健康保持増進対策の進め方～

ポピュレーションアプローチ

健康増進無関心層への取組や  
事業場の風土醸成

労働者の高齢化を見据えた運動の習慣化等

## 健康保持増進措置

職場の実態に応じた健康づくりを進めるため、事業者の健康保持増進を積極的に推進する旨の表明、目標設定、活動内容、評価・見直しに関する事項などを決定

(主な変更点)

- PDCAの各段階に沿って、事業場で取り組む内容を詳細に記載
- 推進体制については、事業場内推進スタッフ（産業保健スタッフや人事労務管理スタッフ等）に加えて、必要に応じて事業場外資源を活用
- 健康保持増進措置が事業場の実情で取り組む範囲を決められることから、進め方については指針に記載された内容で実施することを求める

日常的な健康づくり活動を通じて、各個人の生活習慣の改善

健康保持増進計画の策定

労働者の健康状態の把握

- 健康指導等を行うため、定期健康診断や必要に応じて行う健康測定等で生活習慣や健康状態のチェックを実施（柔軟化）

生活習慣改善  
職場環境の活性化

健康指導等

- 健康保持増進措置の内容は事業場の実態に合わせて実施
- 運動指導、保健指導等の健康指導の他、健康教育や健康相談等に関する内容も含む

THPの進め方

実践活動

各個人（または集団）で健康指導等を参考に健康づくり活動を実施

※ 事業場の実態に即した適切な対応を選択し、実施するものとする。

## 事業場外資源

- 健康保持増進に関する支援を行う外部機関（労働衛生機関、中央労働災害防止協会、スポーツクラブ等）
- 医療保険者
- 地域資源（地域の医師会、歯科医師会、地方公共団体等）
- 産業保健総合支援センター