

公募シンポジウム 10

働く女性の健康～予防医学を展望する

5月12日（金） 16:00～18:00 第1会場（TFT ホール 1000）

座長：森 智恵子（株式会社日立製作所 ICT 事業統括本部 京浜地区産業医療統括センタ）
野原 理子（東京女子医科大学 医学部 衛生学公衆衛生学（一）教室）

KS10-1 女性の視点からみた健康経営

江崎 禎英（経済産業省 商務情報政策局 ヘルスケア産業課）

KS10-2 女性の視点からみた健康管理・健康教育

荒木 葉子（荒木労働衛生コンサルタント事務所）

KS10-3 女性のライフステージの視点から見た栄養管理

児玉 浩子（帝京平成大学）

KS10-4 女性のライフステージの視点からみた歯科保健

品田 佳世子（東京医科歯科大学大学院）

座長の言葉

働く女性の健康～予防医学を展望する～

男女雇用機会均等法制定から40年が経過し、女性の多様な職場でのさらなる活躍が期待される中、2015年6月女性活躍推進法が成立した。本法律では民間企業にも、女性の採用比率や女性の管理職比率などに独自の目標設定を義務付け、情報の公開方針などを含めた行動計画をつくることを求めている。また経済産業省は、「健康経営銘柄」など、企業の健康経営の取組が株式市場等において、適切に評価される仕組みづくりに取り組んでいる。そこで本シンポジウムでは、女性が健康に活躍するための健康教育や健康管理について検討する。

まず「女性の視点からみた健康経営」について経済産業省のご担当者からご解説いただく。「なでしこ銘柄」「新・ダイバーシティ経営企業100選」との関連も含め女性の視点での健康経営優良法人の認定基準の在り方について概説していただく。

次に「女性の視点からみた生涯の健康管理・健康教育」では、これまでの健康管理の実際と、今後のあるべき姿について荒木葉子氏よりお話しいただく。生涯に亘る縦の健康管理と、保育や高齢者介護、疾病と就労の両立など働く女性をとりまく横の健康管理について解説していただく。

その後「女性のライフステージの視点から見た栄養管理」では、年代による栄養摂取の現状とこれからの栄養管理のあり方について児玉浩子氏よりお話しいただく。若年期から妊娠出産期、更年期、高齢期に至るまでの、栄養に関する年齢に応じた必要な知識とその教育法についても解説していただく。

そして、「女性のライフステージの視点から見た歯科保健」について、歯科疾患の性差や妊娠出産期や更年期以降等に罹患しやすい歯科疾患について概説していただく、さらに年代や口腔内の状態に応じたケアの方法や、産業保健分野で今後必要な取り組みについてもお話しいただく。

最後にシンポジストの方々とこれからの働く女性の健康について予防医学を展望する。

座長略歴

森 智恵子（もり ちえこ）

1979年 東京医科歯科大学歯学部卒業
歯科医院勤務

1986年 東京医科歯科大学歯科保存学第2講座 入局

1988年 東京医科歯科大学歯科保存学第2講座 助手

1989年 日立製作所日立戸塚総合病院 情報システム工場歯科診療所 入職

2012年～2014年 同社 日立横浜病院（旧日立戸塚総合病院）京

浜地区産業医療統括センタ 副センタ長

現在： 同社（ICT）事業統括本部 京浜地区産業医療統括センタ
大森・新川崎健康管理センタ 歯科主任医長

（現役職・資格等）

日立製作所（ICT）事業統括本部 大森・新川崎健康管理センタ

歯科 歯科主任医長、東京医科歯科大学健康推進歯学分野非常勤講師、歯学博士、日本補綴歯科学会専門医、労働衛生コンサルタント、

日本産業衛生学会産業歯科保健部会幹事

座長略歴

野原 理子（のらは みちこ）

【学歴】

1994年 東京女子医科大学医学部 卒業

【職歴】

1994年 同大学衛生学公衆衛生学（一）教室 助手

2012年より現職

【資格】

1996年 医師免許 取得

2001年 東京女子医科大学 博士（医学）学位 取得

2011年 メルボルン大学 Master of Women's Health 取得

【主な所属学会・役職】

日本産業衛生学会男女共同参画推進小委員会委員長

日本ウーマンズヘルス学会幹事

KS10-1 女性の視点からみた健康経営

江崎 禎英

経済産業省 商務情報政策局 ヘルスケア産業課

現在、日本では世界に類を見ないレベルで高齢化が進んでおり、医療・介護分野を始めとする社会保障制度だけでなく、労働力の減少や購買力の低下などによって経済活動にも大きな影響が生じつつある。しかし、誰もが健康で長生きすることを望み、それが可能になれば、社会は必然的に高齢化する。生物学的なヒトの寿命は約120年と言われている。日本では60歳を「還暦」と呼ぶが、人が健康で長生きすると暦が2周する。問題はこの2周目の人生をどう生きるかというテーマに個人も社会も十分に対応できていないことである。

我が国の社会保障システムは1960～80年代にその基本型が形成された。当時、65歳以上の高齢者は全人口の1割にも満たない水準であり、「ジャパン・アズNo.1」と言われた経済力を背景に手厚い社会保障サービスを提供することが可能であった。同時に、医療サービスも労働者がケガや感染症などに罹った際の「治療」に主眼が置かれていたため、「予防」機能はあまり重視されてこなかった。しかし、定年を迎え、「2周目の人生」に入ると、自らの生き方を問い直し、自分の健康について考えるタイミングが訪れるが、既に手遅れになっている場合も少なくない。

健康の大切さは疑う余地はない。しかし、個人や社会（企業）における優先順位が変わらないまま健康の大切さを訴えるだけでは何も変わらない。まずは、あらゆる角度から健康の意味を考え、全ての関係者が納得して健康管理に取り組むか、或いは、結果的に取り組むことになるような仕組みを創ることが大切。この際、経営者の意識を変えることは特に重要。その上で、従業員が健康管理に取り組みやすい環境を整えるとともに、これまで健康に関心が低かった人でも健康管理の重要性を実感できる仕組みを創ることが求められる。

超高齢社会では、急速な少子化とも相まって生産年齢人口の減少が進み、企業の人的リソースは今後益々限られていく。こうした中、少ない人員で最大の経済価値（商品やサービスなど）を生み出すためには、①優秀な人材の確保に加え、②従業員一人ひとりのパフォーマンス（労働生産性）の向上が重要となる。さらに、③一度雇用した従業員の定着を促し如何に長く働いてもらうかは、企業業績や競争力、持続性の大きなカギ。この結果、従業員の健康リスクを減らし高いパフォーマンスを上げられる人材をどれだけ増やせるかは経営戦略上の重要課題となる。

「健康経営」は、従業員の健康管理を経営課題として捉え、その実践を図ることで従業員の健康の維持・増進と会社の生産性向上を目指すもの。「健康経営」を強力に推進することによって、社会的価値における優先順位の転換を図り、企業文化を変え、超高齢社会をより豊かな社会に発展させることを目指す。

略歴

江崎 禎英（えさき よしひで）
・岐阜県出身 1964年生

・東京大学 教養学部 教養学科第Ⅲ 国際関係論分科 卒業

・1989年、通商産業省に入省し通商政策局にて日米通商問題に携わった後、大蔵省に出向し金融制度改革を担当。その後引き続き通商産業省にて資本市場改革、外為法改正に取組む。英国留学、EU（欧州委員会）産業総局（DGⅢ）勤務を経て、通商産業省に

戻りIT政策を担当。この間、内閣官房 内閣内政審議室にて個人情報保護法の立案に携わる。

・その後、経済産業省にて、ものづくり政策、外国人労働者問題を担当し、2005年から資源エネルギー庁にて地球温暖化問題を担当。2008年から岐阜県に出向。2012年4月に経済産業省に復帰し、製造産業局 生物化学産業課長として再生医療を巡る法制度の改革に携わったのち、2015年4月に商務情報政策局ヘルスケア産業課長に就任（現職）。

KS10-2 女性の視点からみた健康管理・健康教育

荒木 葉子

荒木労働衛生コンサルタント事務所

本格的な高齢化社会に突入し、にわかに女性に期待が寄せられている。女性（男性も）がリプロダクティブヘルスを守り、社会の生産性を維持し、持続可能な社会を作るためには、どのような処方箋が必要なのだろうか。就労世代の過重労働を是正し、多様化を推進し、法制度や税制などを見直し格差を縮小させ、より生産性の高い働き方を構築する。IoT、ロボット、AI、Virtual Reality、国際的なネットワークを活用する。妊娠出産しやすい環境を整え、育児、子どもの教育などに投資する。高齢者の健康維持、就労、社会参画を促す、など。いずれにしても、女性に特化するのではなく、gender（社会文化的性）とsex（生物学的性）に配慮した男女の健康管理・健康教育が必要である。また育児や介護は労働に大きなインパクトを与えるため、産業保健は学校保健、地域保健との連携が必要になってきている。

性差を考慮した健康管理を推進するには、2008年に日本産業衛生学会就労女性健康研究会と労働衛生国際協力研究会で合同開発した「男女労働者のための健康職場づくりチェックリスト」が役にたつ。このチェックリストは①安全で健康な職場の方針、②キャリア支援、③労働時間と休憩、④人の移動や物の運搬・移動、⑤作業環境、⑥傷害予防、⑦有害要因への暴露の低減、⑧ストレス対策、⑨福利厚生施設とサービス、⑩リプロダクティブ・ヘルス、⑪暴力とハラスメントからの労働者の保護、⑫保健サービスの12項目からなり、各職場において優先項目を選び、対策を進めることができる。

職場のgenderとsexの健康リテラシーを高めるには、男女に対する健康教育が必要である。図1に女性のライフステージと健康を示した。女性の健康は性ホルモンの影響が大きく、月経周期という短期的な変動と初経・閉経という生涯にわたる変動の二つの変動があることが男性とは大きく異なる。リプダ

クティブヘルス、心血管、消化器、免疫、薬物動態など性差がある。また、子宮頸がん、乳がんが増えており、治療と仕事の両立において、課題が大きい。今後、職場のがん検診の在り方も重要と考えられる。

図2に職業性因子と健康の関連図を示した。女性は職場外因子も大きい。法制度、育児や介護のインフラを含め、包括的なアプローチが必要である。

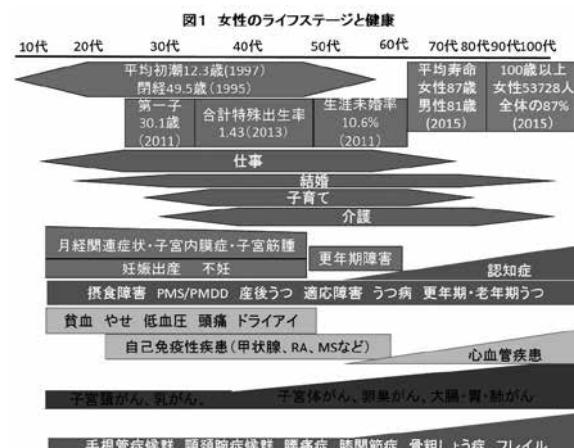
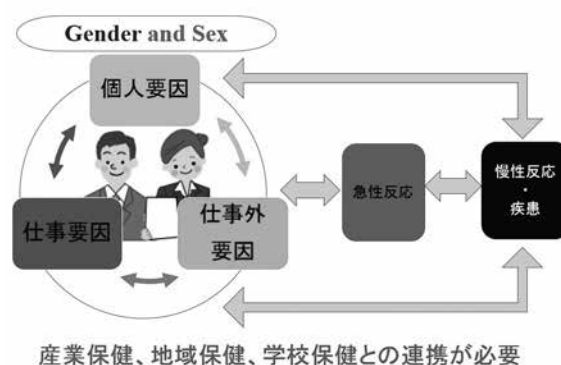


図2 職業性因子と健康障害



略歴

荒木 葉子（あらか ようこ）

【略歴】

1982年 慶應義塾大学医学部卒業後、同大学医学部内科学教室入局
 1992年 カリフォルニア大学サンフランシスコ校 留学
 1994年 報知新聞社東京本社 産業医
 2002年 N T T 東日本首都圏健康管理センタ 東京健康管理センタ 所長
 2006年 荒木労働衛生コンサルタント事務所 所長
 2008年～2011年 東京医科歯科大学女性研究者支援室 特任教授

【学会】

日本内科学会、日本糖尿病学会、日本産業衛生学会

【資格】

総合内科専門医、労働衛生コンサルタント

KS10-3 女性のライフステージの視点から見た栄養管理

児玉 浩子

帝京平成大学

平成 20 年から、40 歳以上の年齢の人を対象に特定健康診査、特定保健指導制度が始まり、メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防対策が行われている。しかしながら、厚生労働省の平成 26 年患者調査では、糖尿病、高血圧症、慢性腎臓病などの生活習慣病は増加している。糖尿病患者数は 316 万 6,000 人で 3 年前の調査より約 46 万人増加しており、このうち女性は約 140 万人で、約 20 万人増加している。特に最近では肥満でない糖尿病罹患が問題になっている。Yachi らは、20 歳でやせている女性は妊娠糖尿病に罹患する率が高いと報告している (Diabet Med 2013)。今後、やせ体型で糖尿病を発症する病態、実態を研究し、予防・対応を検討する必要があると思われる。

若年女性のやせが多いことは以前から指摘されている。平成 25 年度の国民健康栄養調査では、20 歳代の女性の 20.2% はやせ体型である。やせ女性は妊娠中も適切な体重増加が見られず、低出生体重児 (出生体重 2500g 未満) を出産する率が高い。低出生体重で生まれた子は、将来肥満・生活習慣病に罹患しやすいことも指摘されている。

さらに、やせているということは、エネルギーや必要な栄養素が十分摂取できていないことが想定される。国民健康栄養調査の平均摂取量と「日本人の食事摂取基準 2015 年版」の推奨摂取量を比較すると、食物繊維、カルシウム、鉄などの摂取量は推奨量より著しく不足している (図 1)。この摂取量不足は、10 歳以降に著明になる。小学校では食育推進活動や給食提供である程度栄養は摂取できているが、中学校以降著明に栄養状態は悪くなる。また、朝食欠食率も 20 歳女性の 23.5% と他の年代の女性に比べて最も高い。このように女性の栄養状態の不良は 10 歳代から始まり、青年期に最も著しくなる。したがって、特に女性には、思春期・若年期の食育

が極めて大切である。

若年者は高齢者に比べて、生活習慣病罹患率は低く、通常の健診では異常が見つかる率がそれ以降の年齢に比べて低い。しかし上記に述べたように若年者に対する生活習慣病予防・食育こそが必要である。若年者に対しては一般的な健診項目だけでなく、生活習慣を調査し、生活習慣の改善に対する支援が必要である。

働く女性が増加しており、2011 年には、25 歳～29 歳女性の 72.8%、30～34 歳の 64.2% が就業している。また、働きながら妊娠・出産し、育児を行っている女性も増えている。次世代の子どもを健やかに育てるためにも、女性、特に若い女性の食育推進・職場環境の整備は喫緊の課題である。

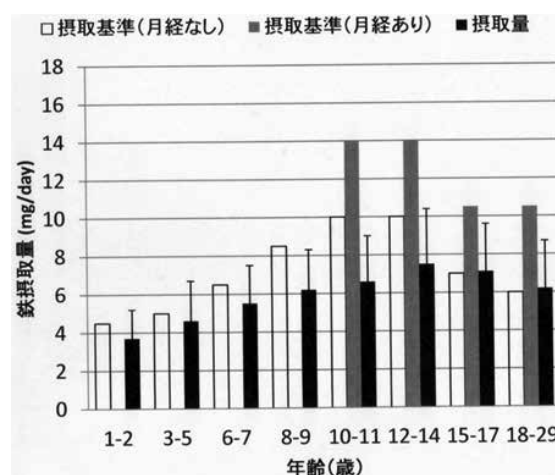


図 1：女性の平均鉄摂取量と推奨量の比較

略歴

児玉 浩子 (こだま ひろこ)

1970 年大阪大学医学部卒、大阪大学小児科助手、自治医科大学小児科講師、帝京大学小児科教授を経て、2011 年より現職。専門：栄養、内分泌、代謝、特に微量元素の研究。専門医・学会役員など：小児科専門医、小児神経科専門医、日本内分泌学会内分泌代謝科専門医・指導医、日本臨床栄養学会認定臨床栄養指導医、日本学術会議連携会員、日本臨床栄養学会理事、厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2015 年版」策定委員

KS10-4 女性のライフステージの視点からみた歯科保健

品田 佳世子

東京医科歯科大学大学院

就労女性が仕事を継続し、パフォーマンスを向上させるためには、女性特有の歯科疾患の予防も大切である。特に妊娠出産期や更年期には口腔にトラブルが発生しやすく、その予防には若年者からの適切な口腔ケアを習慣づけることが必要である。今回、身体状況のうち自覚しやすく生活の質や栄養摂取への影響が大きい歯科疾患や口腔保健を中心に、就労女性の歯科保健の現状と課題を述べ、それに対する健康支援に関して提案する。

20～30歳代の性成熟期の女性の健康課題として、性感染症の増加、喫煙、飲酒、過度のダイエット、月経不順・異常などが挙げられている。口腔領域では、この時期の顎関節症の発症が多く、妊娠性歯肉炎、喫煙による歯肉メラニン沈着症・歯周炎の進行、アメ・チョコレートなどの砂糖を含む甘味食品の頻回摂取によるう蝕発生や進行、炭酸飲料など酸性飲料の頻回摂取や摂食障害による酸蝕症、過度の歯磨きによる歯肉退縮と知覚過敏症なども多くみられる。また、歯周病と早産や低体重児出産との関連も報告されており、次世代育成へも口腔保健の推進が大切となる。40歳代以降、60歳代の女性の労働力率も増加しており、この時期の身体・健康課題としては、更年期の症状や骨粗しょう症へのリスク、口腔では、歯周疾患の重症化と歯の喪失による咀嚼機能の低下、口臭、口腔乾燥症、舌痛など対人関係などQOLの低下のリスクがある。また、乳がんや子宮がんの罹患率の上昇とその治療後にも継続的服用する薬等の副作用による粘膜炎（広範囲の口内炎）や味覚への影響が食事を困難にするので、口腔への対処方法の情報提供や支援が必要となる。

歯周病などの口腔疾患は生活習慣と深く関わっており、コモン・リスク・ファクターに対する対策、生活習慣の改善へのサポートが必要であり、歯科医師・歯科衛生士が職域の産業医、産業看護職、管理

栄養士等と連携して健康支援していくことの必要性が示唆されている。また、労働者のヘルスリテラシー（健康に関する情報の収集、判断、選択、実践への力）により、健康情報の提供方法や内容の検討が必要であることが明らかとなってきた。口腔疾患は、予防が可能であり、若い年齢からの間断ない対策・プログラムが必要である。しかし、職域において労働者に直接関与できる歯科医療者は少ないが、産業医、産業看護職等と連携して、情報を共有し意見交換することで、より効果的な健康支援プログラムを立案し展開させることができるのではないかと考えられる。

略歴

品田 佳世子（しなだ かよこ）

東京医科歯科大学大学院 医歯学総合研究科 口腔疾患予防学分野・教授

東京医科歯科大学歯学部歯学科卒業後、同大学大学院（予防歯科学）修了・歯学博士取得、

予防歯科学講座助手、大学院健康推進歯学・助教、講師、准教授を経て、2011年から現職。

2011-2013年度：同大学歯学部口腔保健学科長、現在：産業歯科保健部会幹事、関東産業歯科保健部会長、日本学術会議連携会員等。