

令和5年1月19日(木)

令和4年度地域・職域連携推進関係者会議

資料6



相模原市の 地域・職域連携について

相模原市 健康福祉局 保健衛生部 健康増進課



相模原市の概況



潤水都市 さがみはら



平成22年4月 政令指定都市へ移行

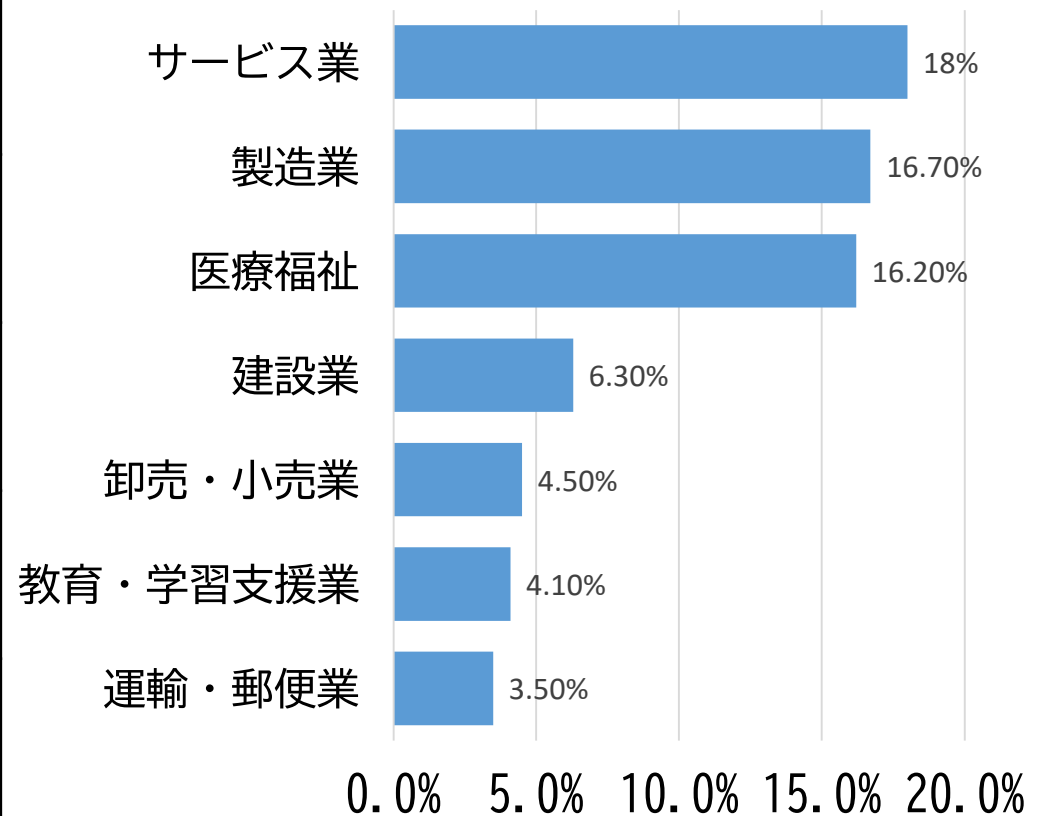
相模原市の概況



潤水都市 さがみはら

人口	719,112人
生産年齢人口	447,611人 (62.2%)
高齢化率	26.2%
市内事業場数	22,480事業場
50人未満の事業場数	21,806事業場 (97.0%)
従業者数	248,832人

主な業種別従業員（民営のみ）割合



人口等：令和4年1月1日現在
事業場等：平成28年経済センサス基礎・活動調査

相模原市の見どころ



潤水都市 さがみはら

東京と大阪を時速500kmでつなぐリニア中央新幹線の神奈川県駅(仮称)が本市緑区橋本に設置されることとなり、現在、令和9年の品川・名古屋間の開業に向けて建設が進められています。



相模原市の見どころ



潤水都市 さがみはら

本市には、小惑星イトカワのサンプルを地球に持ち帰った小惑星探査機「はやぶさ」を開発・運用したJAXA相模原キャンパスがあり、『宇宙を身近に感じられるまち』として記念事業等を実施しています。



はやぶさ2の模型展示

JAXA相模原キャンパス
宇宙科学探査交流棟 内部



地域・職域連携をスタートさせるまで

H12

相模原市保健所を開設
(保健所政令市へ移行)

地域保健と職域保健の連携の必要性
について認識



H14

市保健医療計画策定

職域保健との連携強化を位置づけ

- 以降、保健所内でワーキンググループを立ち上げ、
職域連携の進め方について検討
- 関係機関・団体等へのヒアリング等を実施

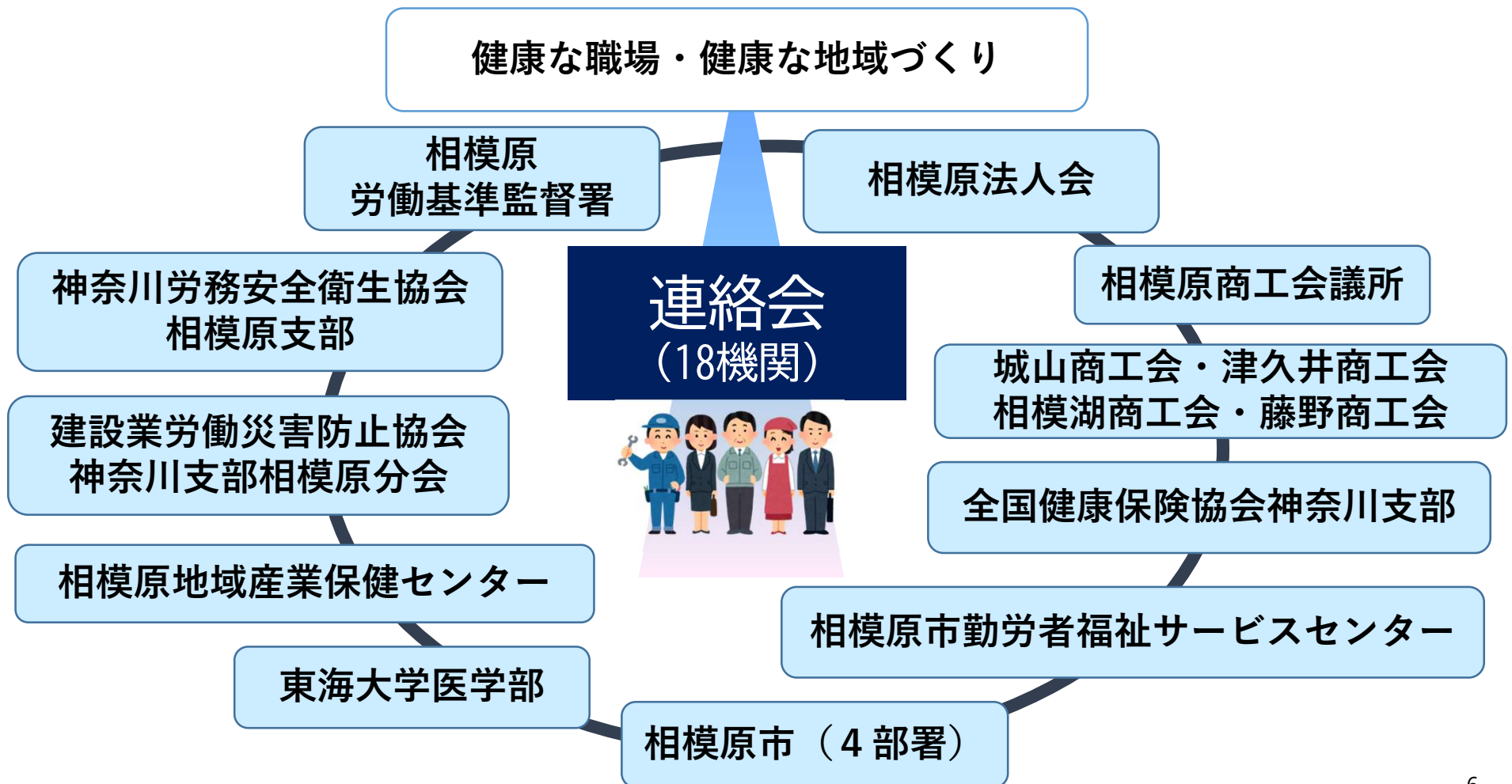


H20

『働く人の健康づくり地域・職域連携
推進連絡会』設置 (本資料では以降「連絡会」)

連絡会の構成員（18機関）

【目指す姿】働きやすい職場で働き、ワーク・ライフ・バランスを実現することで自分らしく生きることができる



地域・職域連携の進め方（連絡会事業計画の策定）

- 連絡会構成機関と協議しつつ、5か年の事業計画を策定
- 計画満了年には事業所の実態調査や計画全体の評価等を行いつつ、次期計画を策定

H22
~26

連絡会事業計画(第1次) 講演会、懇談会等

H27
~31

連絡会事業計画(第2次) 中小事業場訪問・健康経営支援

R2
~R6

連絡会事業計画(第3次) 概ね第2次計画を踏襲

地域・職域連携の進め方（目標及び目標値の設定）

目標	数値目標	R1年度	目標値 (R6)	
目標1 従業員の健康づくりや健康経営に取り組む事業主の増加	①事業所として健康づくりに取り組む必要性があると思う事業主の増加	85.3%	90%以上	
	②相談機関を知っている事業主の増加	61.4%	70%以上	
	③運動機会の推進に取り組んでいる事業所の増加	30.6%	増加	
目標2 健康づくりに取り組む従業員の増加	④健診を受けている従業員の増加	83.4%	90%以上	
	⑤1日に体を動かす時間が30分未満の従業員の減少	45.2%	減少	
	⑥喫煙率の低下	事業主	24.4%	減少
		従業員	27.7%	減少
目標3 職場内のチームワークやコミュニケーションがとれ協力し合える職場の増加	⑦コミュニケーションの活性化に取り組んでいる事業所の増加	66.2%	増加	
	⑧笑いや笑顔のある職場と感じている従業員の増加	82.0%	増加	
目標4 自分や家庭生活のための時間が確保できる職場の増加	⑨自分や家庭生活のための時間の確保が できている人の増加	事業主	76.6%	増加
		従業員	70.2%	増加
目標5 多様な働き方・生き方を選択できる職場の増加	⑩両立支援に取り組んでいる事業所の増加	41.3%	50%以上	

連絡会で実施している事業

- ① 健康づくり懇談会（経営層に対する健康経営の周知）
- ② 普及啓発（働く人が集まる場所での健康経営の周知）
- ③ 出張健康教育（企業からの依頼により実施）
- ④ 中小事業場訪問（中小事業場からの依頼による健康経営支援）
- ⑤ 健康経営周知チラシ（年1回作成）

事業実績

	H29	H30	R1	R2	R3
① 健康づくり懇談会	1	2	7	1	1
② 普及啓発	5	6	3	0	10
③ 出張健康教育	6	39	47	7	1
④ 中小事業場訪問	5	5	5	5	0

※R2～3はコロナ禍により事業縮小

普及啓発

働く人が集まる場所での普及啓発



職域関連大会



壇上スピーチ



血管年齢測定



展示

出張健康教育

企業からの依頼による出張健康教育



食生活講座

骨密度測定



運動講座



出張健康教育

メニュー例

食事・運動

- ・いつもの食事をちょい変えて健康メニューへ
- ・肩こり・腰痛・お腹の引き締め！どこでもジム運動

健康測定

- ・体組成測定、骨密度測定、血管年齢測定など

休養・睡眠

- ・リラックス睡眠で作業効率アップ！
- ・ストレスとの付き合い方

たばこ・お酒

- ・スマートで健康なお酒の飲み方
- ・卒煙サポートたばこ

歯と口腔

- ・ステキな笑顔は仕事につながる！口元の印象アップ術

健診・がん検診

- ・健診結果からはじめる！カラダ改造計画
- ・受けて備える！がん検診

中小事業場訪問（健康経営支援）

中小事業場からの訪問依頼（窓口：市保健所）

依頼主の課題に応じたチーム(※)を組織し、事業場を訪問
(※)保健師や労務専門家等、連絡会構成員の中から組織
(2016～2020年度の5年間で31事業場を訪問)

事業主や従業員へのヒアリング、アンケート調査等の実施
(事業場の課題分析)

課題の見える化（かべ新聞の作成）、課題解決策の提案

健康経営周知チラシに掲載、他の事業場に取り組むを広く周知

中小事業場訪問（健康経営支援）

①現状の把握

事業主への健康づくりについてのインタビュー
従業員へのアンケート

②結果分析 取組の提案

分析結果に合わせた健康づくりの取組を提案
必要に応じ講師等の調整

③実践内容 の紹介

健康づくり実践事例のリーフレット作成
構成機関での配架や市ホームページで広く周知

中小事業場訪問（健康経営支援）

現状の把握

事業主への健康づくりについてのインタビュー
従業員へのアンケート

■従業員アンケート

QRコードを読み取る



質問に答える（約3分）

（回答例）

Q1 この1年間に、健康診断を受けましたか



受けた



受けていない

送信する

→送信



中小事業場訪問（健康経営支援）

結果の分析 分析結果に合わせた健康づくりの取組を提案

健康応援かべ新聞

AZAエンジニアリング株式会社様の健康応援かべ新聞

※本報発行に際してはアンケートの結果を基に作成しています。

AZAエンジニアリング株式会社様の**健康経営ポイント**

運動に取り組んでいる！

「色が少しはずむ程度」の30分程度の運動に週2回以上取り組んでいる人が、39.4%と、平均より多くっており、日頃から体を動かしています！

会社でのラジオ体操やスポーツチームの助成など会社ぐるみの取組が充実していて、すぐに運動に取り組めやすい環境があるのが強みです。

健診受診率9割越え

健診受診率が9割越え。健診は、健康づくりの入り口です。毎年少しの変化を受け、数値の変化を確認することで、生活習慣病に早めに気づくことができます！がん検診も積極的に受けましょう！

ワーク・ライフ・バランス充実

自分や家庭生活のための時間が確保されている人の割合が、81.8%と平均より多くっています。テレワークの導入や週休3日制度など、個人の状況に合わせて働き方ができるのが強みです。

AZAエンジニアリング（株）様がもっと元気になるためのポイント！
～これからできそうなことを考えてみましょう！～

睡眠による休養

過去1か月間の睡眠による休養の確保

項目	睡眠不足	睡眠不足	睡眠不足	睡眠不足
AZAエンジニアリング	22.1%	18.7%	16.4%	16.4%
業界	13.7%	42.1%	14.6%	19.6%

※睡眠不足：1時間未満 ※睡眠不足：1時間以上 ※睡眠不足：2時間以上 ※睡眠不足：3時間以上

過去1か月間の1日の平均睡眠時間

項目	睡眠不足	睡眠不足	睡眠不足	睡眠不足
AZAエンジニアリング	22.1%	16.7%	13.7%	13.7%
業界	13.7%	36.0%	18.7%	13.7%

※睡眠不足：1時間未満 ※睡眠不足：1時間以上 ※睡眠不足：2時間以上 ※睡眠不足：3時間以上

歯の健康

定期的に歯科検診を受けた割合

項目	受診していない	受診している
R1	22.2%	77.8%
R2	39.4%	60.6%
R1全体	37.7%	62.3%

歯の健康

歯磨き粉（歯磨き剤）を使用した割合

項目	使用していない	使用している
R1	36.4%	63.6%
R2	63.6%	36.4%
R1全体	50.3%	49.7%

睡眠による休養がとれている人が少ないようです。1日の平均睡眠時間が6時間未満の人の割合が、78.8%と平均よりも多くなっています。

生活リズムを整えることで体内時計がリセットされ、睡眠を促すホルモン（メラトニンやセロトニン）が分泌されて、寝つきや眠りの質が改善されます。

令和元年のアンケート結果によると、歯の健康意識は少し低いようでしたが、令和2年に歯科健診調査を実施したところ、なんと！改善がみられていました。

口臭は口の中の汚れや歯周病が主な原因です。「口臭が気になる相手は誰ですか」との調査で、約7割は職場の同僚や上司であったという結果も。

また、口の中が汚れて細菌が多い状態だと、インフルエンザウイルスに感染しやすくなることがわかっています。新型コロナウイルスも同じようなウイルス構造のため、口の中を清潔に保つことで予防できるのではないかと考えられています。

職場の洗面所にフリーで使える歯磨きの水つやうじを設置するなど、従業員がすぐに取り組めるような環境づくりをしてはいかがでしょうか。

- ✓ 朝日を浴びて体内時計をリセット
- ✓ 寝る前のスマートフォンやインターネットの利用を控える
- ✓ 朝食をとる

健康経営チラシの作成（事例紹介）

取組の提案

健康づくり実践事例のリーフレット作成
構成機関での配架や市ホームページで広く周知

■実践事例リーフレット

日本サーモニクス株式会社

所在地	相模原市中央区田名塩田1-13-6
従業員	61名（男性53名・女性8名）
設立	1973年9月1日
事業内容	製造業
経営理念	高周波応用技術を磨き地球にやさしいもの創りを通じて社会に貢献する。

ここが
素敵！ この企業の健康経営

その① 健診受診率100%！
健康診断は全員が受診しています。さらに、ストレスチェックも全員が実施しています。異常があった場合には、産業医の面接を受けています。

その② 楽しく健康づくりができるように！
職場で気軽に運動ができるように、卓球台を置いており、休み時間や終業後に、仲間と楽しく卓球をしている社員が多いです。また、テニスコートを借りて、10名程度でテニスもしています。その他にも、社員同士で競い合いながら禁煙に挑戦するなど、お互いに励まし合いながら、健康づくりに取り組める会社です。

その③ 健康課題にもすばやく対応！
その時期の健康課題に対する対応も早く、感染症対策として、手洗いや消毒の徹底、机の間隔の工夫、入口への体温計設置など、安心して働くことができる環境です。

インタビューからの一言
社長や常務の健康意識が高く、会社全体で健康になろうという思いが強いと感じました。スキー旅行やバーベキューなど、社員の仲が良いという印象も強く、心の健康も保たれている会社です。これからも、会社全体で協力して、健康づくりに励んでほしいです。

出張運動教室の様子



毎年のスキー旅行





健活！
さがみほら

わが家わが社の
健康経営
こんな会社を知りたかった！
2020

企業が従業員の健康維持・増進に取り組む「健康経営」の実践は、生産性や競争力の向上、企業イメージの向上、人材の確保などさまざまな効果をもたらします。貴社の企業で実践している健康経営や健康づくりの取組をぜひご紹介し、健康経営も一歩進めてみませんか？

エイム電子株式会社

この企業の健康経営

その① 健診や健康診断が実施されています！
健康診断は全員が受診しています。さらに、ストレスチェックも全員が実施しています。異常があった場合には、産業医の面接を受けています。

その② 楽しく健康づくりを職場として実践！
職場で気軽に運動ができるように、卓球台を置いており、休み時間や終業後に、仲間と楽しく卓球をしている社員が多いです。また、テニスコートを借りて、10名程度でテニスもしています。その他にも、社員同士で競い合いながら禁煙に挑戦するなど、お互いに励まし合いながら、健康づくりに取り組める会社です。

その③ 健康課題にもすばやく対応！
その時期の健康課題に対する対応も早く、感染症対策として、手洗いや消毒の徹底、机の間隔の工夫、入口への体温計設置など、安心して働くことができる環境です。

インタビューからの一言
社長や常務の健康意識が高く、会社全体で健康になろうという思いが強いと感じました。スキー旅行やバーベキューなど、社員の仲が良いという印象も強く、心の健康も保たれている会社です。これからも、会社全体で協力して、健康づくりに励んでほしいです。

連絡会事業 実施のポイント

1 事業場・地域双方にメリットがあること

事業場：事業場のニーズに合わせた健康づくりメニューの享受、
取組の対外的周知（企業イメージの向上）

地域保健：身近な事例の周知による他の事業主への波及効果、
健康経営に取り組んでいる事業場の発掘

2 PDCAサイクルでの計画策定、事業展開

事業場の実態調査 → 連絡会での健康課題の共有 →
連絡会事業計画作成 → 指標の設定と評価

3 顔の見える関係を大切に

多機関多職種チームによる事業場訪問を実施

連絡会に作業部会を設け、担当者レベルでのつながりを強化

4 事業の継続性の確保

構成員や事務局の担当変更には左右されないアドバイザーの存在
（学識経験者：東海大学医学部看護学科 錦戸教授）

連絡会事業 課題

- 1 事務局主導になりすぎないように
各種事業の実施や計画策定などの場面において、構成機関（構成員）の主体的に参画いただける仕組みづくりが必要
- 2 構成機関（構成員）における意識の継続
構成機関の担当者に変更がある中、連絡会発足当時の想いや連絡会の意義・目的の継承など、構成機関としての意識や役割をいかにして保っていくか
- 3 事業場へのアプローチ手法
健康経営に関して、事業場とつながる機会の確保や経営的な視点を含めた働きかけの工夫などがまだまだ必要
- 4 事業場の健康経営を評価・顕彰する仕組み
健康経営や健康づくりに取り組む事業場について、市独自に評価・顕彰できるような制度の検討

ご清聴、ありがとうございました

