

# 大阪市職員健康保持増進のための指針

## 1 目的

近年の高年齢労働者の増加、急速な技術革新の進展等の社会経済情勢の変化、労働者の就業意識や働き方の変化、業務の質的变化等に伴い、定期健康診断の有所見率が増加傾向にあるとともに、心疾患及び脳血管疾患の誘因となるメタボリックシンドロームが強く疑われる者の割合が増加している。また、仕事に関して強い不安やストレスを感じている労働者の割合が高水準で推移している。このような心身の健康問題に対処するためには、早い段階から心身の両面について健康教育等の予防対策に取り組むことが重要であることから、職場において職員を対象とした心身両面の総合的な健康の保持増進を図ることが必要である。

本指針は、職場組織として個人の健康づくりを支援し、職員一人ひとりが生涯にわたって心身の健康を維持及び向上していけるよう環境を整備するとともに、職場全体の健康水準を高め、職員が健康で働く活力ある職場づくりを目標にし、市民サービスの向上につながることを目的とする。

## 2 基本的な考え方

職員の健康の保持増進には、職員一人ひとりが自主的、自発的に取り組むことが重要である。

一方で、職場においても職員の自助努力を支援する取組や、職員自身の力だけでは解決できない課題への対応を支援し、より良い生活習慣を獲得することの意欲や継続性を高めるための環境を作るなど、健康管理の積極的な推進が必要である。また、健康管理においても健康障害防止の観点のみならず、全期間を通じて継続的かつ計画的に心身両面にわたる積極的な健康保持増進を目指したものでなければならない。

健康保持増進対策を推進するに当たっては、次の事項に留意することが必要である。

### (1) 健康保持増進対策における対象の考え方

すでに生活習慣上の課題がある職員だけではなく、すぐには生活習慣上の課題が見当たらない職員やより良い生活習慣や健康状態を目指す職員も対象に含む。また、個人に限らず、一定の集団に対して活動を推進できるように職場の規模や業務内容、年齢構成など集団の実態に即した取組を行うことが重要である。

### (2) 職員の積極的な参加を促すための取組

健康増進へ関心をもたない職員が、健康保持増進措置に参加できるように、職場における環境づくりや仕組みづくりの工夫や配慮が必要である。

### (3) 職員の高齢化を見据えた取組

職員が高齢期を迎えても働き続けるためには、心身ともに健康が維持されていることが必要である。そのためには、若年期から職員が健康保持増進のための行動が習慣化できるよう職員自身の自覚を促し、健康保持増進に自発的に取り組めるよう支援する。

### 3 健康保持増進対策の基本事項

PDCA サイクルに沿って課題を把握し、運動指導や栄養指導、メンタルヘルスケア、喫煙、飲酒、睡眠、口腔保健指導等の取組を行う等、職場の実態に即した健康保持増進対策を図る。

#### (1) 健康状況等の把握

健康診断結果や職員の健康状態などを客観的に把握できるデータを活用し課題を把握する。(データヘルスの活用)

#### (2) 健康に関する情報提供

健康に関する積極的な情報提供を行い、職員の健康問題に対する気づきを促す。

健康に関する知識を情報提供し、生活習慣病の課題の有無に関わらず若年期から職員が健康保持増進に取り組めるよう支援していく。

#### (3) 健康診断等を活用した取組

定期健康診断の受診率を高め、疾病の早期発見・早期治療につなげる。

事後措置の実施を徹底し、健康教育及び健康相談の機会をつくり、健康に対する意識と行動の変容をはかり、生活習慣の改善につなげる。

各種検診事業の利用を勧奨し疾病の予防につなげる。

#### (4) コラボヘルスの推進

職員共済組合のデータヘルス計画を共有し、職員の健康課題に応じた効果的な事業の推進を図る。

職員共済組合が実施する保健指導事業や健康講座、がん検診の利用を促し、生活習慣の改善及び疾病の早期発見・早期治療につなげる。

#### (5) メンタルヘルスケアの取組

「大阪市職員心の健康づくり計画」に基づいた各種事業を推進する。

#### (6) 職場の特性を踏まえた取組

各職場の事業・業務の特性や健康状態等を踏まえた健康保持増進対策を推進していく。

#### (7) 実施結果の評価

健康保持増進対策の実施結果等を評価し、継続的かつ計画的に対策を推進していく。

### 4 個人情報の保護への配慮

健康保持増進対策を進めるに当たっては、健康情報を含む職員の個人情報の保護に配慮することが重要である。情報を取り扱う関係者、情報の取得、保管、利用等について「職員の健康情報等の取扱要綱」に基づき適正な取扱いを徹底する。

### 5 実施日

この指針は、令和5年4月1日より実施する。