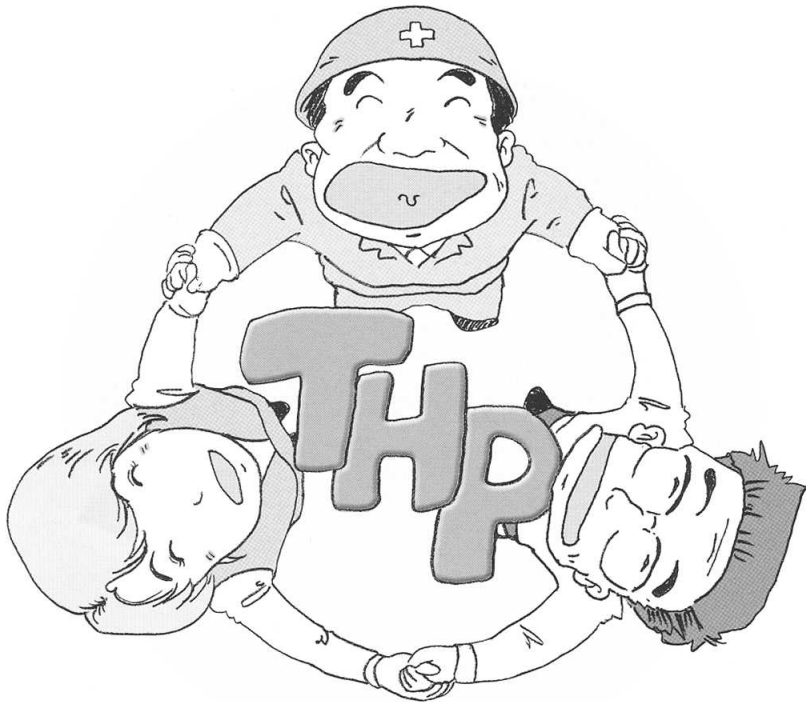


兵庫

働くひとの ステップアップ 健康づくり指針

愛称＝ステップアップ5(ファイブ)



兵庫県下の事業場で行われた一般健康診断の結果において、各種疾患につながる所見が認められた労働者の割合は全国平均を上回り、また年々増加傾向にあります。兵庫労働局では上記状況への対策として、各事業場の総合的な「心とからだの健康づくり」の段階的発展を図るべく、専門委員会の検討を経て本指針を策定いたしました。

このリーフレットを活用して指針内容を理解いただき、事業場における労働者の健康づくりに積極的に取り組んでいただくようお願いします。

兵庫労働局

兵庫 働くひとのステップアップ健康づくり指針

(平成11年9月17日 兵基発第485号)

1. 背景と趣旨

(1) 背景

兵庫県下で働く労働者の健康をめぐる状況は一般健康診断結果報告書によると、健康診断で何らかの所見を有する者の割合は年々増加し、平成10年には42.9%となっている。またこれを労働者数50人未満の事業場でみると、有所見者の割合はさらに増加し、全業種の平均値は49.7%にまで達している。

これは全国的に労働人口の高齢化が相対的に進んでいる製造業や建設業において、より顕著に認めるところであるが、そのなかで脳や循環器系（心臓等）の疾患につながる所見を有する労働者が増えてきていることは大きな問題と言えよう。また技術革新や職場の人間関係等に起因するストレスを感じる労働者の増加も、重視すべきところとなっている。

こうした一方で、より積極的な「心とからだの健康づくり」（トータル・ヘルスプロモーション・プラン：THP）に取り組んだ事業場については、これら事業場と取り組みのなかった事業場を比較したとき、特に「健康づくり対策の実施状況」「従業員の健康増進」「生産性向上」等の各面に有意の差（成果）を認め得ることが各種調査で報告されている。このことからTHPの推進は、今後の労働衛生活動を進めるにあたっての最重点課題のひとつに位置付けることができる。

(2) 趣旨

上記の問題点については、労働者の自助努力だけでは取り除けない様々な健康障害要因が職場に存在することも原因と考慮され、従って全ての労働者がその職業生活を通じて健康で安心して働くことができる職場の実現を目指すことが各事業場における労働衛生活動の主要課題として求められる。

そのためには健康診断の確実な実施とその後の適切な指導措置を始め、事業場の産業保健活動の活性化を図り、前記のTHPを中心に据えた取り組みを計画的・継続的に進める必要がある。また併せて、快適な職場環境の形成にも同様に努めるべきと考える。

本指針は以上を踏まえて、事業場の健康づくりへの取り組みを段階的に区分して、現段階における事業場の健康づくり活動の水準を把握するとともに、THPに基づく将来目標とすべき健康づくり活動の段階を明確化することにより各事業場の健康づくり活動が上位の段階に移行しやすくなることを促進し、もって兵庫県内における労働者の一層の健康保持増進を図ることを目的とするものである。

2. 指針の基本的考え方

健康づくり対策の推進にあたっては、事業主が労働者ひとりひとりの健康や職場の労働衛生状況に高い関心を持ち、率先して健康づくり活動に取り組むことが肝要である。併せて事業場の労働衛生管理スタッフ、特に法定の衛生管理者ないし（安全）衛生推進者が中核となった活動の計画的・継続的实施、及びそれらスタッフと各労働者の円滑な活動の連係が要請される。

また職場の衛生と安全とは共通すべき解決課題として不可分一体に取り組みされるべきものである。平成10年度からスタートした第9次労働災害防止計画の一環として示された労働安全衛生マネジメントシステムの考え方は、健康づくりの面でも十分に参照・活用すべきであり、本指針の段階区分の基礎もこれに拠っている。すなわち本指針の5段階区分は、平成8年3月に労働省委託の専門委員会が発表した「職場環境評価システム」に準じたものでもあるが、最低限の法定実施事項を第1段階としつつ、上記マネジメントシステムの計画－実施－評価－見直し・改善の各段階を基盤に踏まえたものであり、上位段階への活動の移行を目指す際はこの点が着眼ポイントとなるものである。

なお併せてTHPの各取り組み事項を活動内容分類の中心要素としているものでもあるので、本指針

の活用にあたっては「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」（昭和63.9.1労働省告示第1号、平成9.2.3同改正告示第2号）を十分に考慮しつつ進める必要がある。

3. 健康づくりの各段階分類の内容

段階分類の設定にかかる基本は前記2のとおりであり、また段階分類の具体的内容は、別表の第1段階（＝ステップ。以下同じ）～第5段階のとおりである。

4. 指針に基づく健康づくりの進め方

各段階ごとに A. 健康診断等の健康状況把握及びその事後健康指導 B. 健康管理体制の整備 C. 労働衛生教育・健康づくり教育 D. 運動等の健康づくりの実践的取り組み E. ストレス対策、の5項目にかかる実施すべき事項＝活動内容をそれぞれ示した。

これに基づき、以下の数値評価方法により各事業場の健康づくり活動の段階評価を行うものである。

- (1) 各々の項目別に現在の事業場の取り組み内容と別表に示した「実施すべき事項」とを照合し、項目別に掲示した実施事項の一部でも実行できている場合（その行うべき活動のひとつでも取り組んでいる場合）は、その項目について当該段階の数字と同じ点数評価を行うこととする。例えば第3段階を例とすれば、当該段階の「運動等の健康づくりの実践的取組み」の項目に示した活動の一部が実行できていれば、その項目を3点と評価する。

但し第1段階については、法定の最低限の実施事項であるので各項目別にその「実施すべき事項」の全部が実行できている場合のみ、その項目に対する点数（第1段階であるので1点）を与えることとする。従って第1段階において未実施の活動が各項目中にひとつでもあれば、その項目は0点の評価となるが、この場合は同時に法違反ないし法違背（健康配慮義務に欠ける）の状態であるので、直ちに是正措置を講ずる必要がある。

- (2) 各段階別表の各項目に掲げた「実施すべき事項」について、その項目の全部が実行できている場合上記(1)の点数に加えてボーナス点（第2～第4段階は各項目とも1点、第5段階については同2点）を各項目別に与える。例えば第3段階にかかる「健康管理体制の整備」の項目に示した活動内容を全て実施できていれば3点+1点で4点とし、第5段階にかかる項目の場合は全て実施済ならば5点+2点で7点とするものである。
- (3) 第2～第5段階については、各項目別に記した「実施すべき事項」と事業場の実際の活動状況を上記の要領で照合したときに、当該項目に掲げる実施事項のいずれも実施していない（全部未実施の）場合、当該項目について0点として取扱う。
- (4) 以上の点数評価方法により、事業場の健康づくりの段階を決定するものであるが、各段階のうちに1項目でも上記(1)・(3)による0点評価項目があった場合は、最終評価として当該項目が所属する段階の前段階にとどめ置く（その項目がある段階の1段階下のステップとして位置付ける）というのが本指針の考え方である。よって例えば第2段階の各項目についてはどの項目も最低2点の評価ができるが、第3段階にあっては一つの項目に0点評価があるとした場合は、その事業場は最終評価として第2段階と位置付けることになる。

以上の段階評価方法については、別紙1・2も参照されたい。

なお本指針における評価方法に従った場合の満点評価は

$$1(\text{段階}=\text{点数})\times 5(\text{項目})+(2+1)\times 5+(3+1)\times 5+(4+1)\times 5+(5+2)\times 5=100\text{点}$$

となるので、前記の段階評価とは別に、各事業場における自社の健康づくり活動の達成度を全体の取組み目標（100点満点）に照らして把握する際の目安としても利用しうると考える。

その他本指針に基づく具体的な取り組みにあたっての実施計画の策定については、各事業場ごとに工夫いただきたい。

5. 留意事項

(1) 健康づくりを進めるにあたっては、健康診断の実施とその結果に基づく継続的な健康指導が最も基本事項となるものである。活動計画の目標設定と進行管理に際しては、確実な健康診断の実施と診断後の指導措置の手配及びその記録の整備を全てに渡る基礎に据える必要がある。

(2) 目標の設定にあたり数値目標をたてることが好ましいが、健康づくり活動の仕組みをつくること（システム化）と併せ、有所見者数・有所見者の割合の減少を目指して活動を進めるものである。当該有所見者の割合等の推移も重要なチェックポイントとなる。

しかし一方、本指針が健康づくり活動のシステム化を重要な目標・目的とするものであることから各事業場においては単に上記の成果目標の達成状況のみにとらわれることなく、どれだけの活動を実施できているかという経過をも重視し、制度化の進み具合自体を目標に、その達成度の数値管理を図ることが望ましい。なおその際、計画－実施－評価－改善という一連の過程が評価できるように、別表に示した「実施すべき事項」については、特に第2～第5ステップにおいてA～Eの項目ごとに同一ないし類似の取り組み（各項目の○囲みの数字が同じもの）を選択し、継続して実施することが必要である。計画の実施にあたっては、前記2のとおり事業主・法定の衛生管理者等の労働衛生管理スタッフが中心となってこれを進めるべきことはもちろんである。

また目標管理に必要な記録・資料は簡易に文書化して保存するとともに、個人の秘密保護にかかる制度を確立することも重要である。

(3) 健康づくり活動計画は、実施事項の直接担当部署で必要な予算等を含めて作成すべきである。

なお計画の策定にあたっては、方針・目標の設定はもちろん、過去における同種計画や労働安全衛生活動計画の実施運用状況及び目標達成状況や事業場の有所見率・有所見項目の割合ないし状況等について考慮すべきである。

併せて法定健康診断の実施時期との関係から基本計画は最長1年を期限とし、計画が確実に実施運用されているか、また目標達成に向けて着実に進んでいるかについて、計画期間中の節目節目で組織的に点検確認することを制度化する必要がある。

(4) 計画の策定に先駆けて、衛生委員会の設置のある事業場では、衛生管理者を中心に同委員会における健康づくり対策の調査審議を十分に行う必要がある。また同委員会の設置義務のない50人未満規模事業場においては、関係労働者の意見を聴取し当該意見を計画内容に反映させるよう努めなければならない。

なおこの点は計画内容を見直し、再検討・変更等する場合についても同様である。

(5) 職業性疾病（とりわけ発生可能性が相対的に高い腰痛・粉じん障害及び工業中毒）の防止対策である作業管理や作業環境管理と連動しつつ総合的に進めていく必要があるが、一方で健康管理については個人差を十分に考慮して対象労働者に応じた適切な措置を行わなければならない。

(6) 快適職場指針（H4.7.1労働省告示59号）による快適職場環境の形成にも努めること。



(別紙1)

ステップアップ健康づくり指針の 段階評価方法の考え方について (補足)

① ステップアップのための概念図

第 1 段階 (ステップ)	各項目とも、全部の実施すべき事項を実施していること (法定事項の完全実施)
第 2 段階	①第1段階を達成していること ②第2段階の各項目別に、その実施すべき事項を完全ないし一部実施していること (どの項目にも0点がないこと)
第 3 段階	①第1～第2段階を達成していること ②第3段階の各項目別に、その実施すべき事項を完全ないし一部実施していること (どの項目にも0点がないこと)
第 4 段階	①第1～第3段階を達成していること ②第4段階の各項目別に、その実施すべき事項を完全ないし一部実施していること (どの項目にも0点がないこと)
第 5 段階	①第1～第4段階を達成していること ②第5段階の各項目別に、その実施すべき事項を完全ないし一部実施していること (どの項目にも0点がないこと) ③最終的な計画目標の達成を図ること

② 別表 (段階別分類表) の各項目別の配点内訳表

項目 \ 段階	1	2	3	4	5
A. 健康状況の把握等	1	2 + 1	3 + 1	4 + 1	5 + 2
B. 健康管理体制整備	1	2 + 1	3 + 1	4 + 1	5 + 2
C. 健康づくり等教育	1	2 + 1	3 + 1	4 + 1	5 + 2
D. 運動等の実践取組	1	2 + 1	3 + 1	4 + 1	5 + 2
E. ストレス対策	1	2 + 1	3 + 1	4 + 1	5 + 2
各段階の最低必要点	5	15	30	50	75
目安としての総合得点	5～14	15～29	30～49	50～74	75～100

(右の+数字は、各項目毎に全事項を達成した場合のボーナス加点)

*注1:どの項目についても0点評価があれば、その項目のある段階より1段階下位に位置付ける。なお第1段階よりも下位となる場合は、法違反の状態である。

*注2:各段階の最低点とは、どの項目にも0点がないことが前提となるので、それぞれ各段階の数字×5+その前段階までの最低得点の累計となる(例えば第3段階の場合は3(段階)×5+2(段階)×5+1(段階)×5=30となる。)

*注3:各項目別に評価を行った場合の総合得点(評点累計)の満点は100点となる。
なお最下欄の総合得点(累計)の範囲は段階決定方法とイコールとはならないが(注1参照)、各段階の総合レベルを見る際の目安値として利用しうるものである。

ステップアップ健康づくり指針 段階評価・得点表

(別紙2)

段階 項目	1	2	3	4	5	累計
A	1 全てできている 0 一部ないし全部 できている	3 全てできている 2 一部 0 全部できている	4 全てできている 3 一部 0 全部できている	5 全てできている 4 一部 0 全部できている	7 全てできている 5 一部 0 全部できている	
B	1 全てできている 0 一部ないし全部 できている	3 全てできている 2 一部 0 全部できている	4 全てできている 3 一部 0 全部できている	5 全てできている 4 一部 0 全部できている	7 全てできている 5 一部 0 全部できている	
C	1 全てできている 0 一部ないし全部 できている	3 全てできている 2 一部 0 全部できている	4 全てできている 3 一部 0 全部できている	5 全てできている 4 一部 0 全部できている	7 全てできている 5 一部 0 全部できている	
D	1 全てできている 0 一部ないし全部 できている	3 全てできている 2 一部 0 全部できている	4 全てできている 3 一部 0 全部できている	5 全てできている 4 一部 0 全部できている	7 全てできている 5 一部 0 全部できている	
E	1 全てできている 0 一部ないし全部 できている	3 全てできている 2 一部 0 全部できている	4 全てできている 3 一部 0 全部できている	5 全てできている 4 一部 0 全部できている	7 全てできている 5 一部 0 全部できている	
各段階毎に A～E項目 の中に0点 の評価のもの がないか	ない (第1ステップ完了) あ (第1ステップ未了 =法違反状態あり)	ない (第2ステップ完了) あ (第2ステップ未了)	ない (第3ステップ完了) あ (第3ステップ未了)	ない (第4ステップ完了) あ (第4ステップ未了)	ない=完成 (第5ステップ完了) あ (第5ステップ未了)	
得点累計						合計

*注1 = 各項目の選択肢の左の数字が、その項目ごとの得点となるもの。0は0点
 *注2 = 累計の欄は、段階の決定には直接関係ないが参考(目安値)となるもの
 →別紙1②の注1・3参照

最終評価 = 第 **ステップ**
 (最も小さい数字の未了ステップより1段階下位)

第1ステップ

別 表

項 目	実 施 す べ き 事 項
基 本 目 標	労働安全衛生法に基づく法定履行義務事項 労働者の健康管理上、必ず実施すべきもの
A. 健康診断等の健康 状況把握及びその 事後健康指導	①法定の定期的ないし雇入時の一般健診の実施（法66条） ②法定の危険有害業務にかかる特殊健診の実施（同条） ③上記健診で結核発病のおそれありと診断された労働者に対する結核健診の実施（同条） ④法定有害業務にかかる歯科医師による健診の実施（同条） ⑤上記①～③の健診結果にかかる対象労働者への結果通知（法66条の6） ⑥上記①～④の健診結果の5年間以上の記録保存（法66条） ⑦健診結果における有所見者について、医師又は歯科医師からの意見を聴取し、かつその意見を健診個人票に記録すること（法66条の4） ⑧⑦の意見を勘案した適切な事後措置の実施（法66条の5） ⑨法定の疾病に罹患した労働者の就業禁止（法68条） ⑩労働者の健康に配慮した適切な作業管理→例：連続作業時間と休憩時間の適正化、作業量の適正化、作業姿勢の改善等（法65条の3）
B. 健康管理体制（スタッフ）の整備	①衛生管理者の選任＝労働者数50人以上事業場（法12条） ②産業医の選任＝同上（法13条） ③衛生委員会の設置・運営＝同条（法18条） ④衛生推進者ないし安全衛生推進者の選任＝労働者数10人以上50人未満事業場（法12条の2）

項 目	実 施 す べ き 事 項
C. 労働衛生教育・ 健康づくり教育	①法定危険有害業務従事者への特別教育の実施（法59条） ②雇入時・作業内容変更時の法定教育の実施（法59条） ③政令指定業種（建設業等）の職長教育の実施（法60条） ④法定危険有害業務にかかる法定有資格者（作業主任者等）の選任・充足（法14、61条） ⑤衛生管理者・衛生推進者の業務に関する能力向上教育等の実施ないしこれらを受講させる機会の付与（法19条の2） ⑥計画的・継続的な労働者の健康保持増進措置の実施 →例；健康教育 等（法69条）
D. 運動等の健康 づくりの実践的 取 り 組 み	①計画的・継続的な労働者の健康保持増進措置の実施 →例；労働者自ら行う健康保持増進活動への援助や勤務条件面での配慮 等（法69条） ②体育活動・レクリエーション活動その他労働者の健康づくり活動にあたっての便宜供与措置等の実施 →例；職場体操の支援 等（法70条）
E. ストレス対策 （メンタルヘルス ・ケア）	①中高年齢者等の特に配慮を要する者に対する、その者の心身の条件に応じた適正配置の実施 →例；緊張作業の緩和のための職務変更 等（法62条） ②計画的・継続的な労働者の健康保持増進措置（メンタルヘルス・ケア）の実施 →例；健康相談 等（法69条）

*注：健診＝健康診断の略

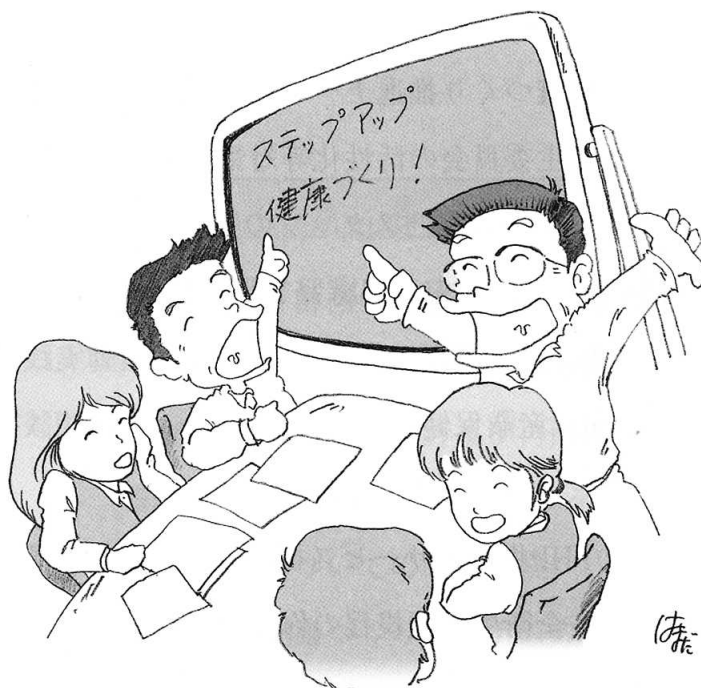


第2ステップ

項 目	実 施 す べ き 事 項
基 本 目 標	<p>健康づくりの目標・目的の設定（特に健診有所見率の減少を主眼に置いて、労働者の意見を反映させる過程を踏まえた健康づくりのシステム化にかかる適切な数値目標の確立を目指す）</p> <p>事業主等トップ責任者による所信表明の実施とその周知</p> <p>目標等達成のための方針・計画の立案と確定</p>
A. 健康診断等の健康 状況把握及びその 事後健康指導	<ul style="list-style-type: none"> ①事業場全体及び職場規模単位の健康管理等計画の作成 ②各人の生活状況（ライフスタイル）調査実施の計画策定 ③THP指針に即した健康測定等の実施（必要に応じて外部専門機関に委託）の計画策定 ④健康測定等の実施後の個別運動指導等の計画策定 ⑤健診結果で特に健康保持増進に努める必要のある有所見者に対する健康指導の実施計画の作成 ⑥法定外の健診（眼底検査・胃検査等）の企画策定 ⑦労働時間の実態調査ないし点検方法の制度化
B. 健康管理体制（ス タッフ）の整備	<ul style="list-style-type: none"> ①健康づくり担当責任者・同担当部署の確定 ②健康づくり推進チーム等の自主的活動組織の設置の立案 ③衛生委員会の活性化・充実強化策の検討 ④THP専門スタッフの計画的養成の準備 ⑤THP指導機関・同サービス機関の情報収集及び接触 ⑥安全衛生管理規程の作成準備ないし既成の規程がある場合はその見直し

項 目	実 施 す べ き 事 項
C. 労働衛生教育・ 健康づくり教育	①一般的な健康づくり（ライフプラン設計 ⇨脚注参照） の教育や講習会の実施にかかる計画立案 ②健康相談窓口の設置の立案
D. 運動等の健康 づくりの実践的 取 り 組 み	①自主的（任意）参加型の体育活動（ウォーキング等）の 行事の企画立案 ②運動器具や施設の整備・新規購入計画の立案 ③喫煙対策の進め方の決定 ④腰痛防止体操等の腰痛防止対策の企画立案
E. ストレス対策 （メンタルヘルス ・ケア）	①労働者との日常的なコミュニケーション制度設立のため の企画立案 ②心理相談（こころの相談）窓口の設置 ③メンタルヘルス情報の収集

*注：ライフプラン設計＝労働者が産業保健について正確な知識を持ち、それに基づいた健康づくりのための行動ができるようになることを目的とするものであること。



第3ステップ

項 目	実 施 す べ き 事 項
基 本 目 標	第2ステップで策定した計画の制度的な実施及び運用 自主的健康づくり活動の推進
A. 健康診断等の健康 状況把握及びその 事後健康指導	<ul style="list-style-type: none"> ①事業場の健康管理等計画の制度的実行 ②生活状況調査の実施 ③健康測定等の実施 ④③の実施後の個別の運動指導等の実施 <ul style="list-style-type: none"> ③の実施後の保健師等による保健指導の実施 ③の実施後の栄養士等による栄養指導の実施 ⑤健診等の結果で特に健康保持増進に努める必要のある有 所見者に対する医師等による保健指導の実施 ⑥法定外健診（眼底検査・胃検査等）の実施 ⑦労働時間の実態調査・点検の実施
B. 健康管理体制（ス タッフ）の整備	<ul style="list-style-type: none"> ①健康づくり担当責任者・部署を中心とする各種健康づく り計画の実行 ②健康づくり推進チーム等の自主的活動組織の会議の開催 ③衛生委員会の活性化等対策の実施 ④下記THP専門スタッフの養成計画（講習受講）の実施 <ul style="list-style-type: none"> a, 健康測定専門講習を修了した産業医 b, 運動指導担当者 c, 運動実践担当者 d, 産業保健指導担当者 e, 心理相談担当者 f, 産業栄養指導担当者 ⑤THP指導・サービス機関の利用ないしその勧奨 ⑥安全衛生管理規程の作成及び見直しに基づく修正・整備

項 目	実 施 す べ き 事 項
C. 労働衛生教育・ 健康づくり教育	①健康づくり（労働衛生）教育ないし講習会の実施（外部講習会への参加を含む） ②健康相談窓口における個人指導の実施
D. 運動等の健康 づくりの実践的 取 り 組 み	①自主的（任意）参加型の体育活動等の行事の開催 ②運動施設の確保・整備 運動器具の購入・整備 ③喫煙対策の実施 ④腰痛防止体操の実施等の腰痛防止対策の実践
E. ストレス対策 （メンタルヘルス ・ケア）	①労働者との日常的なコミュニケーション制度の実行及び これによる職場の人間関係上の意志疎通の円滑化推進 ②心理相談窓口における個別相談の実施とその記録整備 ③メンタルヘルス情報の提供・普及

第4ステップ

項 目	実 施 す べ き 事 項
基 本 目 標	健康づくり計画の実施状況・目標の達成状況の点検と確認 トップ責任者による健康づくり計画進捗状況の説明と周知 計画達成のための方針及び再計画の立案と確定 計画実施状況の記録作成及びその文書管理とプライバシー 保護対策についての制度点検 継続的な健康づくりシステムの見直し・監査制度の検討

第4ステップ（続き）

項 目	実 施 す べ き 事 項
<p>A. 健康診断等の健康 状況把握及びその 事後健康指導</p>	<p>①事業場全体及び職場規模単位の各々の健康管理等計画の進捗度の確認と検討</p> <p>②各個人の生活状況（ライフスタイル）調査の分析</p> <p>③全労働者を対象とする継続した健康測定の実施の立案</p> <p>④THP指針に即した健康測定・体力測定実施後の結果分析及び各個人別の事後改善指導計画の考察 自社内又はTHP指導機関等の専門スタッフによる体力測定・運動指導の継続的な実施計画の策定</p> <p>⑤第3ステップで実施した有所見者に対する健康指導後の対象労働者へのフォロー措置実施による指導効果把握</p> <p>⑥法定外健診の実施結果にかかる医師等からの意見聴取とこれに基づく事後の健康指導企画の策定</p> <p>⑦労働時間の点検に基づく長時間・過密労働等の改善計画の策定と通勤時間の実態調査の実施にかかる立案</p> <p>⑧定期健診の受診確保のための制度化にかかる企画立案 医師等の指導による健診後の健康改善ないし保持増進のための継続指導の制度化及び記録保存にかかる企画立案</p> <p>⑨歯科健康診断の実施計画の検討・立案</p> <p>⑩健診等で特に異常が認められなかった者に対する保健指導・栄養指導の実施計画の作成</p> <p>⑪地域産業保健センター（50人未満事業場）ないし兵庫産業保健推進センター（50人以上事業場）の利用の検討</p>
<p>B. 健康管理体制（ス タッフ）の整備</p>	<p>①健康づくり担当責任者・同担当部署の活動状況の点検</p> <p>②健康づくり推進チーム等の自主的活動組織の活動及び運営状況の点検</p> <p>③健康づくり専門検討委員会の組織化の計画・立案 職場単位の労働衛生ミーティングの実施計画の策定</p> <p style="text-align: right;">（↓続く）</p>

項 目	実 施 す べ き 事 項
B. (続き) 健康管理体制（スタッフ）の整備	④THP専門スタッフ養成の進捗度の確認及び計画的養成の続行 ⑤THP指導・サービス機関との健康づくり活動における連係、同機関の継続的利用の検討 ⑥作成・修正後の安全衛生管理規程について事業場実態に照らした整合性確認・再検討の実施 ⑦事業場トップの健康づくり活動への参加・実践度の点検
C. 労働衛生教育・健康づくり教育	①計画上の健康教育の実施状況・教育効果の適宜確認 定期的・継続的な健康づくり教育（中長期目標を有するもの）の計画策定 ②健康相談窓口における個人指導の継続的实施のための制度整備の立案と記録の整備及びその秘密保護制度の確立 ③口腔保健についての教育や講習会実施にかかる計画立案 ④中途採用者等の新規雇用者・派遣労働者に対する臨時の健康づくり教育や講習会の計画立案 ⑤各個人の健康生活の習慣化（意識・態度の変容等の生活の質の向上）に向けての健康学習等の働きかけ方法の検討・立案
D. 運動等の健康づくりの実践的取り組み	①全員（制度的）参加型の体育活動（ウォーキング等の競争意識の薄いものが望ましい）行事の企画立案 ②運動器具や施設の定期的な点検による問題点の把握 ③実施済の喫煙対策のアンケート等による効果把握と、より有効な対策（空間分煙の徹底）の策定 ④腰痛防止対策の推進状況の点検と、より効果的な措置の有無や実施にかかる検討 ⑤日常生活における運動の習慣化や食生活等改善のための支援措置にかかる企画立案の実施

第4ステップ (続き)

項 目	実 施 す べ き 事 項
E. ストレス対策 (メンタルヘルス ・ケア)	①労働者とのコミュニケーション制度の運営状況等の見直し・点検 ②心理相談（こころの相談）における専門スタッフの確保（専門機関との制度的関係を含む） ③心理相談後の対象労働者に対する状態フォロー措置の実施と当該個人記録の管理及びその秘密保護制度の確立 ④管理者に対するストレスマネジメント教育の実施計画の立案

第5ステップ

項 目	実 施 す べ き 事 項
基 本 目 標	第4ステップで検討した修正計画等に基づく改善措置実施制度的活動の推進による計画最終目標の達成 計画実施記録の整備・保存及びプライバシー保護の徹底 継続的な健康づくりシステム見直し・監査制度の確立
A. 健康診断等の健康 状況把握及びその 事後健康指導	①事業場全体及び職場規模単位の各々の健康管理等計画の進捗度の確認・検討に基づく必要な計画改善措置の実施 ②生活状況調査に基づく日常生活面を含む総合的な健康指導の実施（必要に応じ家族への栄養指導等も実施） ③全労働者を対象とする継続的な健康測定の実施 ④健康測定等に基づく各個人別の運動指導の継続的实施 自社内又はTHP専門機関等の専門スタッフによる全労働者を対象とする健康指導の実施 ⑤健診等の結果に基づく全ての有所見者に対する医師等による健康指導の実施 <div style="text-align: right;">(↓続く)</div>

項 目	実 施 す べ き 事 項
<p>A. (続き) 健康診断等の健康 状況把握及びその 事後健康指導</p>	<p>⑥法定外健診の実施結果にかかる医師等からの意見に基づ く、対象労働者への事後健康指導の実施</p> <p>⑦労働時間にかかる改善措置及び長時間の通勤時間の短縮 措置の実施</p> <p>⑧定期健診の受診確保のための制度化の実施・推進 医師等による健診後の健康改善ないし保持増進のための 継続指導の制度化及び記録の整備・保存 医師等による健康指導結果に基づく事業場の改善措置の 実施（例＝就業時間短縮等）</p> <p>⑨歯科健診の実施とその結果に基づく口腔保健指導の実施</p> <p>⑩健診等で異常が認められなかった労働者を対象とする医 師等による健康指導の機会の提供</p> <p>⑪地域産業保健センターないし兵庫産業保健推進センター の計画的利用</p>
<p>B. 健康管理体制（ス タッフ）の整備</p>	<p>①健康づくり担当責任者・部署を中心とする各種健康づく り計画（検討・修正後の分）の実行</p> <p>②健康づくり推進チームの継続的・定期的活動の実施</p> <p>③健康づくり専門検討委員会の組織化とその開催 職場単位の労働衛生ミーティングの実施</p> <p>④THP専門スタッフの充足（転勤等による有資格者の不在 にかかる迅速な後任者の選定を含む）及びスタッフ数の 増員の追求</p> <p>⑤自社内THP専門スタッフの活動及び外部のTHP専門機関 等との継続的な関係の維持</p> <p>⑥安全衛生管理規程の見直し修正後の実態との整合性確認</p> <p>⑦事業場トップの健康づくり活動への積極的参加・実践</p>

第5ステップ（続き）

項 目	実 施 す べ き 事 項
<p>C. 労働衛生教育・ 健康づくり教育</p>	<ul style="list-style-type: none"> ①中長期的目標に基づく健康づくり教育等の継続的实施 ②健康相談窓口での相談後の、対象労働者にかかる事後の状態フォロー措置の実施及びそれに基づく適切な再指導の実行 ③口腔保健についての教育・講習会の実施 ④新規雇用者・派遣労働者に対する臨時の健康づくり教育や講習会の実施 ⑤各個人の健康生活の習慣化に向けての働きかけとその習慣化への個別支援の実施
<p>D. 運動等の健康 づくりの実践的 取 り 組 み</p>	<ul style="list-style-type: none"> ①全員（制度的）参加型の体育活動行事の開催 ②運動施設及び運動器具の定期的点検に基づく整備・改善 ③喫煙対策としての空間分煙の実施徹底と、禁煙サポート措置による健康づくり支援 ④腰痛防止対策の見直しに基づく必要な補充対策の実施とその対策の日常的・継続的な実施 ⑤日常生活における運動の習慣化や食生活等改善のための支援措置の制度化
<p>E. ストレス対策 (メンタルヘルス ・ケア)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ①労働者とのコミュニケーション制度の見直しに基づく必要な改善措置の実施とその継続化 ②専門スタッフによる心理相談の機会の継続的提供及びその制度化 ③個別相談後のフォローに基づく相談指導の実施 特に個人情報の記録整備とその厳格な管理（秘密保護の徹底）にかかる責任体制の確立とその実行 ④管理者に対するストレスマネジメント等の教育の実施