

健康診断の質を高め 健康で働く喜びを 共感しあう日々



日本郵政株式会社熊本郵政健康管理センター所長 **古海 勝彦**さんに聞く

大学で研究生生活を送っていた古海さんは、平成15年、産業医として日本郵政公社九州支社(当時)に着任した。以来7年、熊本県下7,000人の郵政従業員の健康管理と健康づくりの意識を高める活動を推進している。センターのスタッフは医師2人(1人は育児休暇中)、4人の保健師(1人は育児休暇中)、事務1人の総勢7名。健康相談など従業員が気軽に足を運べるよう、センターは開放的で明るい雰囲気にあふれている。

空腹受診の推進

「一から十まで、健康管理ができるということで、胸ふくらませてここへ来ましたが、何より驚いたのは空腹受診者が2割にも満たないことでした。空腹で健康診断を受けるといふことの大切さから話していく、つまり健康管理に対する従業員の意識改革の着手が最初の仕事となりました」

郵便事業は体力勝負の部分もあり、当初は「空腹では仕事にならん」とすぐには理解が得られなかったが、「郵便かばんを持って体重計にはのらんでしょう。食事をするのはこれと同じ」と一人ひとりに根気よく空腹受診の重要性を訴えた。空腹で受診した人にはポケットマネーで買ったチョコレートを差し出したこともある。

「健康診断は健康管理のために必要なデータを収集することが目的、正しい健康状態を知るために、正しい条件で受けてほしい。その一点の思いを込めて、話し続

けていくなかで、従業員の意識が少しずつ変化していったように思います。血糖値や中性脂肪の数値にすぐに効果が表れますから。空腹受診が浸透すると、今度は受診前に酒やタバコを控えるなど、受診条件への理解が深まりました」。今では空腹受診者は9割を超える。

空腹受診と並行して、健康診断所要時間の短縮にも取り組んだ。折りしも全国の郵便局にJP方式(JPS: Japan Post System トヨタ生産方式をベースにした業務改善手法)が展開され始めたこともあって、「健康診断にもJP方式を」と会社に申し入れた。これまでの健康診断では、従業員は業務に合わせて受診していたため、受診者が一部の時間帯や特定日時に集中、待ち時間の長さや診察時間の不足など、効率面に加え顧客サービスという意味でも改善の必要があった。会社には人件費をからめて効果を示して理解を求めた。業務計画と連携して受診者を平準化することで、所要時間の短縮を図った(図1、2)。

「そのために各検査の所要時間を調べ、単位時間当たりの受診者数を算出しました。15分間隔で受付時間を設定し、赤、黄、青、緑の4種類の整理券を作り、担当者に届けます。担当者は、業務計画を見ながら受診者に整理券を配布します。受付時間は、整理券の色ですぐに分かります。受付人数を一定にすることで、待ち時間も短くなり、診察や保健指導の時間も十分確保できるようになりました。所要時間の短縮は、離席



健康センタースタッフ一同

時間の短縮だけでなく、受診者の満足度アップにもつながりました。今ではこの方式を取り入れるセンターも出てきているようです。

私は日々産業医の責務を淡々と果たしているだけですが、健康診断を通じて従業員の健康管理に対する意識を少し変えることができた、という自負はあります。健康診断に対する満足度が高まれば、スタッフと従業員との間に信頼関係が生まれます。信頼関係を通じて自らの健康に興味を持つようになり、自主的な健康管理への足がかりになると私は考えます。できれば『行きたくない健康診断』を『行くのが楽しい健康診断』に変えたいですね

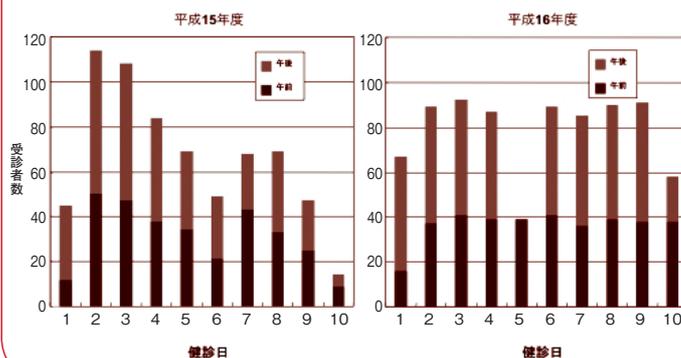
ワンチャンスを活かす工夫

古海さんの情熱は、スタッフに伝わり、より良い健診を目指すアイデアが次々にしかも自然に生まれるようになった。例えば一枚の受診票にも工夫をこらした。受診票の余白には通常医師や保健師が受診者から得た「情報」を書きとめるが、健診が終わると用済みとなり、次に活かされることはない。古海さんたちは、その「情報」をデータベース化して翌年の健康診断の場に持ち込んでいる。「女の子が生まれた」と書かれていれば「お

図2 健診所要時間（従来法と新方式の比較）

	従来法		JP方式		
	A局	D局	B局	C局	D局
平均所要時間(分)	48	49	29	35	35
最短所要時間(分)	11	15	13	19	10
最長所要時間(分)	87	137	40	59	56

図1 新方式導入前後の受診者数の比較



子さんは元気ですか」と話しかけ、「足を骨折」とあれば経過を尋ねる。受診者は驚きつつも、その心配りにどれほど安心することだろう。7,000人の従業員とコミュニケーションを図るのは容易ではないが、健康診断というワンチャンス可能な限り活かしたいと古海さん。健康診断は受けたことで終わるのではなく、そこから始まるのだとも語る。6年前に健康診断時に前立腺がんの検査を自費で受けられるようにした。初年度は1,000人近い従業員が検査を受け、これまでに12人の従業員が早期発見によって治療を受け、全員が元気に職場復帰した。空腹での受診に文句をいっていた従業員が、「前立腺がんの検査を受けたい」と話すのを聞くと、人間の意識は変わるものだ確信した。

若くして父を亡くした古海さんは、働き盛りで病に倒れる哀しさを人一倍知っている。健康診断に対する深い思いは、そこから出発しているのだろうか。

最近の郵便事業を取り巻くさまざまな変化の中で、メンタル面でも不調を来たす人が増えており、主治医や職場と相談しながらまさに一から十まで心の悩みに寄り添っていく。まもなく一年で一番忙しい年賀状の時期を迎える。産業医としてインフルエンザ対策など多忙な毎日が続く。「若い医師の前で話す機会があるたびに、産業医は地味だけどやりがいのある仕事だと言い続けています。産業医も毎日『命』と向き合っているんです」

インタビューを終える頃、センターの事務室から元気な子供の声が聞こえてきた。スタッフ全員と、育児休暇中の医師と保健師まで駆けつけ、「古海先生の取材」を見守ったとのこと。珍しく子供たちも一緒に記念撮影となったが、誰よりも古海さんが一番うれしそうであった。