

総説 企業の COVID-19 対応と職域におけるヘルスリテラシー Corporate response to COVID-19 and health literacy in the workplace

福田 洋¹⁾
Hiroshi Fukuda¹⁾

1) 順天堂大学大学院医学研究科先端予防医学・健康情報学講座

1) Department of Advanced Preventive Medicine and Health Literacy, Graduate School of Medicine, Juntendo University

Abstract

In early 2020, companies faced the challenge of balancing economic activities and infection prevention in the workplace due to COVID-19. Globally, many companies were forced to implement infection control measures, such as addressing the needs of expatriate employees. Owing to a lack of evidence and experience, it was helpful for companies to share and discuss good practices. According to a survey conducted by Sanpokai (a research organization examining multidisciplinary occupational health staff, 122 companies responded to this survey) during the first state of emergency declaration in Japan in May 2020, almost all companies were affected: about 60% of respondents reported physical and mental stress and lifestyle issues related to teleworking. The shift to online occupational health activities prompted the expansion of three occupational health and safety management areas (work environment management, work management, and health management) to include both the workplace and the home: this involved developing working environments in the home, breaks every 30 minutes to prevent long sitting times, physical condition checks using life-logging applications, and online counseling with occupational physicians and public health nurses. Workplace vaccination began in Japan in June 2021, primarily at large companies, and played a significant role in achieving mass immunity. Companies recognized the importance of digital transformation to remain competitive. The job market is particularly receptive to digital health promotion owing to its culture, the shared goal of delivering corporate value, and a workforce that embraces technology. Despite the challenge of balancing corporate activities with COVID-19, there is a need for new health education and workplace health promotion that leverages the strengths of the workplace.

要旨

COVID-19 と職域の関わりは早く、2020 年初頭から企業は経済活動と感染予防の両立という難しいミッションを担うと同時に、多くのグローバル企業では海外赴任者への対応を含め、感染対策に迫られた。エビデンスや経験が不足する中、良好実践を共有し議論することが有用であった。2020 年 5 月の第 1 回緊急事態宣言時に、企業の **COVID-19** 対応についてさんぽ会（産業保健研究会）で行った調査では、ほぼすべての企業に影響が出ており、約 6 割の企業でテレワークの身体的・精神的ストレスや生活習慣への影響が課題となった。産業保健活動のオンライン化が急激に進行し、自宅での作業環境の整備、長時間の座業防止のために 30 分に 1 回のブレイク、ライフログアプリでの体調チェック、産業医や保健師によるオンライン面談等、労働安全衛生の 3 管理（作業環境管理、作業管理、健康管理）を職場だけでなく自宅に拡大する必要があった。2021 年 6 月から大企業を中心に行われたワクチンの職域接種も、集団免疫の獲得に一定の役割を果たしたと言える。近年 DX（デジタルトランスフォーメーション）が企業の競争力維持のために不可欠となっている。職域は基盤となる風土や文化を持ち、企業価値の提供という共通した目的、インフラ、働き盛り世代を擁することから、デジタルヘルスプロモーションに親和性が高いフィールドと言える。企業活動と **COVID-19** との共存は大きな課題であるが、職域の強みを活かした新たな健康教育・職域ヘルスプロモーションが求められる。

キーワード : **COVID-19**、職域ヘルスプロモーション、テレワーク、デジタルヘルスリテラシー

Keywords: **COVID-19**, Workplace Health Promotion, Teleworking, Digital Health Literacy

1. はじめに

新型コロナウイルス感染症（以下、COVID-19）は世界中の人々の生活や働き方、規範や行動を大きく変化させた。当初は新聞、テレビ、インターネットはCOVID-19の話題でもちきりとなり、SNSでは専門家の意見やマスメディアの報道だけでなく、罹患者の生の声や恐怖を感じる市民の叫びであふれていた。これほど長期にわたり国民の関心がただ一つの健康トピックに集中したことは異例のことであり、地域、職域、学校等のフィールドにおける健康教育やヘルスプロモーションにも大きな変化が起きた。特に企業では、経済活動と感染予防の両立という難しいミッションを担うと同時に、海外赴任や出張からの帰国者への対応を行う等、当初から感染対策に迫られた。本稿では、企業のCOVID-19対応と職域における健康教育・ヘルスプロモーションの変化について述べ、コロナ下での企業従業員や組織のヘルスリテラシーについて考察する。

2. 企業におけるCOVID-19対応

内科医と産業医の二足の草鞋で仕事をしている立場からすると、「COVID-19と産業保健の関わりは、案外早かった」というのが正直な感想である。大学病院で発熱外来やCOVID専任チームが発足したのが2020年4月であるが、嘱託産業医先の企業からは、同年1月に感染対策に関する最初の相談があり、1月下旬には複数の企業から渡航中の社員の対応、帰国後の自宅待機期間、今後の渡航の是非等についての相談が相次いだ。2月中旬には、勤務先の企業ではじめてCOVID-19陽性の従業員が発生した。感染者がまだ珍しい時期であったが、企業側のリスクコミュニケーションが適切で大きな混乱はなく、その後感染拡大せずに収束を迎えることができた。この企業では、在宅勤務や体調確認の仕組み等が一気に進んだ。この頃の安全衛生委員会の話題は新型コロナ関連一色であった。3月下旬にはオリンピック開催延期の発表や東京都の自粛要請があり、緊急事態宣言の発出に向けて在宅勤務のインフラ整備や準備が進む中で、面談、産業保健活動、健康管理等のすべての業務のオンライン化が急激に進行した。

2020年前半を振り返ると、エビデンスや経験がない中、各企業の担当者は手探りでCOVID-19対応を行っていた。この時期に非常に有用であったのは、関連学会や研究会での知見や議論であり、日本産業衛生学会では新型コロナウイルス感染症の特設ページが設けられ¹⁾、「職域のための新型コロナウイルス感染症対策ガイド」が日本産業衛生学会および日本渡航医学会により作成された（第1版は、2020年2月17日掲載）。このような学会のガイドラインは、多くの企業での社内規定の作成や現場での実践へ活かされた。

第1回の緊急事態宣言（2020年4月～5月）時に、筆者らが主催する多職種産業保健スタッフの研究会であるさんぽ会（産業保健研究会、<http://sanpokai.umin.jp/>）において、企業のCOVID-19対応や当時の課題についてオンライン調査を行った²⁾。122社より回答を得て、あらゆる業種・規模のほぼすべての企業で、企業活動・産業保健活動に影響が出ていた。

企業のCOVID-19対応については、会議やセミナーの自粛（92%）、消毒液の設置（85%）、テレワーク推進（81%）、業務時間の短縮（74%）が上位を占め、従業員への定期的な情報発信（70%）、国内外出張の自粛（68%）、TV会議システム導入（67%）、対策チームの設置（67%）が続いた（図1）。種々の施策について手探りで導入した状況が窺える。

懸念や困りごととしては、業績への長期的影響（59%）、マスクや消毒薬の不足（59%）に次いで、テレワークの身体的・精神的ストレス（54%）、従業員の感染（54%）、緊急事態宣言・ロックダウンへの対応（47%）、テレワーク実施のインフラ整備（45%）、不安を感じる従業員への対応（45%）、対策のエビデンス不足（35%）が多かった（図2）。マスクや消毒薬の不足は社会現象となる程であったが、同時に、急激に進行したテレワークや在宅勤務の健康影響が顕在化していたのが印象的であった。

2020年の5月および7月には、この調査結果をもとに月例会を行い、最新の感染状況の話題提供やグループワークにより企業の良好実践の共有を行った。5月の月例会では、「社

Q. あなたの所属する組織で、現在までに取り組まれた
新型コロナウイルスへの対応についてお答えください。
(複数回答可)

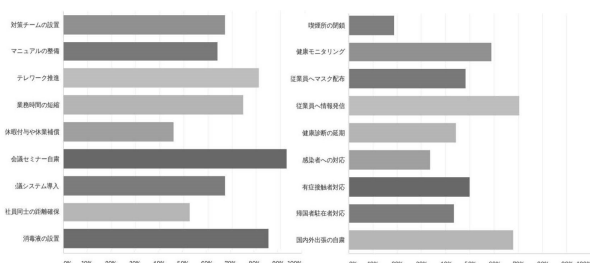


図1 緊急事態宣言下の企業の新型コロナウイルス対応

Q. あなたの所属する組織で、新型コロナウイルスへの対応
についての懸念や困りごとがあればお答えください。
(複数回答可)

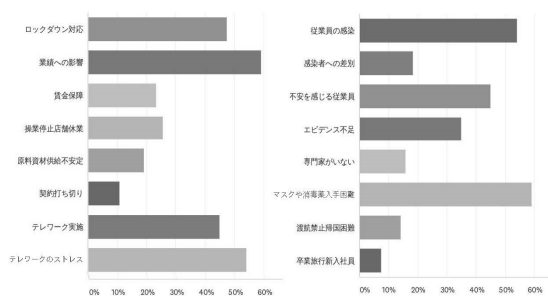


図2 緊急事態宣言下の新型コロナ対応の懸念と課題

員の体調を把握しきれない」「対面の面談や指導ができなくなった」「在宅勤務による運動不足」「どこまで感染対策をすべきか迷う」等の困りごとが多く、急激なパンデミックにインフラ整備が追いつかない様子や、在宅勤務の健康影響が案じられる内容であった。一方、7月の月例会では過去最高となる213名が参加し、各企業の関心の高さが窺えた。WEBアンケートを用いた「在宅勤務中のアイデア集」の収集、対策本部の設置や在宅勤務へ移行の成功事例、新型インフルエンザの教訓を生かしたマスクの備蓄と配布、オンラインツールを用いた健康教育のライブ配信等、各社が新型コロナの状況に適応しつつある状況が示された。感染者を責めず、従業員と十分なリスクコミュニケーションをとってヘルスリテラシーの高い対応をすべきであること、業績の低下や存続が懸念される企業もあり、産業保健の企業間格差の視点も踏まえた議論が必要との意見もあった。エビデンスや経験が不足する中、各企業の良い実践を共有して議論に参加することで、自社の対策の不足に気づくという声もあった。

3. 在宅勤務の健康影響

2020年春以降、在宅勤務が急激に普及し、通勤時間の減少、自宅で過ごす時間の増加、運動不足、座位時間の増加、コミュニケーションの不足等が目立つようになり、在宅勤務の身体的・精神的ストレスが危惧されるようになった。在宅勤務を含むリモート・テレワークの長所短所では、通勤時間の節約、対人関係のストレス減少、働き方の裁量増加、より健康になるための時間を確保しやすい等の長所がある一方で、VDT症候群のリスクが高い、仕事とプライベートの区別が困難、コミュニケーション不足、運動不足、生活環境の影響を受けやすい等の課題もある(図3)3)。前述のさんぽ会の調査でも、課題や懸念事項として在宅勤務の身体的・精神的ストレス、健康影響を危惧する産業保健スタッフが多かった。

2020年6月に米国の産業保健専門家であるWolf Kristen氏とともに「COVID-19と産業保健についての国際シンポジウム」をオンラインで行い、欧米やアジア各国の感染動向と産業保健活動について議論を行った。ロックダウンを比較的しっかり行った英国の報告では、健康へのインパクトとして身体的健康(肩こり、腰痛、頭痛、眼精疲労等のVDT症状)、精神的健康(睡眠障害、不安、孤独感等)、生活習慣への影響(運動不足が6割、食事の乱れが3割、飲酒量増加が2割、長時間労働が5割)が見られるとした4)。

2021年1月には、日本健康教育学会の「ウィズコロナの健康教育・ヘルスプロモーションを考えるワークショップ」が開催され、長期化するウィズコロナの生活にどのような健康影響があるかについての文献レビューが行われた5)。食生活は良くなった人:悪くなった人:不変が1:1:8であること、身体活動は緊急事態宣言下で歩数が減少し、在宅勤務等により総座位時間が増加したこと、喫煙、飲酒も心理特性やストレス、経済状況により増えた人も減った人もいること、メンタルヘルスについてはシステムティックレビューの結果からうつ・不眠が2割程度増加したこと等が示された(図4)。

長所	短所
1. 通勤時間の節約	1. VDT環境が不十分
2. マイペースに働ける	2. 仕事とプライベートの区別
3. 嫌な上司に会わない	3. コミュニケーション不足
4. プレイしやすい	4. 運動不足
5. 食事が規則的	5. 不規則な食生活(独居)
6. 集中しやすい	6. 情報過多(コロナ疲れ)
7. 家族団欒の時間	7. 生活環境(子育て・同居)
8. タスクが明確	8. アウトプットの評価が難しい

図3 在宅勤務の長所と短所

食事	良くなった人も悪くなった人も(8:1:1) 良好(余裕ができた) 悪化(自宅での誘惑)
運動	緊急事態宣言で歩数2000歩低下 通勤時間減少・総座位時間増加
喫煙飲酒	増えた人も減った人も 外での飲酒機会減少・ストレスで増加
うつ不眠	最も多くの論文数・メタアナリシス 約2割うつ・不眠増加、医療職>市民

日本健康教育学会ワークショップ、リレー講演、2021/1/24福田まどめ

図4 在宅勤務の健康影響

2021年4月には、さんぽ会月例会で「新型コロナと生活習慣病」をテーマにCOVID-19と生活習慣病の双方向の関連について議論が行われた。「生活習慣病→COVID-19」は重症化のリスクとしての糖尿病、肥満等の生活習慣病、いわゆる「基礎疾患」と呼ばれるもので、入院治療の優先順位やワクチン接種時の階層化に使われている。「COVID-19→生活習慣病」は長引く在宅勤務による身体・精神へのストレス、食事や運動、睡眠、飲酒、喫煙等による健康影響で、種々のエビデンスが紹介された。在宅勤務の健康影響は様々で画一的な結論はなく、企業・健康保険組合ごとの丁寧な分析が必要である。産業保健の3管理(作業環境管理、作業管理、健康管理)を職場だけでなく自宅に拡大する必要があり、新常态下での職域ヘルスプロモーションが望まれる(図5)。

4. 職域の健康教育・ヘルスプロモーションの変化

在宅勤務の浸透とともに、多くの産業保健活動もオンライン化、デジタル化が進行した。2020年9月に「コロナは世界・健康教育・ヘルスプロモーションをどう変えたのか? 私たちはどう変わるのか?」をテーマに開催されたさんぽ会夏季セミナーでは、基調講演を行ったMyo Nyein Aung氏(順天堂大学)は、日本やアジアでCOVID-19は医療だけでなく政治経済へのインパクトが大きかったと述べ、多く



1. 3 管理を自宅へ（作業環境・作業・健康管理）
2. 在宅勤務における気持ちの切り替え
3. 座位時間の増加～30分に1回ブレイク
4. ICTを用いたコミュニケーションの活性化
5. ライフログでセルフチェック（体温、睡眠、症状..）
6. 産業医・保健師のオンライン面談
7. コロナ下こそヘルスリテラシーが重要

図5 ウイズコロナの産業保健・職域ヘルスプロモーション

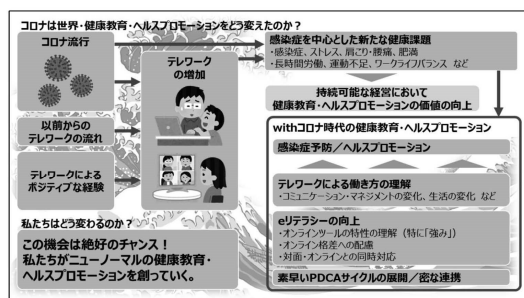


図6 さんぽ会夏季セミナー2022のまとめ

5. おわりに

企業は経済活動と感染予防を両立しながら産業保健活動を行っており、政策転換が予想される中、今後も職種や業種横断的な情報共有と議論の場を持つことは非常に有用である。2021年6月から大企業を中心に行われた新型コロナワクチンの職域接種も集団免疫の獲得や感染防御に一定の役割を果たした。DX（デジタルトランスフォーメーション）が企業の競争力維持のために不可欠とされているが、COVID-19の影響で職域でもデジタル化が一挙に進行し、健康情報の伝わり方も大きく変化した。マスメディアでの専門家の発言は情報ソースの1つに過ぎず、企業の社員や患者とその家族が情報の中心に位置し、場合によっては本人がSNS等で発言し拡散する場合もある（図7）。企業内での情報発信もかつての対面健康教育や紙媒体の社内報等ではなく、オンライン、オンデマンドで視聴可能な動画コンテンツ等に移行しつつある。今後産業医や産業保健師の企業内「Youtuber化」が進み、動画作成・編集のスキルやそれらを通じたヘルスリテラシー向上が、健康経営を推進する企業では求められている（図8）。

職域は基盤となる風土や文化を持ち、企業価値の提供という共通した目的、インフラ整備、働き盛り世代を多く擁することから、デジタルヘルスプロモーションに親和性が高い。企業活動と新型コロナとの共存は大きな課題であるが、職域の強みを活かした新たな健康教育・ヘルスプロモーションが求められる。

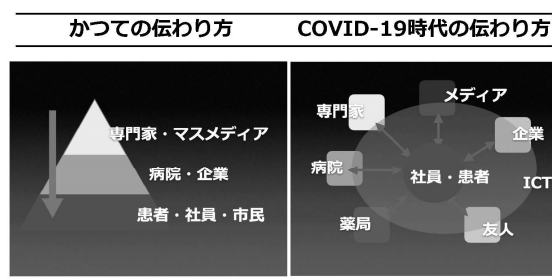


図7 健康情報の伝わり方の変遷



図8 産業医・保健師の社内Youtuber化

研究資金

なし

利益相反自己申告

株式会社クレディ・セゾン（共同研究講座：先端予防医学・健康情報学講座）

株式会社バリューHR（講演料）

引用文献

- 1) 公益社団法人日本産業衛生学会. 新型コロナウイルス感染症. <https://www.sanei.or.jp/topics/covid19/index.html> (2023年3月1日アクセス)
- 2) 福田洋. 企業の新型コロナウイルスへの対応～さんぽ会での調査・議論から. 産業医学ジャーナル. 2021;44(1):31-35.
- 3) 福田洋. 特集・コロナで変わる健康教育とヘルスプロモーション. 企業の新型コロナ対応と産業保健活動・職域ヘルスプロモーションの変化. 公衆衛生. 2022;86(9):774-782.
- 4) Webinar Summary, Slides & Video Recording: Working from Home - What is the Impact on Wellbeing? <https://www.globalhealthyworkplace.org/2020/05/07/webinar-summary-slides-video-recording-working-from-home-what-is-the-impact-on-wellbeing/> (2023年3月1日アクセス)
- 5) 吉池信男, 江口泰正, 中村正和, 上地勝, 岡浩一郎, 小橋元, 助友裕子, 福田吉治, 村山伸子, 武見ゆかり. ウイズコロナの健康教育・ヘルスプロモーションを考えるワークショップ. 日本健康教育学会誌. 2021;29(2):198-206.
- 6) 金森悟, 坂本宣明, 白田千佳子, 海野賀史, 江口泰正, 山下奈々, 北島文子, 厚美直孝, 小林宏明, 高家望, 福田洋. 多職種産業保健スタッフの研究会による夏季セミナー開催報告-コロナは世界・健康教育・ヘルスプロモーションをどう変えたのか?-. 日本健康教育学会誌. 2021;29(1):79-86.

*責任著者 Corresponding author : 福田 洋 (e-mail: hiro@juntendo.ac.jp)