

# THP トータル・ヘルスプロモーション・プラン に取り組みましょう

～ THP 指針（事業場における労働者の健康保持増進のための指針）が改正されました～

令和 5 年 4 月 愛知労働局

労働安全衛生法第 69 条に基づき、事業者は、労働者に対する健康教育等の健康保持増進措置を継続的かつ計画的に講ずるよう努めることとされています。その適切かつ有効な実施のために示されたのが、「**事業場における労働者の健康保持増進のための指針**」（THP 指針）です。

## THP 指針の概要



## Q1 . THP とはどのようなものですか？

THP (Total Health promotion Plan) とは、「心とからだの健康づくり」をスローガンとする、働く人を対象とした健康保持増進措置のことです。

労働安全衛生法第 69 条では、事業者の努力義務として、労働者の健康保持増進措置に継続的かつ計画的に取り組むことを定めており、労働者もそれらを利用して健康保持増進に努めることとしています。また、その適切かつ有効な実施のために、労働安全衛生法第 70 条の 2 を根拠に示されたのが「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」(THP 指針)です。

## Q2 . なぜ、THP への取り組みが必要なのですか？

### 「一次予防」推進の観点から

「病気がかかってから治療する」という従来の考え方に代わり、近年では予防医学への意識が高まりつつあります。予防医学の領域は、次の 3 つに分けられます。

**一次予防** ... いわゆる健康な時期に、栄養・運動・休養など生活習慣の改善、生活環境の改善、健康教育等による健康増進を図り、さらに予防接種による疾病の発生予防と事故防止による傷害の発生防止をすることです。

**二次予防** ... 不幸にして発生した疾病や傷害を検診等によって早期に発見し、さらに早期に治療や保健指導などの対策を行い、疾病や傷害の重症化を防ぐ対策のことです。

**三次予防** ... 治療の過程において保健指導やリハビリテーション等による機能回復を図るなど、QOL(Quality of Life)に配慮することによって再発防止対策や社会復帰対策を講ずることです。

これまで「予防」というと、がんや生活習慣病、それらのリスク要因の早期発見と早期治療を目的とする「二次予防」が主流でしたが、現在はこれを「一次予防」に引き上げていこうという考え方に移行しつつあります。また、厚生労働省の推進する「21 世紀における国民健康づくり運動(健康日本 21)」においても、「一次予防」の重視を提唱しています。

THP は、労働生活の全期間を通じて進めていくもので、予防医学における「一次予防」の内容が中心となります。高齢化社会が進展するわが国において長く健康で過ごしていくためには、「一次予防」がますます重要であり、特に事業場においては THP への取り組みが必要となっていきます。

### 事業者・労働者の双方の努力が必要であることから

職場には労働者の力だけでは取り除くことができない疾病増悪要因、ストレス要因などが存在しており、健康保持増進をすすめるためには、労働者の自助努力に加えて事業者の行う健康管理の積極的推進が必要です。THP の根拠となる労働安全衛生法第 69 条でも事業者・労働者の双方の努力を求めています。

## Q3 . THP 指針のどこが改正されましたか？

〔 令和 5 年 3 月 31 日 公示第 11 号改正 〕

健康保持増進に関心を持たない労働者への働きかけや、労働者の高齢化を見据えて若年期からの運動の習慣化を図る等の視点が、フレイルやロコモティブシンドロームの予防という形で明確化されました。

加齢に伴う筋力や認知機能等の低下が転倒等の労働災害リスクにつながることから「高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン(エイジフレンドリーガイドライン)」(令和 2 年 3 月 16 日付け基安発 0316 第 1 号)に基づいた対応が重要とされました。

体力の状況を客観的に把握し、自らの身体機能維持向上に取り組めるための健康測定手法として、**身体機能セルフチェック、フレイルチェック、ロコモ度テスト**、が例示されました。

データヘルスやコラボヘルスの観点から、定期健康診断結果等の労働者の健康状態が客観的に把握できる情報を医療保険者と共有して労働者の健康状態の改善や保持増進に活用することが望ましいとされていましたが、「**積極的に活用することが重要**」と強調されました。

情報連携をよりスムーズにするため、健康測定や運動指導の内容などは電磁的な方法で保存管理(デジタル化)することが適切とされました。

## Q4 . 事業者は、労働者の健康管理についてどこまで関与すべきですか？

労働安全衛生法第 3 条で、事業者は、単に労働災害(業務に起因する負傷、疾病、死亡)防止のための最低基準を守るだけでなく、快適な職場環境の実現と労働条件の改善を通じて職場における労働者の安全と健康を確保するようにしなければならないと定めています。また、労働安全衛生法第 66 条~第 70 条の 2 では、健康診断、長時間労働面接指導、ストレスチェック等の実施や、それらの結果に基づく措置等を事業者の義務として定め、THP を含む保健指導、健康教育及び健康相談等への取り組みを努力義務として定めています。

これらのことから事業者は、義務、努力義務として定められたそれぞれの措置を通じて、労働者の健康確保や健康保持増進に取り組んでいく必要があります。

THP 指針についての詳細は、愛知労働局ホームページをご参照ください。  
お問合せは、愛知労働局労働基準部健康課または最寄りの労働基準監督署をお願いします。

