

「健康づくり活動」の取り組みについて

東プレ株式会社 相模原事業所
安全健康環境部課長
岡田 真一郎

1 事業所の概要

当社は昭和 10 年 4 月に江東区で創業し、25 周年目の昭和 35 年に相模原の地に進出してまいりました。

相模原事業所は国道 16 号線と 129 号線が交差する内側に位置していますが、進出当時、周囲は一面の桑畑で幹線道路も未舗装だったそうです。工場から旧国鉄時代の橋本駅が遠望できたという先輩の話からも当時の様子が偲ばれません。

当社は創業以来、徹底して「モノづくり」にこだわり続けてまいりました。主要生産品として自動車用金型、自動車用プレス部品からスタートしましたが、昭和 40 年代に入り、冷凍機器業界、空調機器業界へと進出し、さらに昭和 50 年代後半に電子機器業界、昭和 60 年代初めに事務機器業界へと活動の場を広げてまいりました。

相模原事業所では現在冷凍機器と空調機器を除く 3 部門の生産・販売を行っており、800 名の社員が働いています。

2 安全衛生管理方針

『会社を取り巻く環境の変化を的確に捉え、すばやい諸施策の社内展開を図る』という会社方針のもと、「安全は全てに優先するという人間尊重の理念を掲げ、全員参加をもって安全と健康を確保し、快適職場の実現をめざす」をスローガンに

1. 安全でいきいきと働ける環境づくり
2. 安全衛生マネジメントシステムの全社展開
3. 心と身体の健康づくりの推進体制の確立

を掲げ、活動を展開しています。

3 健康づくり活動

当社は平成 16 年度に神奈川労働局より「健康づくりモデル育成事業場」に指定され、健康保持増進活動を展開しています。

健康管理活動は、産業医を中心に看護師・保健師各 1 名、メンタルヘルス専門医 1 名と安全衛生スタッフ 4 名(部長・衛生管理者 3 名)の計 8 名体制のチームにより活動しています。

活動内容をおおまかに、ご紹介します。

- 身体的フォロー・個人体重記録表の実施

当社では定期健康診断・特殊健康診断後の保健指導などの事後措置はもちろんのこと、各種健康教室を開催して、生活習慣病予防に力を入れて取り組んでいます。その中で「自らの体重に目を向けることで、健康に対する意識づけができる」ということに着目し、平成 11 年度より社員全員に体重測定を促してきました。

実施にあたり、健康管理室をはじめ、食堂やロッカー室、事務所内などに体脂肪計付ヘルスメーターを設置し、社員が気軽にいつでも体重を測れる環境を整えてきました。そして社員全員に体重記録表を配布し、月 1 回の体重測定と記録を義務付けています。体重記録表は健康管理室で回収し、看護師、保健師がチェックの上、ワンポイントアドバイスを加えて返却しています。

平成13年と平成18年の4月に「体重についてのアンケート」を実施し、比較したところ「体重をよく測定する」「肥満=生活習慣病になりやすいことを知っている」などの項目が2割増となっており、体重記録表が社員の意識を高めるのに、効果的であったと考えています。その他、1日1万歩ウォーキングや健康管理室に自転車エルゴメーターを設置するなど、社員一人ひとりのQOL(Quality of Life(生活の質))に合わせた健康づくりを働きかけています。

- 産業医による講話

毎月開催の安全衛生委員会で産業医による講話を実施しています。「脳卒中」「狭心症と心筋梗塞」などの疾病について、日常生活の過ごし方や注意すべき点を分かりやすく説明していただいたり、最近では、「メタボリック症候群」などについて生活習慣病予防の観点からお話いただきました。その内容は「健康ニュース」としてまとめ安全管理者を通じて各職場に展開しております。「健康ニュース」も通算61号を数えるまでになりました。

- メンタルヘルスケア

近年、職場でのメンタルヘルスへの関心が高まっていますが、当社においても年々、メンタルヘルスのウェイトが高まってきています。心の健康はその社員自身のセルフケアだけではなく、その社員の管理監督者、上司などのラインによるケアが重要とされており、当社でもメンタル専門医に依頼し、平成14年に管理職、平成15年に係長と生産現場の工長を対象として「心の不健康への気づき」に関する講演会を開催しました。

その後、平成16年10月にメンタル専門医と正式に契約し、月1回のメンタル相談を実施しています。メンタルケアが必要な社員に対しての休業中の取り扱いや職場復帰時の対応については、産業医、メンタル専門医と主治医の判断をもとに産業保健職、衛生管理者、人事労務担当者などが職場と連携をとりながら、慎重に行っています。

今後さらに職場内における心のケアのシステムづくり体制を整えていく必要があると考えています。

- 過重労働対策

過重労働はわが国が抱える緊急の労働衛生問題であり、さまざまな取り組みがされている中、当社においても、「時間管理計画表」を作成して労働時間の管理、時間外労働の削減、年次有給休暇の取得促進などにむけた取り組みを実施しています。

また、本年4月の法改正を前に外部講師に依頼し2月と3月の2回にわたって全管理職を対象に「過重労働と健康障害」と題した講演会を開催し、過重労働がもたらす健康障害と管理者の責任について理解を深めてきました。

社内基準に該当する過重労働者には問診票を記入してもらい所属長からの今後の見通しや対策等の意見をもらったうえで産業医との個別面談を行い、過重労働に起因する健康障害などの確認を実施しています。また、社内基準以下の社員に対しても、必要に応じて看護師及び保健師にて健康相談を行っています。

4 おわりに

職場における健康づくりが重要視されている背景には中高年雇用者における生活習慣病等の有所見率の増加、産業ストレスによるメンタルヘルス問題の増加等があります。当社では、今回紹介した活動内容の他にも新規採用者の聴力検査、30歳健康管理、歯科ブラッシング講習などあらゆる面から社員の健康づくりをサポートしています。

また、急病者が発生した場合の応急処置について看護師が指導する講習会や救急救命の講習会を定期的に開催し、社員の能力アップも図っています。

当社では今後も、社員一人ひとりが安全で、身体的にも精神的にも健康で働ける職場環境の形成を目指し、安全衛生活動を推進していきます。