

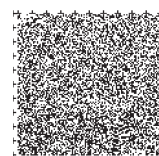
大切です 職場のがん検診

健康管理担当者のためのハンドブック

日本人の死亡原因第1位は「がん」。

がん患者の3人に1人が働く世代であり、
職場でのがん検診がとても重要です。

企業の健康管理担当者のあなたに
「職場でがん検診を推進するためのヒント」
をご紹介します。



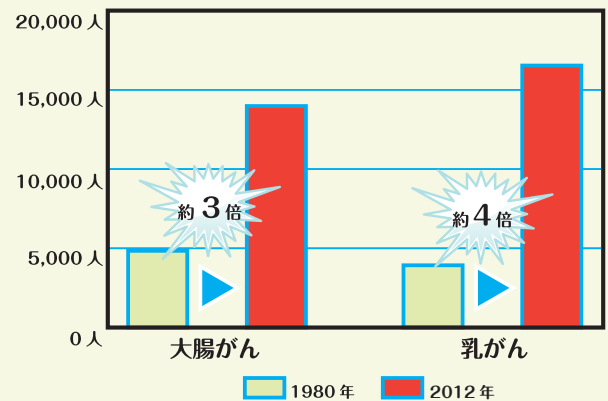
働き盛りに急増中。 いまやがん患者のうち3人に1人が働く世代……

年代別の死因順位（東京都）

	1位	2位	3位
40代	がん (841人)	自殺 (448人)	心疾患 (252人)
50代	がん (2,073人)	心疾患 (565人)	自殺 (387人)
60代	がん (6,285人)	心疾患 (1,440人)	脳血管疾患 (906人)

出典：平成27年 人口動態統計

50歳代のがん罹患者数の変化（全国）



出典：国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター

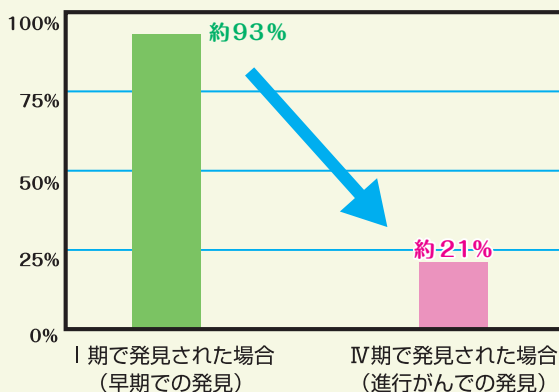
* 40～60代の死亡原因第1位はがん

* 食事や運動などの生活習慣の変化などにより、若い世代にもがんが急増中！

* 新たにかんにかかる人のうち、3人に1人は働く世代。（20～64歳）

がんは「不治の病」と思っていますか？

全がんの5年相対生存率



出典：公益財団法人がん研究振興財団（がんの統計'16）

* がんを早期発見できれば、その後の生存率は高くなります。
症状が出る前に検診でがんを見つけることが大切です。

早期発見・早期治療することで……

- 従業員の命が守れる！
- 早期復職で引き続き活躍！
- 医療費負担が軽減し経営上の効果も期待できる！

従業員にも企業にもメリットがあるがん検診をおすすめします！

大切な従業員を がんから守りたいあなたへ

こんなことで
困っていませんか？

取組は順調ですか？

企業の状況によっては、「従業員が関心を持ってくれない」・「担当者だけでは荷が重い」・「専門的なことがわからない」・「全社的に取り組みたい」など、様々な課題を抱えている場合もあるでしょう。

このハンドブックでは、実際の企業の事例をもとに、健康管理担当者がさらに取組を進めていくためのヒントを紹介しています。

こんなことはありませんか？

I

どうしたら従業員に興味を持ってもらえるの？
どんな働きかけをしたらいいの？

従業員への普及啓発

ヒント1、2へ

II

担当者だけでは限界があるのだけど……
専門的な情報を伝えたい……
もっと受診しやすい環境にならないかな？

関係機関との連携

ヒント3へ

III

経営層にもアピールしたい！
会社全体の取組にしていきたい！
ずっと続けていくにはどうしたら良いだろう？

経営層への働きかけ

ヒント4へ

ヒント 1

接点を増やして、がん検診を身近に。

従業員への普及啓発

ふと、目に入る場所へ・・・A 社の場合



○まず知ってもらいましょう

日本人の 2 人に 1 人が生涯のうちにがんになる時代ですが、健康なときにはなかなか「自分ごと」として捉えにくいものです。社内の様々な場所に情報を掲示し、それを目にするだけで関心を持ってもらい、がん検診を身近に感じてもらいましょう。

○定期的な情報提供を行いましょう

社内報やイントラネットに専用コーナーを設置し、定期的に情報提供を行うことも効果的です。

【情報の掲示場所の例】

化粧室や休憩室：人の目を気にしない場所や息抜きできる場所
コピー機の近く：待つ間に自然に目に入る場所

立ち止まって目を通すことができる場所を選びましょう

経験者からのメッセージ・・・B 社の場合



○生の声を届けましょう

がんに関しても現在は復帰している同僚など身近な人からの経験談は、専門家の話とは異なる重みがあり、強いメッセージを発信することができます。

○講演会などを利用しましょう

がんの経験は、プライバシーの問題もあり、語ることは勇気がいるものです。社内で話してくれる人を探すことが難しい場合は、社外の経験者の講演会等を活用してみましょう。

○若いうちから啓発をしましょう

入社時の研修や、社内研修なども活用し、若いうちからがんに関する情報を伝えて関心をもってもらいましょう。継続的な啓発を行うことで、職場に検診文化が根付くこととなります。

1人ひとりの心に残るメッセージを。

従業員への普及啓発

ヒント 2

従業員の意識の把握・・・C社の場合



○まずニーズを把握しましょう

アンケートやヒアリングによりがん検診のイメージや、検診に要望することなどを聞き取ることで、従業員の思いを知りましょう。

何を望み、何が妨げになっているのかを知ること、1人ひとりに適したメッセージを伝えることができます。

○ターゲットに応じて働きかけましょう

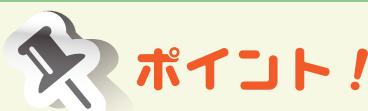
従業員の年齢や生活習慣、配属部署などを踏まえた上で、普段の生活や仕事の特性などにも配慮して情報を提供しましょう。

最新のがんの関連情報はコチラから↓

<http://ganjoho.jp/public/index.html>

国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター「がん情報サービス」

手元に残る情報を・・・D社の場合



○手元に残るメッセージを届けましょう

リーフレットなどの他、メールなども用いて「手元に残る情報」を提供しながら、個別に受診を勧めていきましょう。

従業員1人ひとりにがん検診を「自分ごと」として認識してもらうことで、受診率向上に繋げることができます。

メール文案

【誕生日に合わせたお知らせ】

件名：○○さん、お誕生日おめでとうございます！

40歳、ひとつの節目を迎えられた○○さんにお知らせです。

40歳から◆◆健保では、胃がん・肺がん・大腸がんの検診が始まります。この機会に是非がん検診を受けることをオススメします。

これからも○○さんと共に働きたいと願う、私たちからのお願いです。

申し込みはこちら

【忙しくて時間がない方へのお知らせ】

件名：がん検診は短時間で終了します！

○○さん、お疲れ様です。毎日お忙しいですが、体調はいかがですか？

■月■日からのがん検診のお知らせです。

働き盛りの○○さんには、ぜひ受けて欲しいと思っています。がん検診は、比較的短時間で終わります。

ご自身とご家族のためにも、お体のことを考えていただければ嬉しいです。

申し込みはこちら

ヒント3

各部門の特色を活かした連携を。

関係機関との連携

社内各部門との連携・・・E社の場合



○連携体制を作りましょう

全社的な取組を進めるには、社内各部門の連携が必要になります。例えば、産業医や保健師等の協力を得ることで、検診メニューの検討や従業員向けの効果的なメッセージなど専門的なアドバイスをもらうことができます。

【連携先の例】

- * 全社的な取組姿勢を見せたい ⇒ 総務・企画部門と連携
- * 効果的な情報発信がしたい ⇒ 広報・CSR部門と連携
- * 検診受診状況を把握したい ⇒ 人事部門と連携
- * 検診制度の充実を図りたい ⇒ 産業医等に相談

○既存の会議を活用しましょう

安全衛生委員会や全社的な会議の場を活用して、産業医等から情報提供を行うことで、効率的かつ質の高い情報を提供することができます。

健康保険組合との連携・・・F社の場合



○一歩進んだ普及啓発を行いましょ

健康保険組合でがん検診を実施している場合、健康保険組合と連携することで、受診状況の把握やより受診しやすい環境づくりへのヒントが得られるかもしれません。

また、社内に常勤の産業医等がない場合は、健康保険組合から一時的に保健師の派遣を受け、検診結果のフィードバックや健康相談などをしてもらう方法もあります。

○より受診しやすい環境をつくりましょ

受診率の向上には、従業員の業務特性などに配慮した、受診環境の見直しが重要です。

【見直し例】

- * 健康診断との同時実施
- * 検診機関の見直し
- * 曜日、時間帯、婦人科系検診への配慮 (勤務時間内の検診、女性のみ検診日の設定など)
- * 検診項目の見直し
- * 検診費用の補助

会社としての取組姿勢をアピール。

経営層への働きかけ

ヒント 4

経営層からのメッセージ・・・G 社の場合



○経営層に働きかけましょう

経営層に対し、従業員の健康が経営の基盤であることを再認識してもらいましょう。経営層からのメッセージが従業員の意識に与える影響は大きいものです。

言葉として発信するだけでなく、組織・制度を作ることでより間接的に伝える方法もあります。

【メッセージの発信例】

(直接言葉として発信)

- * 社長談話等の機会にメッセージを発信
- * 企業計画や経営計画、CSR 報告書等に健康に配慮した経営について掲載
- * 会社案内やホームページ等に掲示
- * 所属長等を通じた受診勧奨

(体制の整備など間接的に発信)

- * 社長直属・部門横断型組織、プロジェクトチーム等の設置
- * 検診メニュー等の拡充、検診費用補助制度の導入・整備
- * 就業時間内の検診受診を許可

社内風土作りは管理職から・・・H 社の場合



○模範を示してもらいましょう

管理職自らが率先して検診を受診することで、従業員の意識にも変化が生まれるでしょう。

加えて、部署内打合せなどのちょっとした機会を見つけて管理職から受診を働きかけると、さらに効果が高まります。

○自社にあった取組を見つけましょう

がん検診受診の習慣化は、短期的な取組だけで達成できるものではなく、継続的に行う必要があります。

取組の内容が社風に合致し、業務との両立が可能なものと、経営層も取組を支援しやすくなり継続的に実施することができます。

無理せず、自社にあった取組をできるところから進めていくことが大切です。

さらなる取組を推進するために

視点1：精密検査の受診も促進

がん検診を受けても、精密検査を確実に受けない限り、がんの早期発見にはつながりません。がん検診の受診の際には必ず、要精密の方は「精密検査」も受ける必要があることを周知しましょう。

なお、精密検査が必要となった社員の情報管理を健康保険組合で実施している場合は、組合と連携のうえ精密検査受診の有無と結果の確認をしましょう。

視点2：有効ながん検診の実施

がん検診に用いられている検査の方法は、がんの種類ごとにたくさんあります。

がん検診の目的は、「がんによる死亡率を減少させること」です。そのための方法が国で検討され、「有効ながん検診」として以下のように推奨されています。

職場でのがん検診の取組を推進する際に、参考にしましょう。

種類	対象者	実施間隔	検査方法
胃がん※	50 歳以上	2年に1回	問診、胃部エックス線検査
			問診、胃内視鏡検査
肺がん	40 歳以上	年1回	問診、胸部エックス線検査及びハイリスク者喀痰細胞診 ^{かくたん}
大腸がん	40 歳以上	年1回	問診、免疫便潜血検査(検便)2日法 ^{めんえきべんせんけつ}
子宮頸がん	20 歳以上の女性	2年に1回	問診、視診、内診及び細胞診
乳がん	40 歳以上の女性	2年に1回	問診、乳房エックス線検査(マンモグラフィ)

※胃がん検診については、当分の間、胃部エックス線検査を40歳以上の男女に年1回実施しても差し支えないとしています。

日本人のためのがん予防法

喫煙 たばこは吸わない 他人のたばこの煙をできるだけ避ける。		身体活動 日常生活を活動的に過ごす 例えば、ほとんど座って仕事をしている人なら ほぼ毎日合計60分程度の歩行などの適度な身体活動 に加えて、週に1回は活発な運動(60分程度の早歩きや 30分程度のランニングなど)を加えましょう。	
飲酒 飲むなら、節度のある飲酒をする 日本酒なら1日1合、ビールなら大瓶1本、焼酎や 泡盛なら1合の2/3、ウイスキーやブランデーなら ダブル1杯、ワインならボトル1/3程度。 飲まない人、飲めない人は無理に飲まない。		適正体重 成人期での体重を適正な 範囲に維持する (太りすぎない、やせすぎない)	
食事 食事は偏らずバランスよくとる ＊塩蔵食品、食塩の摂取は最小限にする。 ＊野菜・果物不足にならない ＊飲食物を熱い状態でとらない		感染 肝炎ウイルス感染の有無を知り、 感染している場合は適切な治療 を受ける	

出典：国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター

従業員の健康に配慮した企業を目指しませんか？