

㈱東芝 セミコンダクター社 四日市工場の取組

平成21年度の取組及び成果（表1「取組整理表」参照）

安全健康基本方針にある『「業務に起因する負傷および疾病の予防」と「安全健康管理活動の継続的な改善」に努めます』に基づき、T H P（トータルヘルスプロモーションプラン）専門委員会や健康管理部門、他関係部門と連携を図りながら、

適正体重維持を目指した「ヘルシースリムプログラム」 ゼロ災を目指した「腰痛・つまずき予防教育」（図1）メンタルヘルスにおいては階層別教育、外部講師を招いた役職者向け講演会（図2）健康づくりのチャレンジ項目を自主的に選択、実践する全員参加の「いきいき健康チャレンジ」 歩け歩け大会（図3）大縄とび大会（図4）パターゴルフ大会、ダーツ大会等

従業員一人ひとりが、安全で快適に働ける職場づくりを目指した諸施策を実施しました。

表1「取組整理表」

「ヘルシーピープルみえ・21」		取組・成果																		
9つの領域名	93の数値目標名	取組の目標	具体的な取組内容	参加者数/対象者数	成果値															
1. 栄養・食生活	適正体重を維持する人の増加 20-60歳男性の肥満者の減少	B M I 25 以上を 00 年度 23.4%	ヘルシースリムによる減量支援 いきいき健康チャレンジによる生活習慣改善	21 / 32 人 全従業員	<table border="1"> <thead> <tr> <th>平均値</th> <th>実施前</th> <th>実施後</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>体重(kg)</td> <td>80.6±11.1</td> <td>78.4±11.2</td> </tr> <tr> <td>BMI</td> <td>27.8±4.0</td> <td>26.7±3.6</td> </tr> <tr> <td>体脂肪(%)</td> <td>25.5±5.1</td> <td>25.9±5.2</td> </tr> <tr> <td>腹囲(cm)</td> <td>93.0±9.2</td> <td>89.3±8.2</td> </tr> </tbody> </table>	平均値	実施前	実施後	体重(kg)	80.6±11.1	78.4±11.2	BMI	27.8±4.0	26.7±3.6	体脂肪(%)	25.5±5.1	25.9±5.2	腹囲(cm)	93.0±9.2	89.3±8.2
		平均値			実施前	実施後														
体重(kg)	80.6±11.1	78.4±11.2																		
BMI	27.8±4.0	26.7±3.6																		
体脂肪(%)	25.5±5.1	25.9±5.2																		
腹囲(cm)	93.0±9.2	89.3±8.2																		
10 年度 20%以内	全従業員 B M I 25 以上 09 年度 26.9%																			
2. 運動・身体活動	運動を週 1~2 回している人の増加	00 年度 14.1% 10 年度 20%以上	いきいき健康チャレンジ 定期健康診断後保健指導（全員）	全従業員	09 年度 16.5%															
3. 休養・こころの健康づくり	生活のリズムが規則正しい人の増加	00 年度 43.5% 10 年度 40%以内	いきいき健康チャレンジ 定期健康診断後保健指導（全員）	全従業員	09 年度 42.5%															
4. たばこ	喫煙率の減少	00 年度 53.5% 10 年度 50%以内	いきいき健康チャレンジ 定期健康診断後保健指導（全員）	喫煙者	09 年度 47.0%															

目標達成に向けた取組の内容

表1に示すように様々な取り組みを10年計画で実施していますが、残念ながら09年度BMI25以上の従業員割合が増加傾向を示しました。この背景には従業員数の急激な増加が考えられます。その対策として、有所見率が急激に高まる30代前半を対象に、セルフケア教育を推進していきます。同時に、食堂と厚生部門、健康管理部門の3者間の連携をはかり、食生活に様々な問題を抱える従業員（男性97%、単身・独身者55%、交代勤務者60%）に食堂を健康づくりの場として活用できるよう、具体的施策を検討していきます。

その他の対策として、昨年度に引き続き、ゼロ災害を目指した腰痛・つまずき予防体操の普及を図ります。このような職場での体操を習慣化することにより、災害防止とともに運動不足解消へとつながるきっかけづくりとなるよう、従業員全員の取り組みとします。

また、心の健康づくりで重要なメンタルヘルス教育を継続していくと共に、1次予防のセルフケア・ラインによるケアに注力すべく、ハウレンソウ（報告、連絡、相談）運動を推進し、コミュニケーション活性化を図ります。

最後に、喫煙率は年々減少傾向にあります。依然交替勤務部門は53.9%と高い状況にあります（普通勤務部門37.8%）。今年度は世界禁煙デーをスタートとして、様々な啓蒙活動を展開していきます。

平成21年度の取組 図

(図1)



(図1) 腰痛・つまずき予防教育
保健師による腰痛・つまずき発生のメカニズムの説明、職場での独自の体操の紹介、最後に全員でストレッチ体操を行いました。

(図2)



(図2) 外部講師を招いた役職者向け講演会
労働衛生週間・同準備月間行事の一環として講師をお招きし、笑い与健康について講演いただきました。参加者全員による笑いヨガ(Laughter Yoga)の体験が行われ、会場は大きな笑い声につつまれました。

(図3)



(図3) 歩け歩け大会
晴天にも恵まれ、過去最多の637人が参加しました。

(図4)



(図4) 大縄大会
各職場からメンバーを選抜し、回数を競いました。職場の団結力が勝負の鍵です。