

「気軽に始める健康経営。人手不足を乗り切ろう！」

島の保健室 にしごと 西里 なえり奈

宮古地区の働き盛り世代の皆様へ健康情報をお届けするため、毎月1回リレー方式で記事を書いています。今回は島の保健室が担当いたします。

「健康経営」という言葉を、多くの皆さんが耳にしたことがあると思います。従業員の健康を経費ではなく投資と考え、計画的かつ継続的に働きやすい環境を目指すことで、会社の利益に繋げていこうというものです。

健康経営を行うことで得られるメリットの一つとして「リクルート効果」が挙げられると言われてきましたが、労働力の絶対数が足りない今の宮古島においては、なかなかその効果を期待できそうにありません。

では、健康経営を始めるメリットはないのでしょうか。そんなことはありません。むしろ健康経営を始めなければこの難局を乗り切ることはできないでしょう。

従業員が5人しかいない会社では、6人目を雇用するのに一生懸命になりがちですが、6人目はもう来ないと思って、今いる従業員が辞めてしまわないように、働きやすい環境づくりに力を入れていくことが、今の宮古島においては有効な人手不足対策になると考えます。

宮古島には、余分な労働力はもうありません。経営者は、従業員の抱える課題としっかり向き合い「やめない環境づくり」に注力していく必要があります。

健康経営は、まず最初に経営者が健康経営に取り組む意向を表明します。その後は体制づくり、課題の抽出、目標の設定、計画、実行と続きますが、難しく考える必要はありません。よく考えて欲しいのは、従業員のためにどんな職場を作っていきたいかということです。それが決まればその後やるべきことは自然と決まってきます。

私が健康経営を勧める理由の一つに、働き盛りの男性の健康状態が悪いことが挙げられます。全国の市町村の中でもワースト50に入るほどデータが悪い、宮古島市の40代～60代の男性。この世代の健康状態を改善するのに、もう一人一人の自主性に任せている時間はありません。このままでは3人に1人が65歳まで生きられないのです。経営者が、従業員に長く働いてもらいたいのであれば、健康管理を行い、健康的な習慣などを推奨していくことが望まれます。

島の保健室（79-5183）では、①健康診断後の措置②メンタルヘルス対策（パワハラ対策とセット）③けがをしない環境づくり④従業員のヘルスリテラシー（健康を決める力）の向上の4つを中心とした健康経営のお手伝いをしています。

健康診断結果の確認は、宮古地域産業保健センター（73-0222）にて無料で行えますので、健康経営の初めの一步には最適です。ぜひお気軽にご相談ください。次は宮古労働基準監督署へバトンを繋ぎます。

