
【巻頭言】

産業保健にもっと運動疫学を！

甲斐 裕子

公益財団法人明治安田厚生事業団体力医学研究所

皆さんは、日本人のうち何割が働いているかご存知でしょうか？総人口 1 億 2677 万人に対して、就業者数は 6573 万人 だそう です。我が国に住む人の約 52%，つまり過半数が勤労者です。この勤労者の安全・衛生・健康づくりを担うのが産業保健です。産業保健で扱う健康課題には、心血管疾患，メタボリックシンドローム，メンタルヘルス等，運動疫学に関連するテーマも多くあります。近年では「座りすぎ」も大きなテーマです。運動疫学の代表的な研究であるロンドンバスの研究 (Morris, Lancet, 1953) も，バスの運転士と車掌の比較であり，産業保健における研究といえます。更に，勤労者世代の多くが運動不足であることは，多くの方がご存知だと思います。

一方，運動疫学会や体力医学会では，産業保健を舞台にした研究が少ないように感じます。試しに本誌「運動疫学研究」に掲載された過去の原著論文 26 編を分類してみました(多少の誤分類はご容赦ください)。その結果，高齢者(7 編)や未成年(6 編)を扱った研究は多いのですが，産業保健における論文は 2 編のみでした。2 編とも澤田亨先生(医薬基盤・健康・栄養研究所)の素晴らしい職域コホートの論文でした。もちろん産業保健に関する研究を本誌以外に投稿されている先生も数多くいらっしゃいます。しかし，自戒を込めて言いますと，我が国の運動疫学分野で産業保健や勤労者に関する研究が活発に行われている，とは言い難い状況にあるように思います。なお，産業保健における運動疫学・体力科学の重要性については，17 巻 2 号の松尾知明先生(労働安全衛生総合研究所)の総説²⁾をぜひご覧ください。

実は，産業保健の中でも運動や体力の専門家は少ないのが現状です。過去を振り返ると，勤労者の体力向上を主目的の 1 つした THP が 1988 年から開始され，運動指導者が期待される時期はありました。しかし，現在ではその動きは失速しています。更に，2008 年から始まった特定保健指導では，保健指導を担う専門職として健康運動指導士は認められませんでした。ただ，明るい兆しがあります。「健康経営」の登場です。健康経営とは，「従業員の健康保持・増進の取組が，将来的に収益性等を高める投資であるとの考えの下，健康管理を経営的視点から考え，戦略的に実践すること」とされています³⁾。経済産業省が選定する「健康経営銘柄」に選定された企業のレポートを見ると，ほとんどが「従業員がより体を動かすようになる取り組み」を行っていることがわかります。完全な私見ですが，今こそ運動疫学を中心とした運動・体力の専門家が，産業保健の中で活躍するチャンス到来ではないでしょうか(三度目の正直！?)。

ただし，実際問題として，企業の中で運動・身体活動に関する取り組みをするのは難しいという声もあります。産業保健の片隅にいる者として感じるのは，産業保健の成否のカギを握るのは，「経営層の理解」と「従業員の自主性」ではないかということです。経営層の理解を得るには，健康アウトカムに加えて労働関連指標(生産性，ワークエンゲージメント等)に関するエビデンスが重要だと思います。また，従業員の自主性を重んじるには，「やらされ感のない仕組み」「無理なく楽しいプログラム」等を開発し検証する必要があります。研究しなければならないテーマは山積みです。ぜひ運動疫学会の皆さんと協力して，産業保健におけるエビデンスを蓄積し，産業保健で運動や身体活動がもっと活用される社会をつくっていただくと願っています。

文 献

- 1) 総務省統計局. 労働力調査(基本集計)平成 29 年(2017 年)8 月分.
<http://www.stat.go.jp/data/roudou/sokuhou/tsuki/index.htm> (アクセス日: 2017 年 10 月 3 日)
- 2) 松尾知明. 労働衛生と体力科学. 運動疫学研究. 2015; 17: 81-9.
- 3) 経済産業省. 企業の「健康経営」ガイドブック.
http://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkokeiei-guidebook2804.pdf (アクセス日: 2017 年 10 月 3 日)