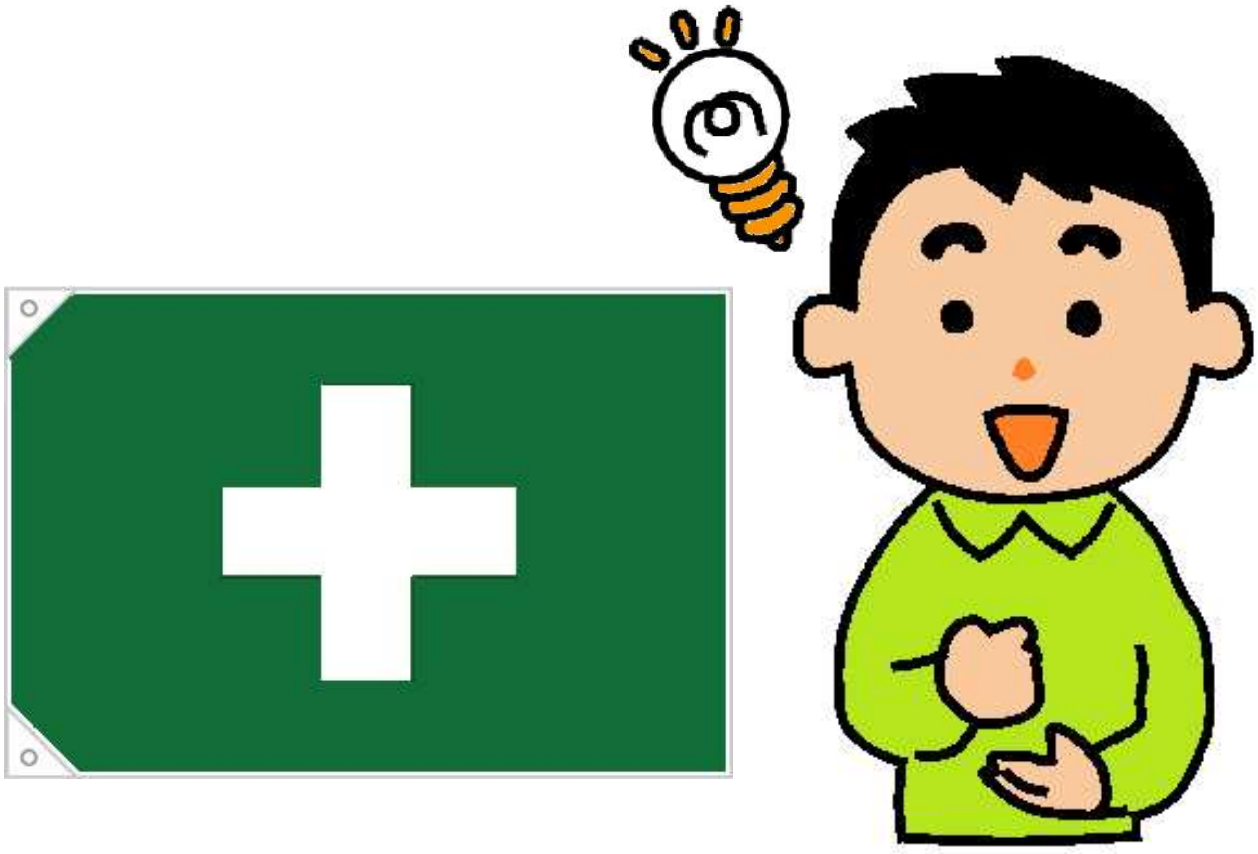
一般健康診断の有所見率改善のための

労働衛生管理活動の好事例集

＝　令和５年（9月6日~10月31日）募集分　＝



一関労働基準監督署

はじめに

職場における一般健康診断の結果、何らかの所見がある労働者の割合（以下「有所見率」という。）は増加傾向にあり、過去最高の有所見率であった２年前（令和２年）からは２年連続で減少したものの、令和４年も当署管内では60.8％と依然として６割を超える高い水準となっています。

また、岩手労働局管内は全国でも９番目（令和４年の全国は58.0％、岩手は61.9％）に有所見率が高く、地方別でも東北地方は有所見率が最も高い状況となっています。

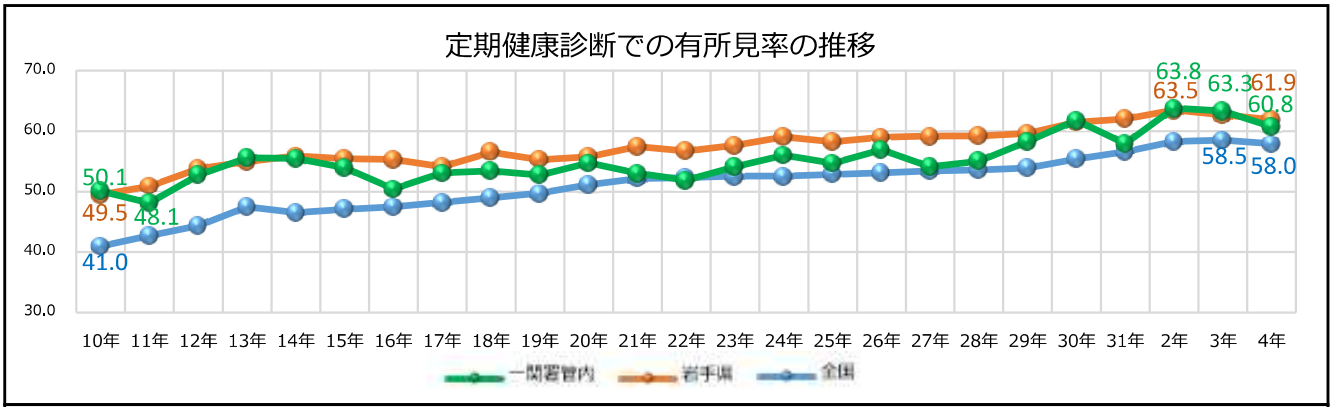
職場における労働者の健康保持増進のための管理活動については、労働安全衛生法において事業者の努力義務として健康管理活動の実施が求められていますが、他の法定義務事項と比べても優先順位は著しく低く、積極的な取り組みには至っていない状況が多くみられます。

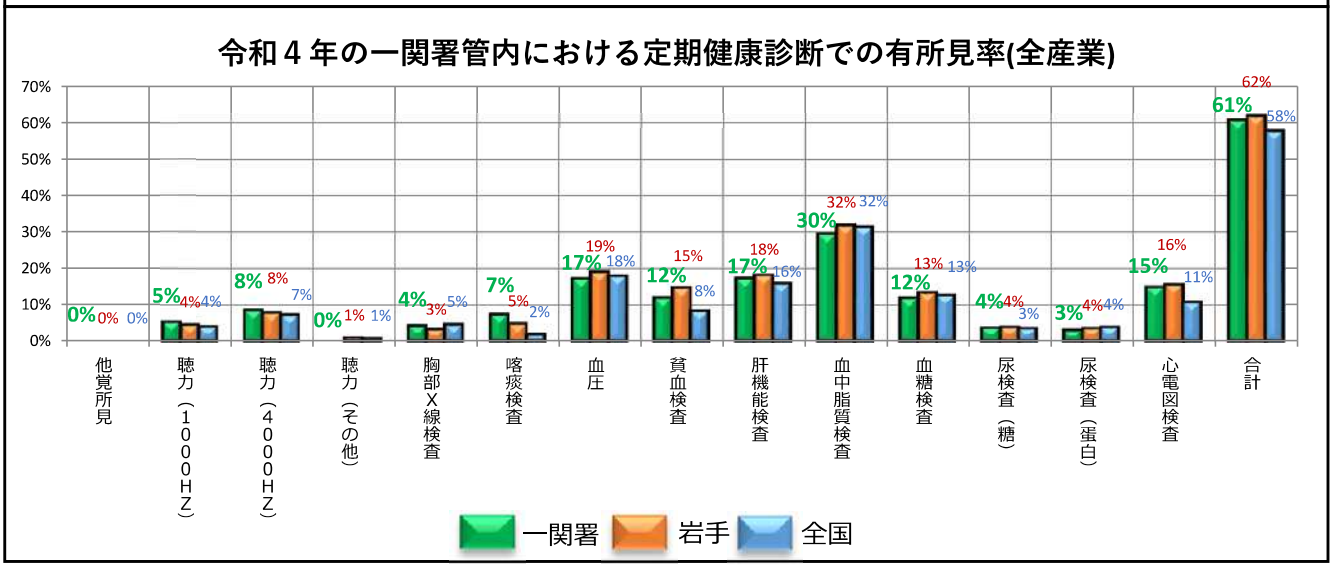
一方、昨今では健康経営優良法人に認定される事業場も年々増えているなど、健康経営に積極的に取り組んでいる事業場もあり、多くの好事例が潜在している可能性が予想されます。

この好事例を多くの事業場で共有することによって、多くの事業場における健康保持増進の推進につながることが期待できることから、好事例をもっている事業場に衛生管理の手法（事例）の提供をお願いし、これを管内の事業場に水平展開することにより、管内における衛生管理意識の向上に寄与できると考え、今回は衛生管理者の選任義務のある労働者数50人以上の事業場を中心にそのお願いをしたところ、多数の事例を収集することができました。

いただいた事例につきましては、事例集としてまとめました。

管内の事業場の皆様に目を通していただき、衛生管理活動のご参考にしていただければ幸いでございます。また、この事例集を契機に健康診断結果における有所見率が低下することを期待しております。





令和５年12月　一関労働基準監督署長

健康好事例 2023 事例１

☑①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

弊社では定期健康診断の際、法定項目以外に次の検査等を追加しております。

- ✓　１つ目は腫瘍マーカー検査(5種類)です。がんは国民病となっておりますので、『がん』というものを意識してもらうキッカケになればと考え、2014年より継続しております。また、がんの罹患経験者には治療中・治療後の追跡検査としても役立てていただきたいと思います。
- ✓　２つ目は胃がんリスク検査です。こちらはピロリ菌の有無を調べるために始めたもので、ピロリ菌検査を受けた事がない人を対象としております。ですが、胃の萎縮状態も調べる事が可能なので、５年毎の検査を検討中です。
- ✓　３つ目はインフルエンザの予防接種です。希望者のみに実施するもので、自費とはなりますが個別で病院に行く手間等がありませんので、接種率が上がると考え取り入れております。

今後も健診委託機関とも相談しながら、検査項目を精査して社員の健康維持のために努めていきたいと思います。

事業場名：　―　様　　業種：建設業

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
☑②食習慣改善の工夫　☑⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

【食生活の改善】

県の取り組みである、毎月28日の「適塩・減塩の日」運動に賛同し、減塩について呼びかけを行っています。具体的な取り組みとしては、毎月28日の前後5営業日を指定し、昼食に塩分含有量が3g以下の弁当などを購入した際に500円の補助を行っています。食品を購入する際の成分表示を確認する習慣づくりとして、一定の成果を上げています。

また、節制を呼びかける取り組みだけではなく、食事の偏りや小食の方もいるため、食に対する興味を持ってもらうことを目的として、定期的にランチの特別弁当を提供しています。（過去例：フレンチ弁当、薬膳弁当、和食2段弁当、山菜弁当、土用の丑の日にうなぎ重等）

さらに、敷地内に設置している自動販売機で、トクホ飲料や腸内環境を整える飲料、熱中症予防飲料を、自動販売機で50円で提供しています。2023年は猛暑であったこともありますが、これら飲料の販売量が前年比1.5倍以上となり従業員の健康維持に寄与しています。





事業場名：　ニッコーファインメック㈱　様　　業種：産業廃棄物処理業

健康好事例 2023 事例３

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
☑③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

一ノ関統括センターでは、ワラプロ・健康委員会が中心となり、「みんなで歩活（kencom）」に登録して楽しく健康な身体づくりに取り組んでいます。

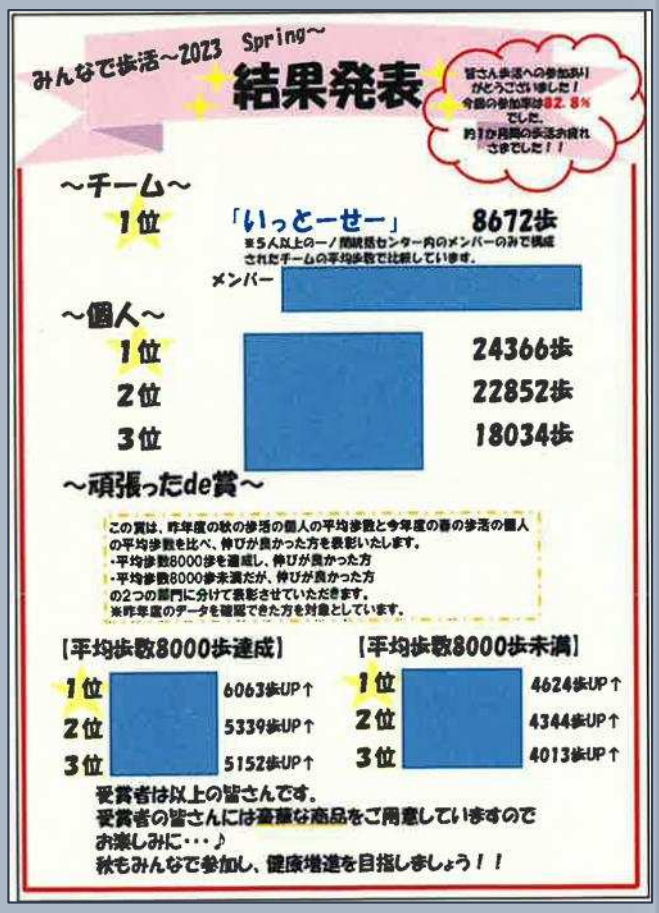
「みんなで歩活」は、当社の数値目標である「１日１時間以上（8,000歩程度）歩行する人80%以上」を達成するため、会社全体で春と秋に実施しています。

目標を達成するため、職場内でチーム平均歩数を競ったり、頑張った個人やチームを表彰するなど、コミュニケーションを図りながら楽しくイベントを実施しています。日本地図を掲出し、指宿駅を出発してゴールの網走駅を各チームが目指す等、工夫してイベントの盛り上げを図っています。

11月には、秋の「みんなで歩活」が始まります。食欲の秋の肥満対策にも役立てていきたいと思います！

※kencomとは・・・日々のライフログ（体重・歩数等）の管理や利用者ごとのニーズに合った健康情報の配信を主としたサービスでDeSCヘルケア㈱が運営しています。





事業場名：JR東日本 一ノ関統括センター　様　　業種：運輸業

健康好事例 2023 事例４

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
☑③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

花泉企業連絡企業議会主催の「第30回健康づくりスポーツ大会」（6kmコースをウォーキング）への社員参加募集を行い、家族を含め合計17名の参加があった。

令和5年10月7日（土）







事業場名：日本端子㈱　花泉工場　様　　業種：製造業（電気機械器具）

健康好事例 2023 事例５

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
☑③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

弊社では花王㈱さんが提供する『ホコタッチ』という歩行計を利用して、社員に自身の歩数、歩行速度、消費カロリー等を確認してもらっています。更にランキング形式で結果を社内イントラと社内報で毎月発表し、表彰も行っております。個々の運動量を競って楽しくウォーキングを続けられるようにしています。

また、社員同士のコミュニケーションツールとしても活用できていると思います。

個人結果の
プレビュー画面



個人結果票（日毎の記録も記載）



弊社内の歩行速度
ランキング



事業場名：　―　様　　業種：建設業

健康好事例 2023 事例６

□①健診実施時の工夫　☑④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

年１回外部から講師を招致し、全員で**身体を動かして運動を行なうイベント**を企画しています。





事業場名：㈱関建設　様　　業種：建設業

健康好事例 2023 事例７

□①健診実施時の工夫　☑④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

毎朝の**体調管理チェック表記入**と開店前に**ラジオ体操**の放送をしております。

（朝は特に忙しいため、手を止めてまで体操をしない場合もあり、出勤時間も様々なのでやらないままになる方も出ていることが課題です。）

事業場名：　―　様　　業種：商業

健康好事例 2023 事例８

□①健診実施時の工夫　☑④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

ラジオ体操を作業開始前に放送し、実施している。

事業場名：　―　様　　業種：製造業（金属製品）

健康好事例 2023 事例９

□①健診実施時の工夫　☑④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

現場事務所へ健康器具を配置

事務作業での腰痛予防、日頃からの運動不足解消のために、現場事務所内に筋トレコーナーを設けています。







事業場名：　―　様　　業種：建設業

健康好事例2023 事例10

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　☑⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

【健康づくりへの援助として、効果が出ていること】

喫煙は健康に良くないために会社敷地内全面禁煙としたとしても、個々の意識が無いと禁煙には繋がらないことから、弊社社長からの提案により、禁煙者には**健康手当**を支給することになりました。

支給額は、月額1,000円、ボーナス時30,000円（夏・冬）。

支給前の喫煙者数は26名おり、支給開始から現在までに11名が禁煙者となり、42.3%の方が禁煙されています。

現在も喫煙している人には禁煙を進めています。

事業場名：　―　様　　業種：製造業（食料品）

健康好事例2023 事例11

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　☑⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

今年７月に、初めて**一関保健所の保健師さんによる出前講座**を実施し、生活習慣病に関してのお話を頂戴しました。外部の方に来ていただくと、改まった気持ちで耳を傾けることができるようです。今後も続けていきたいと考えております。

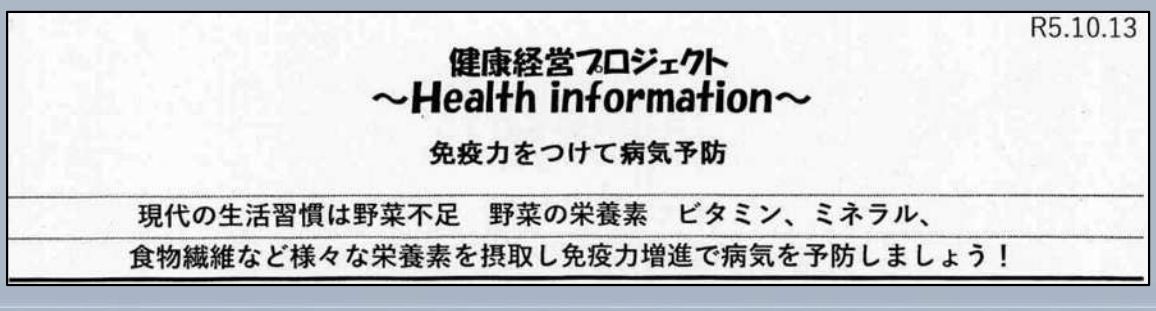
事業場名：　―　様　　業種：商業

健康好事例2023 事例12

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　☑⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

毎月、給料明細に、『　Health　information　』を入れ、健康についての意識啓発を図っている。



R5.10.13

健康経営プロジェクト
～Health information～

免疫力をつけて病気予防

現代の生活習慣は野菜不足　野菜の栄養素　ビタミン、ミネラル、
食物繊維など様々な栄養素を摂取し免疫力増進で病気を予防しましょう！

事業場名：新生ビル管理㈱　様　　業種：ビルメンテナンス業

健康好事例2023 事例13

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　☑⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

３年に一度、健康診断の項目すべてがAだった人に、**「健康診断オールA賞」**として、賞状と副賞を授与している。

事業場名：新生ビル管理㈱　様　　業種：ビルメンテナンス業

健康好事例2023 事例14

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　☑⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

【健康管理シート】

年度ごとに健康テーマを3つ策定し、従業員それぞれが選択した目標の進捗度を管理する「健康管理シート」制度を健康意識の発揚に活用しています。目標の達成状況の他、血圧などの情報を数値やグラフで可視化して衛生管理者へ提出することとしており、第三者(衛生管理者)に提出することで、現状認識と健康課題の把握に繋げています。

開始当初は、体重、体脂肪、血圧の記録をし、従業員自ら年間目標を設定してもらっていましたが、どうしたら皆が真剣に健康課題へ向き合ってくれるかが課題でした。数値の変化を「見える化」し、全社員が個別に健康目標を設定したことにより前向きな取り組みへと発展しました（体重を〇〇kg減らす、禁煙する、〇〇km歩く等）。年末には目標達成者を表彰していますが、昨年は禁煙を達成した従業員の表彰を目の当たりにして、「自分もやる」と宣言した社員がおりました。



2023年
氏名：

健康管理シート

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
体重は折れ線で表示(kg) 62 61 60 59 58 57												
BMI(kg/m²)	25.3	23.6	23.7	22.9	23.3	23.5	23.7	23.5	23.7			
体脂肪率(%)	37.7	36.5	37.0	38.7	34.9	35.8	39.1	35.2	30.9			
血圧(mg/Hg) 正常値 120-130 最高	120	102	125	130	120	122	121	127	116			
正常値 80-85 最低	65	74	86	88	84	59	64	61	56			
アイチェックチャートの実施 ○/×	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
喫煙者の方 禁煙できたか ○/×	やらない											→
運動 目標値達成 ○/×	見解ではなかなか毎日は……	○	△	○	○	○	○	△	△			
目標の結果/自由メモ	天候ラッキー	暖かぞ～	労災定～	昼休み前の日課	昼寝かえる～	ぽんちがまん何日か	ぽんはうまーい	今日から本格的にダイエット	今年上半期はどうだった？今日は！			
衛生管理者確認印												

年目標

◎体重を減らす　61 kgから　57 kgにする。

○禁煙の実施　月から実施する。

○運動は何をするか　＊目標値／時間・距離・回数・日数。
例・スクワット・毎日10回する

会社の運動器具は月1回使用しましょう。

◎毎月20日までに衛生管理者に提出してください。

事業場名：　ニッコーファインメック㈱　様　　業種：産業廃棄物処理業

健康好事例2023 事例15

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　☑⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

「健康だより」の作成・掲示

わが社では2004年から毎月健康だよりを作成し工場内に掲示して健康づくりへの意識付けを行っています。 記事の内容はなるべくその時期に合わせたものを、一関工場と千厩工場の看護師が交代で考えています。現在は作成した健康だよりをメールにて各部署へ配信、掲示場所を増やしてより多くの従業員の目にとまるようになっています。健康の大切さを理解し心身ともに健康づくりができるよう、新しい情報を取り入れながら作成するよう心掛け、 健康維持増進への活動の一つとなるように作成を継続しているところです。





事業場名：㈱日ピス岩手　様　　業種：製造業（輸送用機械等）

健康好事例2023 事例16

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　☑⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

一関市健康こども部健康づくり課へ依頼を行い、「日本端子の皆様と考える健幸づくり」と題し、企業への出前講座を実施していただいた。（当工場：安全衛生委員を中心に19名の参加）　令和5年5月12日（金）







事業場名：日本端子㈱　花泉工場　様　　業種：製造業（電気機械器具）

健康好事例 2023 事例17

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　☑⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

健康診断受診率は１００％です。

最近は癌に確意する人が２人に１人と言われる世の中です。

当社では大陽がん・肺がん検査は全従業員、胃がんは３５才以上を対象として健診時の項目に入れています。しかし健診結果通知が届いた後の有所見者（要精密検査・要治療）の再受診率が低く、健診を表務的に受けて終わりという従業員が５割ぐらいを占めていました。


医療機関受診結果報告書（治療必要・精密検査 該当者）

↑医療機関受診結果報告書

医療機関を受診するよう声掛けしましたが、それだけでは受診率が上がらなかったので、**『医療機関受診結果報告書』**を独白に作成し、個別に有所見の内容を添付し、期限を決めて報告してもらうことにしました。期限までに受診していない者には積極的に声掛けを行ない、ようや＜医療機関を受診する従業員が９割になりました。受診結果報告をしてもらうことによりそれぞれの健康状態をより詳しく把握する事ができるようになりました。来年度からは医療機関の受診率を速やかに１００％にするために、**有給の特別休暇**を付与し、計画的に受診する日にちを設定し、各現場の協力をもらいながら受診率を上げていこうと計画中です。

高齢化が進み、人材不足の現在、今いる従業員全員で頑張っていかなければなりません。その為にも健康であることは重要な条件となります。それぞれの生活を守る事でもあります。

当社は従業員の健康管理にこれからも力を入れて行きます。

事業場名：㈱関建設　様　　業種：建設業

健康好事例 2023 事例18

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　☑⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

有所見者には、精密検査実施の要請をお願いし、精密検査を受けてその結果を提出してもらっています。

このことを進めるために、
① 提出期日を定める
② 未提出の場合は再要請（２～３回）をし、自身の状態を確認して健康管理してもらうを行っています。

再検査を１００％の方に受診していただくことが第一と考えています。

事業場名：㈱マイヤ　千厩店　様　　業種：商業

健康好事例 2023 事例19

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　☑⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

健康診断の結果で再検査の方に病院に行ったのを確認する。（早めの治療をしてもらう）

事業場名：　―　様　　業種：製造業（食料品）

健康好事例 2023 事例20

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　☑⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

健康診断結果で「要精密検査」「要治療」の方には、衛生管理者との面談・要検査勧奨をしている。

事業場名：　―　様　　業種：製造業（金属製品）

健康好事例 2023 事例21

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　☑⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　□⑨その他

【取組内容】

【健康診断】

定期健診の結果、医師から再検査の指示があった従業員に対しては、有給休暇とは別に最大2日間の**「二次健診特別休暇」**を与えることを就業規則に規定し、二次健診の対象者に対し積極的な受診を促しております。2022年に、この特別休暇制度を利用した従業員は7名おり、再検査の受診率も2021年度67.6%から2022年度72.7%へと微増傾向にあり改善の兆しが見えております。受診率100%を目指し、制度の活用をさらに奨励していきます。

また、消化できなかった有給休暇を積立できる独自制度を設け、万が一治療により長期休暇が必要になったときには、利用できるようにしています。

事業場名：ニッコーファインメック㈱　様　　業種：産業廃棄物処理業

健康好事例 2023 事例22

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　☑⑨その他

【取組内容】

工場内でのインフルエンザ予防接種の実施

2018年から産業医へ依頼し、インフルエンザ予防接種を一関工場内で実施しています。病院へ出向くことなく接種でき、待ち時間も少ないため、毎年多くの従業員が接種します。今年はインフルエンザ流行中のため、この予防接種がより感染予防のための一助になればと思っています。

事業場名：㈱日ピス岩手　様　　業種：製造業（輸送用機械等）

健康好事例 2023 事例23

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□⑦産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　☑⑨その他

【取組内容】

インフルエンザの予防接種をお願いしている。（希望者のみ）

事業場名：　―　様　　業種：製造業（食料品）

健康好事例 2023 事例24

□①健診実施時の工夫　□④運動指導の工夫　□産業医の活用
□②食習慣改善の工夫　□⑤健康づくりへの援助　□⑧有所見者への対応の工夫
□③ウォーキングの奨励　□⑥健康づくりの意識啓発　☑⑨その他

【取組内容】

インフルエンザ予防接種を社内で行えるようにし、全員が接種している。

事業場名：　―　様　　業種：製造業（金属製品）

以上、今回は１３事業場から計２４の事例を提供していただきました。
御提供いただいた事業場の皆様には感謝申し上げます。
また、２回目の事例募集も検討しておりますので、その際にはさらに多くの事業場の皆様にもご協力をお願いします。