

The Open Talks 2024.04

オーティーエスが取り組む

健康経営とは

今号はオーティーエスの経営理念である「お客様に喜ばれ、働く人たちが喜びを感じ、いつまでも社会に貢献し続ける企業であること」を実践するために必要な取り組み【健康経営とウェルビーイング】について特集しました。産業医の佐野先生にも登場していただき、お話をお伺いしました。

「健康でしあわせに生きる」ことは、誰もが望んでいることではないでしょうか。「心が健全な状態で働き続ける」ことのために、会社として従業員の健康管理をサポートしていくことが大切です。健康経営に取り組むことで、よりよい心身の状態で業務を行うことができますようになります。そして、業績アップや生産性の向上に繋がり、会社としても様々な利点があります。

「健康経営を実践すること」にオーティーエスは力を入れており、健康診断の二次検査までの全員受診やストレスチェック実施後の集団分析、ケガ防止体操などを行っています。また、オーティーエスの産業医である佐野先生から「しあわせな状態である」ウェルビーイングについても学ぶことで、正しい「健康としあわせ」についての理解を深め、実践に落とし込んでいきます。

今回は佐野先生の専門分野でもある、健康経営とウェルビーイングについて質問にお答えいただきました。

健康経営の《重要性》

「近年、注目されている健康経営ですが、佐野先生が健康経営において最も重要だと考えることを教えてください。」

佐野 健康経営が、健康的に働くといった意味だけにフォーカスされることが多くなっていますが、「健康と経営が繋がった行動を積み重ね続けていく」ことが最も大切です。軸になる2つのポイントが【従業員の健康維持】と【良好な人間関係の構築】です。この2つがしっかりと行われれば、個人も組織もパフォーマンスが上がり、結果的に売り上げに繋がり、経営がよくなります。「良好な健康状態と人間関係を構築する方法」を学び実践することを土台とし、経営を行っていくことが真の健康経営です。

健康経営の《導入》

「健康経営をこれから始める企業さまはどのようなことから始めるのがいいでしょうか。」

佐野 どの企業もベースは人が仕事をしていますので、まず【従業員の健康維持】と【良好な人間関係の構築】について学ぶことから始めてください。影響力が大きい経営者、幹部社員の方から行うことをおすすめします。数ヶ月で明らかに雰囲気や結果（経営）が変わる企業さまもおられます。ネット社会となり、情報が多い世の中になったからこそ、「経営者・従業員・産業医」の3つの視点をもった信頼で

きる方から、健康経営を継続的に学び実践に落とし込んでいくことが大切です。経営者・幹部社員がまず実践し、自身が「しあわせで、健康で、豊かに笑って働ける」ようになってください。

ウェルビーイングの《概念》

「ウェルビーイングがどういったものなのか、大事なことを教えてください。また、健康経営との違いはありますか？」

佐野 ウェルビーイングとは言葉通り「良い状態にある」ということです。公私共にしあわせに過ごし、体も、心も、環境も整っている状態です。ありがとう（感謝）、やってみよう（自己実現）、なんとかなる（前向き・楽観）、ありのままに（自分らしさ）の4つの因子を実践すると、良質な人間関係が構築され、働きがいややりがいが生まれ、しあわせに働けるようになります。全ての環境が100点でなくても、病気がたつたとしても、ウェルビーイングで居られます。健康と人間関係を整える健康経営を実践することで、楽しくしあわせに働く（≡ウェルビーイング）ことができます。是非、真の健康経営を実践して、ウェルビーイングな職場にしていきたいです。

佐野正行氏：名古屋大学を卒業後、消化器外科医として3000人以上の手術に携わり、がん治療、緩和医療を行う。現在は、幹細胞治療や食生活改善による健康指導、予防医療、免疫力改善による未病対応など、「こころと体を癒し」、「しあわせで、健康で、豊かに、笑って生きる」サポートを、治療から健康相談まで総合的に行う。著書「最先端のがん免疫療法」は、紀伊國屋、丸善、八重洲ブックセンターなどでランキン第一位 <http://dr-nasac.com/prof/>