

健康の保持増進（THP）

動 向

厚生省は、昭和53年に、第一次「国民健康づくり」の施策として運動・栄養・休養（生活）の3要素を総合的に実施する「国民健康づくり運動」を展開することとした。

内容は主として、地域（市町村）の健康づくりの場所の整備と普及啓発等を行い、実施主体は市町村業務として実施された。

昭和63年には、第二次「国民健康づくり」として労働省も呼応し、安衛法の改正を含めて、労働衛生の新しい施策として労働者の「健康の保持増進措置」（トータル・ヘルス・プロモーション・プラン）をT・H・Pとして発足した。

内容は、事業者が労働者全員について、生活状況調査、運動機能測定及び医学的検査を内容とする、健康測定を行い、その結果に基づき全員に保健指導、運動指導、必要な者には栄養指導、心理相談を行って、健康の保持増進を図ろうとするものである。

当初の数年間、助成金を受けて健康測定を行う事業所は年々増えてきたが、景気低迷の時代に入り、新たにこの事業のために、申請する事業所数も伸びなやみ、また健康測定、事後指導などセットでなければ助成対象とならず、むしろ減少傾向に転じた。

労働省の行った調査によれば、大企業の多くは、すでになんらかの形で、従業員の健康保持増進活動を行っているとの事で、見直しを行い平成10年度から、助成対象を300人未満の中小企業に、ステップアッププランとして、

- ①経営者健康づくりセミナー
 - ②職場健康づくり支援サービス
- が実施されている。

現 状

過去10年にわたるTHP活動は、それなりの成果を上げてきた。全国のサービス機関から中災防に報告された運動機能測定の結果集計から、筋力、柔軟性、敏捷性、平衡性、全身持久力についての男女別、年齢別の新しい基準が作られて活用されている。

THPを推進するために創設された「働く人の健康づくり協会」は、全国各地で啓発・普及活動を展開し、

主として生活の中で容易に続けることの運動として、ウォーキングが推奨され、各地でのキャンペーン活動が盛んにすすめられている。

一部の大企業では、運動のための体育館や運動器具を整備し、トレーナーを配置して個人別に適切な運動スケジュールを組める体制を整えているところもある。

しかし活用はあまりよくなく、最大のネックは、日常生活時間において、運動に割ける時間帯はきわめて少なく、施設、機材、人材の活用が充分出来にくい理由もある。

一方、メンタルヘルスのニーズは高く、平成12年に労働省から「事業所における労働者の心の健康づくりのための指針」が策定され、ストレス対策を含めて、こころの健康づくりを推進することとなった。現状はストレス対策と精神病対策との差異について、まだ事業所の理解は不十分のように見受けられる。

フォローアップ体制の確立

予防医学実践のための第一歩として健康診断は健康状態を知る重要な手段であるが、即治療を要するような例を除いて検診後大多数放置されているのが実態である。

予防医学協会の社会的使命は、文字どおり予防医学の実践であって「検診屋」であってはならない。

このような考えに基づき、検診後のフォローアップ体制の確立を目的として平成11年度から「生活習慣病改善プログラム」を事業化して進めているが生活習慣病外来から成るもので、現在システムとして確立するためには、今後さらに内容の充実及び拡大を模索する必要がある。

健康づくりの総合化

予防医学協会は、第一・二次予防を主として行う機関であるが、検診中心の事業は、ハード事業であり、健康づくり事業はソフト事業である。

生活習慣病改善フォロー事業・THP事業・KZP（人間ドックからの希望者）・健康診断等の運動機能測定、健康づくり関係一般教育など体系的に整理し「健康づくり総合事業」として展開することになっている。