

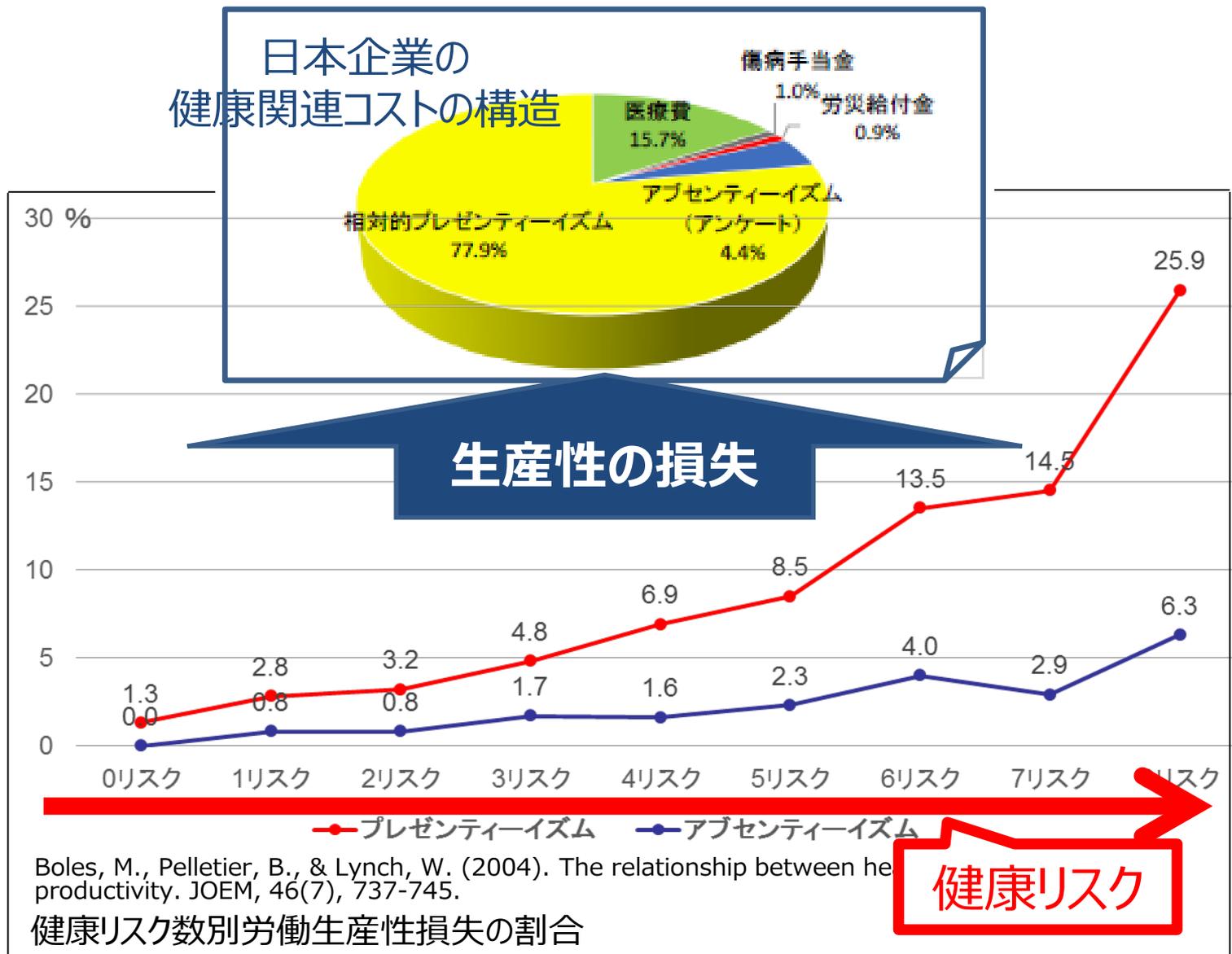
[資料編] Japan Modelのすすめ

- 日本の素晴らしさを生かす -

古井 祐司



少子高齢社会は生産性の低下という構造的な課題を内在します。



健康投資が60歳企業を変えました。

会社の業績は
社員の健康状態で
9割決まる

Yoshi Fomen
古井祐司 医学博士

会社の元気は従業員の健康から!



東京都健康・少子・高齢化対策部
ケンコウデスクマン

従業員が出勤していれば安心でしょうか？
日々の疲れや体調不良などでパフォーマンスが
低下しているかもしれません。
従業員の健康に配慮することは、
会社にとってどんな効果があるのでしょうか？



社員の健康に投資する会社は
経営パフォーマンスが良い。

事例 東京クリアランス工業株式会社

- ワークライフバランスの徹底!
- 地域産業保健センターの利用!

取組のきっかけと取組内容

- 4年前、夜勤明けの従業員が現場でケガをしたことから、勤務時間の見直しに着手
- 従業員と話し合い、夜間業務を外部委託
勤務時間(9時~17時)を徹底

社員の变化等

- 勤務にメリハリができ、余裕のある丁寧な仕事が可能に。
- 顧客の信頼度が上昇、新たな仕事の依頼が増加
- 従業員の意欲の向上

外部機関の活用とその効果

- 地域産業保健センターの産業医による健康相談・指導を実施
- 健診・検診の重要性に気づく従業員の増加

経費と売上の変化

外部委託による
経費の負担を
上回る
売上の増加!



代表取締役社長からの一言

従業員のケガ等による経営者としての精神的不安は計り知れません。あんな思いは二度としたくありません。勤務体制・健康管理の一環として進めた取組ですが、業績アップにもつながり嬉しい驚きです。

企業データ 所在地: 武蔵野市
従業員数: 33名 (男性 27名/女性 6名)
平均年齢: 60歳 (平成 27年 8月現在)
事業内容: 総合ビル管理、マンション管理、空調・衛生・給排水、河川設備、警備業・機械整備、建築関係

東京都福祉保健局

作成協力

全国健康保険協会 東京支部
協会けんぽ

東京法人会連合会

東京商工会議所

東京都中小企業団体中央会

東京都労働局

独立行政法人 労働政策研究・研修機構
東京産業保健総合支援センター

健康投資が20代企業を変えました。

昼食を交代で必ずとる、
自販機メニューもガラッと変わった。
朝礼で“ついでに”ストレッチ！

皆20代、痩せているのに高血糖！
受診したこともない...

ほぼすべての従業員の血糖値が平均まで改善。
体調不良で欠勤するスタッフが減り、ローテーションが安定。
健康に関する知識が増えたことで、
顧客とのコミュニケーションの幅も広がりました。

私たちには陥りがちな“罠”があります。

「自分の健康は二の次になりがち」

- ・倒れた3人に2人は医療にかかっていなかった。
- ・健診受診者の70%^注は結果がわかっていない！

個々の努力だけでは
解決しません。

注) 第5次循環器疾患基礎調査に基づく(血糖、脂質の検査値を知らない割合)

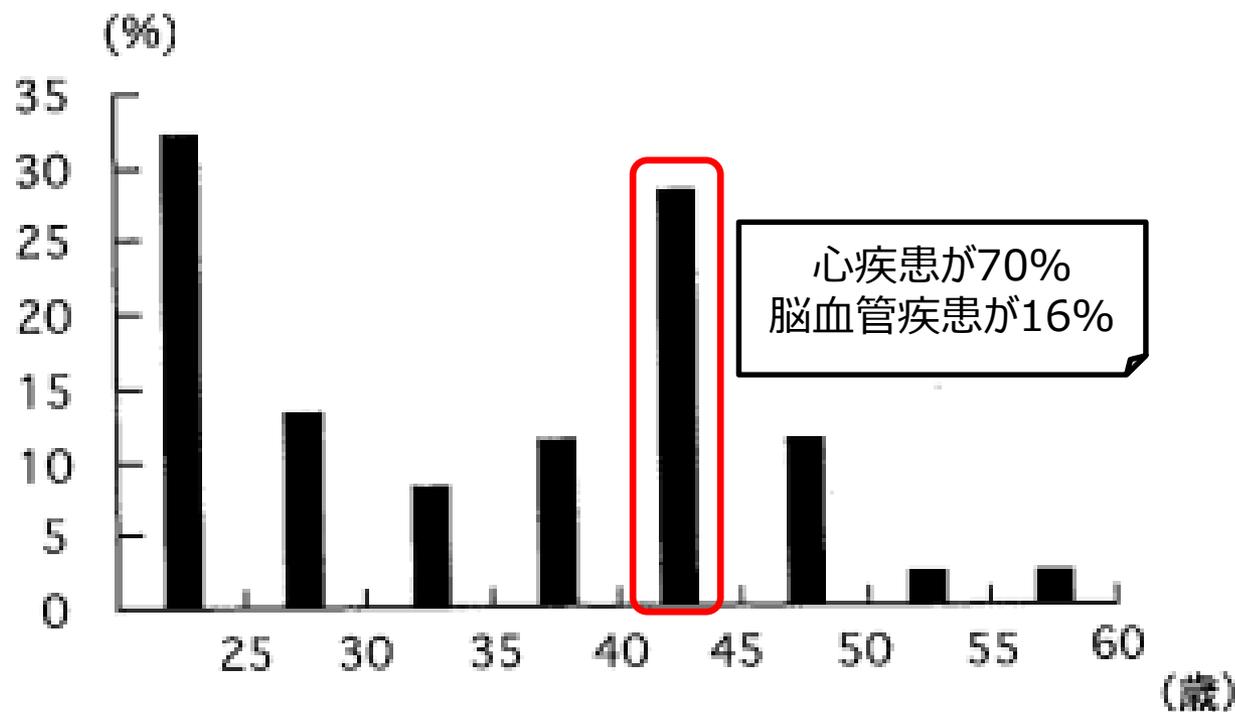


図2 年齢区分別の総死亡に対する突然死の割合

同業他社に比較して**肥満**が多いA社。
どのような一歩を踏み出したでしょう？
A社； **37%** > B社； 29%

日常の仕事動線を意識した仕掛け



めどせ! **健康寿命No.1** 静岡県

良い生活習慣を身につけよう!

プロジェクト **健康寿命日本一に向けた 富士のくにの挑戦**

最優秀賞

静岡県

〒420-8601 静岡県静岡市東区富士町 9-5 TEL 054-221-2779
<http://www.pref.shizuoka.jp/kenzoku-430/kenzoku-junyoubintai>
 kenzoku@pref.shizuoka.lg.jp / chsu.jp@pref.shizuoka.lg.jp

しずおかけん ちいさ せいかつしゅうかんびょう

静岡県の地域の生活習慣病の実態を知ろう!

自分の住んでいる地域は どうなっているかな?

静岡県の平均と比べて

とても多い 多い 少ない とても少ない



はっけん しょくじょうかん

発見! 食習慣のちがい

食べるものの頻度がちがうことが、生活習慣病に影響していることが考えられます!

東部
 朝食はコロッケやチャーハンなどの 揚げものをよく食べている!

お茶

日常の生活動線を意識した仕掛け

中部
 中部はお茶をよく飲んでいる!

西側
 揚げものをよく食べている!

CHECK POINT
 あなたの家では、よく何を食べているかな?

基礎代謝が落ちる初夏の動線例；旬の食材を楽しむ

☆☆よこはま企業健康マガジン☆☆

2016・6・1 第17号

☆☆ <http://www.city.yokohama.lg.jp/kenko/wls/>

血圧が高めな中高年者,勤労者は血液ドロドロが心配...
旬の野菜には水分+カリウムも！

▽▼大人も「食育」で夏も元気に！▽▼

旬の食材の良さをすることは、大人の“たしなみ”
なぜなら、旬の食材は新鮮だけでなく、栄養成分が豊富だから。

例えば、初夏が旬の「なす」は水分が多く、身体を冷やす作用があります。
また、「なす」に含まれるクロロゲン酸には抗酸化作用、カリウムには体内の余分な塩分を輩出し、血圧を下げることを助ける働きがあります。

夏季は水分不足から血管が詰まりやすく、脳梗塞の発症が増える時期です。

特に、血圧が高めの方は、食べ物の選び方も意識しましょう。



ビールが美味しい季節。
水分+ビタミンB1も排出されがち...

出典) 横浜市 (よこはま企業健康マガジン)

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...



- ◆ Plan-Do-Check-Actionをまわす
次の一手がみえる...



保健事業の効果・効率をあげる

データヘルスによって“自分(の組織)ごと化”されます。

少子高齢化に伴う生産性低下を防ぐ視点で、「健康維持率」は重要指標(政府KPI)です。

被保険者 373,850人(H23-H25)
厚生労働科学研究/永井良三・古井祐司

健康度

A社

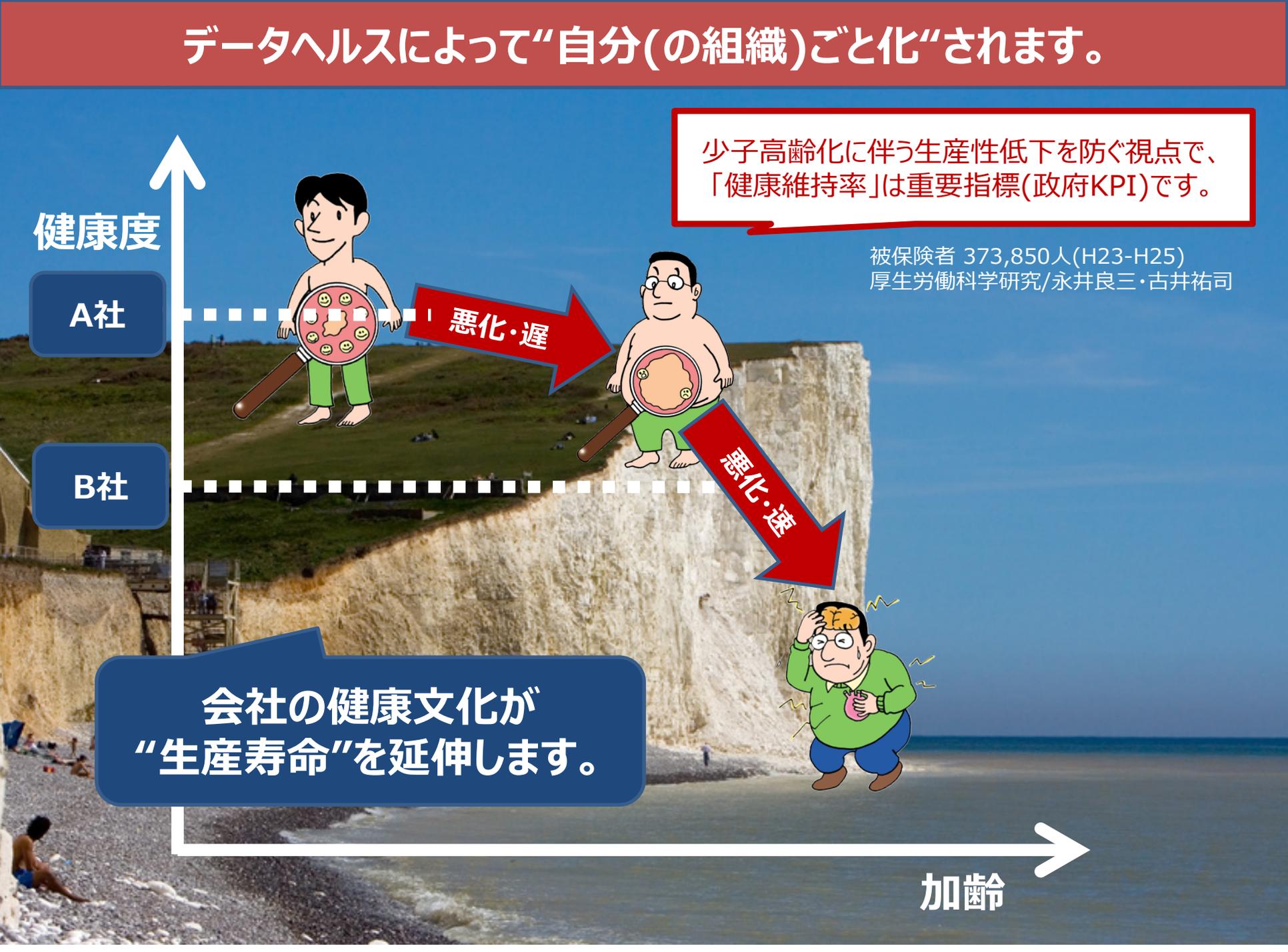
B社

悪化・遅

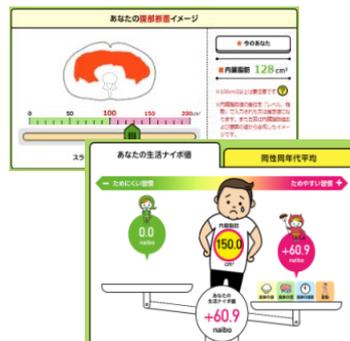
悪化・速

会社の健康文化が
“生産寿命”を延伸します。

加齢



少子高齢社会の構造化から生まれる“健康ソリューション”

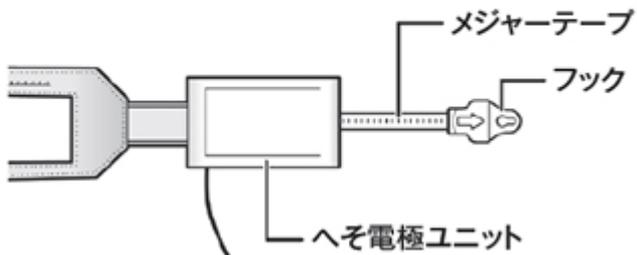


健康課題に対応した“意識づけ” with ツール
= 健康ソリューション

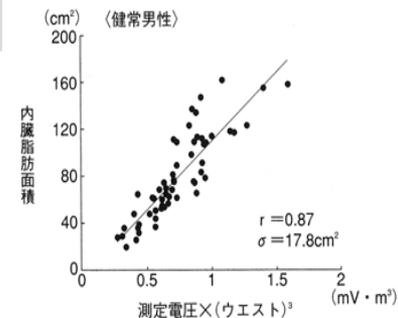
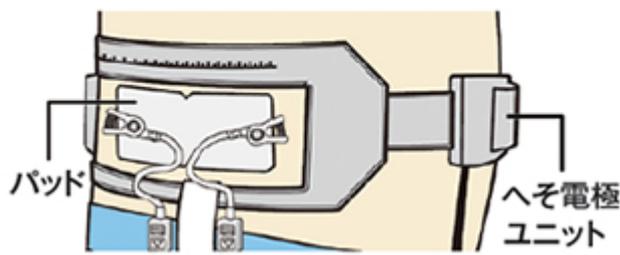


健康課題に対応し、日常動線に乗ることで
真のソリューションになります。

1 腹囲測定



2 内臓脂肪面積の推定値の算出



日本ブランド

- 超少子高齢社会の健康課題に応じたソリューションが構築される -

“Precision Healthcare”

- 医療保険を“インフラ”として活用する
 - 企業・自治体がデータヘルスに参画する
- 産官学で社会実装を進める
 - 私たちの日常動線で試行・検証する

予防医学の社会実装（産官学連携）

2004年 医学部附属病院・22世紀医療センターの創設

2012年 政策ビジョン研究センター・健康経営研究ユニットの創設

2015-2020年 データヘルス計画PDCAの運用・検証プロジェクト



東京大学政策ビジョン研究センター
Policy Alternatives Research Institute

 22世紀医療センター
22nd Century Medical and Research Center

