

ディーズ・マネジメント・レポーター

Disease Management Reporter in Japan

2012年3月 No.20

紹介してきた事例を振り返って —第9号から19号までの視点と注目すべきポイント—

ディーズ・マネジメント・レポーターは、2004年、米国で登場したディーズ・マネジメントの概念が日本に紹介されたまだ初期の頃に、ディーズ・マネジメントに関する実践的な情報を提供することを目的として創刊されました。その後、日本疾病管理研究会、日本ヘルスサポート学会が設立されるなど、実践者、研究者の情報交流の場が広がってきました。こうした場では、多くの事例報告が行われ、実践者、研究者の間で活発な討論が行われています。こうした状況を見ますと、ディーズ・マネジメント・レポーターは当初の目的をささやかではありますが全うしたと考え、本号を持ちまして休刊することといたしました。

本号では、第9号(2008年3月発行)から第19号(2011年3月発行)にてご紹介した事例の振り返りを行い、今までの歩みのまとめとします。

お忙しい中快く取材に応じていただいた方々をはじめ、様々な形でご支援をいただいた方々、そして、読者の方々にこの場を借りて厚くお礼を申し上げます。本当にありがとうございました。

【編集部】

はじめに

ディーズ・マネジメント・レポーター(以下、DMR)は、今から8年前の2004年3月に創刊された。第1号の「創刊のご挨拶」には、発行の目的について、ディーズ・マネジメントの取組事例を紹介することにより、「様々な形で進行しているわが国のディーズ・マネジメン

トの展開について、ディーズ・マネジメントに携わる皆様に実践的な情報をご提供]することとしている。以来、DMRは19号を数え、その中で22の事例を紹介してきた。このうち第5号(2006年3月発行)から第8号(2008年1月発行)までに掲載された5つの事例に関しては、日本医学出版から2009年に発行された「ディーズマネジメントの実際 生活習慣病対策の新展開」

目次

はじめに	1
各事例の視点と注目すべきポイント	2
1. 職域における生活習慣病予防・健康づくりの取り組み	2
2. 地域における介護予防と健康づくりの取り組み	3
3. 地域におけるメンタルヘルス対策への取り組み	4
4. 地域における高齢者ボランティアの活用	6



において取り上げ、この中の座談会においてまとめが試みられている。そこで、本号では、それ以降の事例として、第9号から第19号までに掲載された11事例について、視点と注目すべきポイントを紹介することとしたい。

第9号(2008年発行)以降は、DMRの第2期に相当する。それまでDMRの発行と平行して運営されてきた「ディジーズ・マネジメント実践事例研究会」が2007年に終了し、2008年から特定健診・特定保健指導事業が開始された。こうした変化を踏まえて、ディジーズ・マネジメントの概念が適用される領域をより幅広く捉えて事例を紹介していく方針としたのが第9号以降である。第9号以降は、それまでの生活習慣病予防の取り組みに加えて、介護予防、健康づくり、メンタルヘルス対策など健康づくり、疾病予防の取り組みを幅広く紹介している。取り上げた事例の領域は多岐にわたっているので、事例をいくつかの類型に分類して紹介することが、共通する要素を抽出するに際しても、また、事例を比較するに際しても有益と考える。そこで本号では、①職域における生活習慣病予防・健康づくりの取り組み、②地域における介護予防と健康づくりの取り組み、③地域におけるメンタルヘルス対策への取り組み、④地域における高齢者ボランティアの活用4つに分類している。

各事例の視点と注目すべきポイント

1. 職域における生活習慣病予防・健康づくりの取り組み

- 小松製作所健康保険組合(コマツ健保)における生活習慣病予防の取り組み【第12号(2008年10月)】
- 三井化学における従業員の健康づくりの取り組み【第14号(2009年4月)】
- 大阪ガスにおける健康経営に基づいた従業員の健康づくりの取り組み【第19号(2011年3月)】

職域における生活習慣病予防・健康づくりの取り組みの重要な主体は、企業と健保組合である。DMRで取り上げた3つの事例の何れにおいても、産業保健職を中心とする企業と健保組合が、それぞれの持つリソースを活用する形で、緊密な連携を図りながら取り組みを行っていることが特徴としてあげられる。また、何れの事例にも共通するのが、それぞれのフィー

ルドにおいて重点的に取り組むべき健康課題を抽出し、それに対する解決策として様々な取り組みを図っていることである。さらに、何れの事例でも生活習慣病予防に留まらず、健康な人々に対するさらなる健康づくりのプログラムなど多様な取り組みが継続的に実施されていることも特徴としてあげられる。

(1)小松製作所健康保険組合(コマツ健保)における生活習慣病予防の取り組み

コマツ健保の取り組みで特徴的なのは、「家族の健康の基点は主婦」との考えのもと、従業員の配偶者への働きかけを重視していることにある。通常、健保組合は配偶者に対して直接アクセスする手段が限られているが、コマツ健保は、従業員の自宅住所の情報収集からはじめ、配偶者へ直接働きかけを行うことに成功しており、問診表を郵送して実施する主婦健診システム(コンピュータドック)では、取材時点において該当者の70%が実施するという成果をあげている。

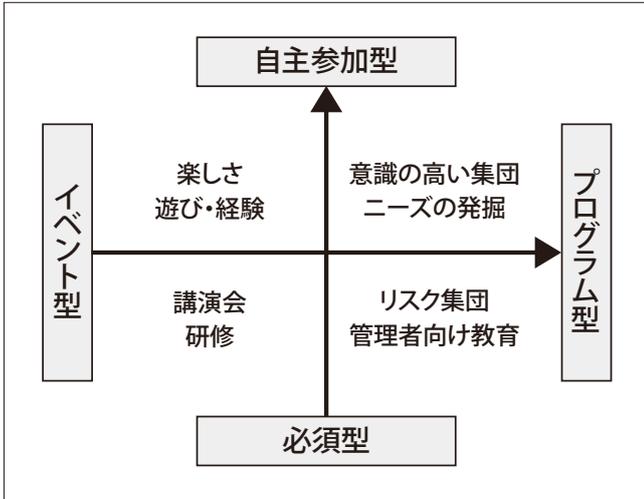
取り組みの体制で注目すべきなのは、コマツ健保が主体となりつつ、企業(雇用主)に加え、労働組合と緊密な協力関係を構築していることである。さらに、少人数の職員で効果的な取り組みを図るため事業のアウトソーシングを積極的に行っている点も特徴である。アウトソーシング先の事業者同士が連携し合うコンソーシアム結成など、アウトソーシング活用手法にも長年の経験が生かされている。

(2)三井化学における従業員の健康づくりの取り組み

三井化学では、従業員の健康づくりの支援をCSR(企業の社会的責任)活動の一環として明確に位置付けて取り組みを行っている。三井化学の取り組みで注目されるのは、健康診断の結果や疾病による休業状況などの統計データを詳細に分析して、従業員の健康づくり対策を立案、実行し、改めて統計データに基づいて結果の評価を行い、次期計画に反映させるという、データに基づくPDCAサイクルを確立させているところである。また、事業所単位、職場単位におけるデータを会社全体のデータと比較することなどにより、それぞれの健康課題の抽出が行われ、個別の健康づくり計画が立案、実施されている。しかし、データに基づいて厳格な管理を行っているというのではなく、立案されるプログラムには、多くの従業員を巻き込むような楽しい仕掛けが盛り込まれている。社員食堂におけるヘルシーメニューの提供はその典型である。三井化学が健康づ

くりのプログラムを策定する際に活用しているマトリクス《図表1》もユニークなツールとして注目される。

《図表1》プログラム立案のための2つの軸



(出典) 三井化学・土肥誠太郎氏提供資料。

(3)大阪ガスにおける健康経営に基づいた従業員の健康づくりの取り組み

大阪ガス人事部健康開発センター統括産業医・岡田邦夫氏は、「健康経営」の提唱者である。健康経営とは、企業が従業員の健康に配慮することにより、経営面においても大きな成果が期待できるとの基盤に立ち、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することをいう。大阪ガスでは、1975年に「従業員の健康づくり推進」を長期経営方針の一つとして位置付けて以来、継続して従業員の健康づくりに積極的に取り組んでいる。このように長期にわたって健康経営の概念に沿った取り組みが図られていることが大阪ガスの健康づくりの取り組みの大きな特徴である。個々の取り組みを見ると、たとえば、メンタルヘルス対策の取り組みでは、管理職向け研修において、産業医がメンタルヘルス不調に陥った部下を演じたロールプレイを行うなど実践的な対策が実施されている。大阪ガスでは、従業員の健康づくりをコンプライアンス、リスク・マネジメントの一環とも考えて取り組んでおり、この考え方がこうした実践的な対策を生み出す基盤となっている。

2. 地域における介護予防と健康づくりの取り組み

- 高知市における「いきいき百歳体操」の取り組み【第9号(2008年3月)】
- さっぽろ健康スポーツ財団における特定高齢者筋力向上トレーニングの取組【第10号(2008年6月)】
- 北海道奈井江町における住民主体の健康的な地域づくりの取り組み【第13号(2009年1月)】
- 北海道今金町保健福祉課における在宅高齢者の役割設定事業の取り組み事例調査【第15号(2009年9月)】

地域における健康づくりの事例として、北海道の2つの自治体(奈井江町、今金町)を取り上げた。2つの自治体に共通しているのは、健康づくりが地域づくりの柱として位置付けられていることである。介護予防の取り組みとして取り上げた高知市の「いきいき百歳体操」も体操のもつ効果もさることながら、「いきいき百歳体操」の取り組みが地域づくりの柱としての機能を発揮しているという点で先の2つの事例と共通している。

さっぽろ健康スポーツ財団は、運動器を利用した介護予防のパイオニアとして取り上げたが、対象者の動機に働きかける手法にも注目することができる。

(1)高知市における「いきいき百歳体操」の取り組み

「いきいき百歳体操」は、手首、足首に重りを付けて1時間程度の運動を行うものである《図表2》。各会場における設営準備、参加者募集、体操指導等の運営は、ポ

《図表2》いきいき百歳体操



(出典) 損保ジャパン総合研究所撮影。

ランティアが主体となって実施する体制となっており、取材した時点では、市内168会場で実施されていた。保健所を中心とした行政は、体操指導を行うボランティアを育成するほか、「お世話役」と呼ばれるボランティアを通じて、運営の相談などに応ずることにより、「いきいき百歳体操」の普及を図っている。こうした体制は、取り組みを続けていく中で、「行政は最小限の関与で住民の力を引き出すことに徹し、各会場のボランティアや利用者の自主性に任せようがうまくいく」ことに気付いたからであるという。

「いきいき百歳体操」の取り組みにより、地域の高齢者が気軽に集まる場づくり、高齢者とボランティアとの交流の場づくりができ、地域づくりの柱となっている。

(2) さっぽろ健康スポーツ財団における特定高齢者筋力向上トレーニングの取組

さっぽろ健康スポーツ財団は、2000年から高齢者向け筋力向上トレーニング事業を実施している。当初、パイロットプログラムとして開始された事業は、参加者の身体機能の改善だけでなく、精神機能や日常生活内での生活行為の改善に効果があることが示され、札幌市の事業、続いて介護保険における介護予防事業として継続されている。

トレーニングは、各種の運動器を利用し、理学療法士、健康運動指導士、健康運動実践指導者の有資格者の指導のもとに実施されている。トレーニングの効果は実証されているが、もう1つ注目すべきなのは、参加者の動機に働きかける支援の方法である。参加者の身体機能改善の程度を見極めながら、日常生活における参加者の具体的なニーズ(次はこれができるようになりたい)を引き出し、これを目標にすることで、参加者の動機を維持、強化する働きかけが行われている。

プログラムは3カ月で終了するが、トレーニングを実施している札幌市西健康づくりセンター内に、プログラム終了者が参加できる体操教室を開講するなど、参加者が改善した機能を長期間にわたって維持できる仕組みづくりを行っている。

(3) 北海道奈井江町における住民主体の健康的な地域づくりの取組

奈井江町では、1994年から「健康と福祉のまち」を目標に掲げ、健康的な地域づくりに取り組んできている。奈井江町の健康的な地域づくりの特徴は3点で

ある。1点目は、健康づくり政策の計画策定、実施、運営、評価のプロセスすべてに町民が参画するようにしていることである。これにより、町民が主体的に健康づくりに取り組める体制がつけられている。2点目は、個人のライフサイクルに即して全ての年代に対して健康づくりへの取り組みが行われていることである。これにより、全ての町民が健康を意識し、健康づくりに参加できるようにしている。1つの例として、小学生からの生活習慣病予防のための健診、予防プログラムが学校との協力のもと実施されていることがあげられる。3点目は、事業の継続性を意識した取り組みが行われていることである。限られた職員、予算の中でも、継続的な取り組みが行われるよう、補助金などを活用して開始されたプログラムも、参加者の自主的なサークル活動として継続できるよう支援を行っている。

(4) 北海道今金町保健福祉課における在宅高齢者の役割設定事業の取り組み事例調査

今金町の在宅高齢者の役割設定事業とは、高齢者に役割を設定することにより社会参画の機会を増加させ、高齢者が責任や生きがいを持つことで、健康度やQOLの向上を目指す取り組みである。自治会単位で、地域の特徴に合わせた取り組みが行われている。たとえば、高齢者が講師役、生徒役を務めてフラワーアレンジメント、そば打ちなどの講習会を実施する「寺子屋やまと」、地域の道路や公共施設の花壇の整備を行う「渡る通りは花ばかり運動」、地域住民が具体的にできることを記載した地域の地図を作成する「おたがいさま種川」など、ユニークな取り組みが行われている。こうした取り組みの中で、高齢者だけでなく、子ども、現役世代をも巻き込んだ地域づくりが行われている。

今金町においても、住民が「自分たちが中心である」という意識を持って主体的な取り組みを図るよう、行政は、押しつけにならないような支援を行っていくことが重要だとしており、他の自治体と共通している。

3. 地域におけるメンタルヘルス対策への取り組み

- 秦野市における在宅介護者うつ支援(「高齢者のうつ予防・支援評価事業」)の取組事例調査【第11号(2008年8月)】
- 静岡県富士市の働き盛り世代のうつ自殺予防対策「富士モデル事業」【第17号(2010年5月)】

地域におけるメンタルヘルス対策の取り組みとして2つの事例を取り上げた。秦野市の事例は、在宅で親族などの介護を行っている人たちのうつ予防を図る取り組みである。静岡県での取り組みは、中年男性を対象としたうつ予防を図る取り組みである。このように、2つの取り組みは、それぞれ焦点を当てている対象者が異なっているが、共通する要素を見つけることができる。それは、働きかける必要がある人たちハイリスク・グループをどのように特定し、働きかけが必要な人たちにどのようにアクセスしていくのかに多くの工夫が行われている点である。

(1) 秦野市における在宅介護者うつ支援(「高齢者のうつ予防・支援評価事業」)の取組事例調査

秦野市の在宅介護者うつ支援は、在宅介護者の中に抑うつ状態の人の割合が多いことに注目し、在宅介護者に対してメンタルヘルスケアを含んだ支援を図る取り組みである。在宅介護者に接しているケアマネジャーによる調査、支援が必要な人に対する訪問看護師による電話連絡や自宅訪問による支援、在宅介護者同士が悩みや思いを話し合う「介護者のつどい」の定期的な開催、広く市民を対象にしたセミナーの実施など一連の取り組みが図られている。市民の意識の醸

成、支援が必要な人の発見、症状や状況に応じた支援への参加の呼びかけ、フォローアップと一連の取り組みが有機的に結びついていることが特徴である(図表3)。

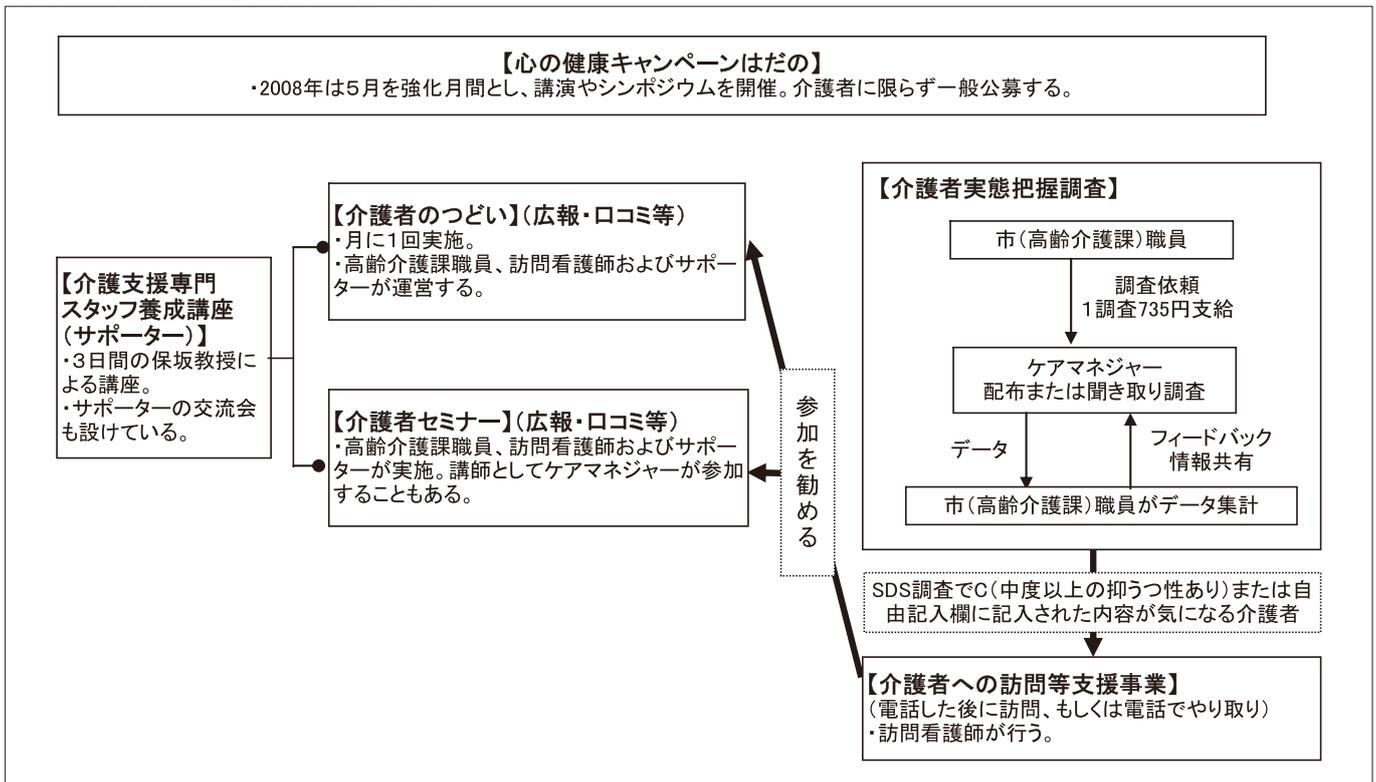
秦野市の「介護者のつどい」などの取り組みは、他の自治体にも広がっている。

(2) 静岡県富士市の働き盛り世代のうつ自殺予防対策「富士モデル事業」

静岡県精神保健福祉センターが、富士市で実施している働き盛り世代のうつ自殺予防対策「富士モデル事業」の手法は、その後、内閣府による全国レベルの睡眠キャンペーンにも取り入れられている。富士モデル事業は、年代別にみて自殺者数が多い中年男性に焦点を当てて、うつから自殺に至るのを予防する取り組みである。

うつ病患者の大多数が不眠を訴えていることに注目した「睡眠キャンペーン」では、「お父さん(パパ)、ちゃんと眠れている？」をメッセージとして、様々な媒体を使って呼びかけ、中年男性とその家族を中心とする周囲の人々にうつ病に対する気付きを高める取り組みを図っている。また、不眠が2週間以上続いている、という具体的で分かりやすい基準を示すことに

【図表 3】 秦野市の在宅介護者うつ支援事業



(出典)取材内容および秦野市提供資料を基に損保ジャパン総合研究所作成。

より、かかりつけ医、産業医への受診を勧めるとともに、かかりつけ医、産業医から精神科医へとつなげ、必要な支援、治療が図られる仕組みが作り上げられている《図表4》。

4. 地域における高齢者ボランティアの活用

- 稲城市福祉部高齢福祉課の介護支援ボランティア制度 - 介護保険の持続可能性を高め、いきいきとした地域社会を実現する取り組み - 【第16号(2009年11月)】
- NPO法人地域健康づくり支援会ワンツースリーによる「ふまねっと運動」を用いた高齢者の健康づくりの取り組み - 高齢者ボランティアの育成と組織化 - 【第18号(2010年6月)】

取り組みの主体は、自治体、民間と異なっており、取り組み内容も大きく異なっている。2つの事例に共通するのは、元気な高齢者を社会の支え手として活用していこうという視点と、ボランティアとして社会参加する高齢者自身が生きがいやQOLの向上を実感することによる効果に大きく着目している点である。

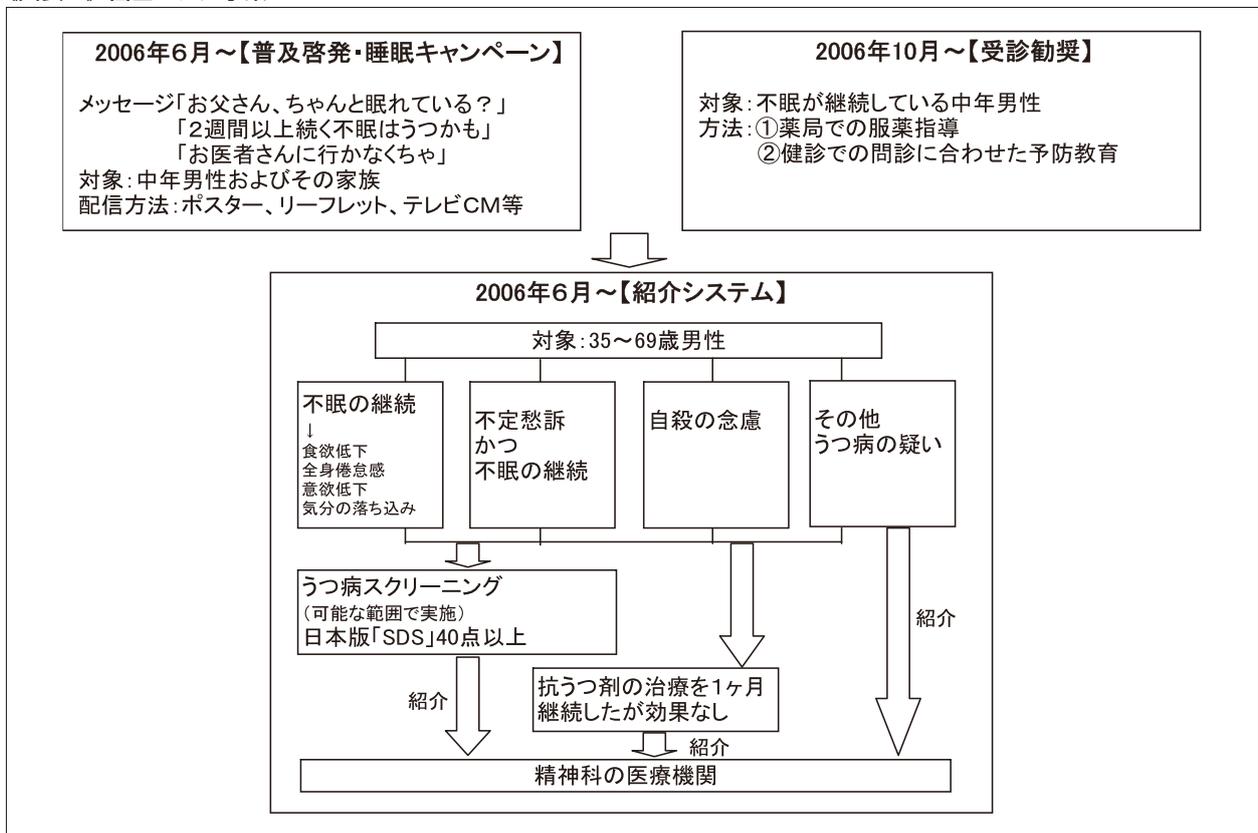
DMRでは、特に後者に視点を当てて事例を取り上げた。

(1) 稲城市福祉部高齢福祉課の介護支援ボランティア制度

稲城市では、「介護支援ボランティア制度」として、介護分野でボランティアを行う高齢者に対して、ボランティア活動への参加回数に応じて換金できるポイントを付与する制度を設けている。この制度は、その後多くの自治体が採用するようになってきている。稲城市では、高齢者の2.7%が介護支援ボランティアとして活動している。稲城市は、介護支援ボランティア制度の目的を、高齢者自身の社会参加活動を通じての介護予防を推進すること、元気な高齢者が元気であり続けることで、介護保険の持続可能性を高め、いきいきとした地域社会を実現することとしている。前述のように、ボランティアに参加している高齢者自身のQOL向上にも重点が置かれているのが特徴であり、制度導入に先駆けて実施されたモデル事業における調査によって、参加者のQOL向上が確認されている。

稲城市では、制度導入に当たって、市の社会福祉協議会と綿密な打ち合わせを行っており、関係団体との

《図表4》 富士モデル事業



(出典) 静岡県精神保健福祉センター提供資料より損保ジャパン総合研究所作成。

協力関係を構築することが、制度運営を成功させるために重要と指摘している。

(2)NPO法人地域健康づくり支援会ワンツースリーによる「ふまねっと運動」を用いた高齢者の健康づくりの取り組み

NPO法人地域健康づくり支援会ワンツースリー(以下、ワンツースリー)が普及、啓蒙活動を行っている「ふまねっと運動」は、高齢者の歩行機能、心理面の改善、認知症予防の効果を狙った運動プログラムである。運動の内容は、50cm四方のマスを縦10マス程度、横3マス程度の網の目上に並べた「ふまねっと」の上を、一定のリズムにしたがって足を運ぶというユニークなものである《図表5》。ふまねっと運動を展開するに当たり、地域でふまねっと運動を指導する高齢者ボランティアの育成に力を入れている。地域の高齢者にボランティアとして参加してもらうことにより、「地域の協力する力」を引き出していくことも活動の

目的として掲げている。ワンツースリーでは、参加ボランティアのモチベーション維持が活動継続のための課題と考えており、サポーターが主体的に活動できる組織づくりを進めている。

《図表5》 ふまねっと運動



(出典) 損保ジャパン総合研究所撮影。

ディーズ・マネジメント・レポーター編集委員 (50音順)

慶應義塾大学大学院経営管理研究科 教授 田中 滋 (編集委員長)
 産業医科大学公衆衛生学教室 教授 松田晋哉
 名城大学薬学部臨床経済学教室 教授 坂巻弘之
 Gregg L.Mayer & Company, Inc., President グレグ・L・メイヤー
 広島大学大学院保健学研究科保健学専攻看護開発科学講座 教授 森山美知子

ディーズ・マネジメント・レポーター編集部

〒101-0063 東京都千代田区神田淡路町1-2-3
 株式会社損保ジャパン総合研究所内
 (E-mail:dmr@sj-ri.co.jp 電話:03-5256-8174 FAX:03-5256-8177)

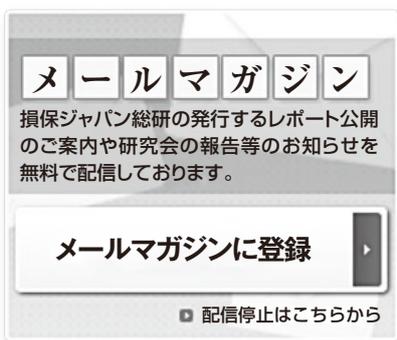
株式会社 損保ジャパン総合研究所について

株式会社損保ジャパン総合研究所は、損害保険業界初のシンクタンクとして1987年に設立された、損保ジャングループのシンクタンクです。保険、医療、ヘルスケア、社会保障、金融などの諸分野で、調査・研究業務と情報発信を行っております。

©株式会社損保ジャパン総合研究所

転載、引用の際は、出典として以下の通り明記してください。
 「損保ジャパン総合研究所「ディーズ・マネジメント・レポーター No.20」(2012年3月)」
 なお、転載の際は、事前に編集部までご連絡ください。

損保ジャパン総合研究所メールマガジンについて



損保ジャパン総合研究所メールマガジンでは、当研究所の発行するレポート公開のご案内や研究会の報告等のお知らせを配信しております。ホームページのトップページよりご登録いただけます。ぜひご活用ください。

URL <http://www.sj-ri.co.jp/>



< ホームページのご案内 >

損保ジャパン総合研究所のホームページでは、会社概要や研究成果を公表しております。下記の刊行物も、PDFファイルで掲載しており、全文閲覧が可能です。ご活用ください。(URL <http://www.sj-ri.co.jp/>)

< 刊行物のご案内 >

■ 損保ジャパン総研レポート ■



当研究所において独自に行った海外現地調査・研究の成果をレポートにまとめて提供しております。

■ ザ・ファクトブック アメリカ損害保険事情 ■



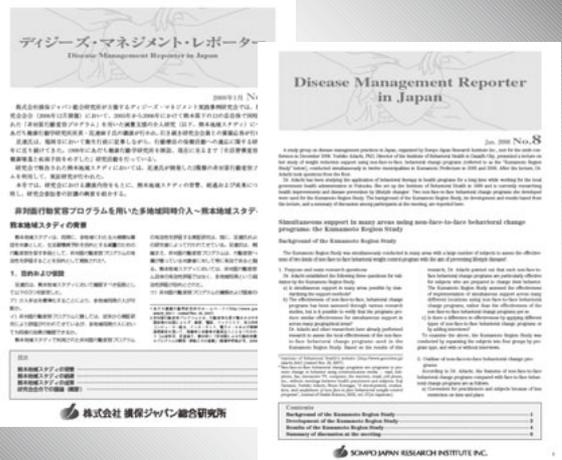
米国保険情報協会発行のファクトブックを翻訳し、米国の損害保険業界に関する情報を提供しております。

■ 損保ジャパン総研トピックス ■



海外の保険・金融、ヘルスケアの領域に関する新しい動きを提供しております。

■ ディジーズ・マネジメント・レポーター ■



わが国のディジーズ・マネジメントの展開について、実践的な情報を提供しております。(日本語/英語発行)