

発行元：株式会社セイルズ 〒458-0021 名古屋市緑区滝ノ水 1-908 2F <https://sailz.jp/>



ハイリスクアプローチとは

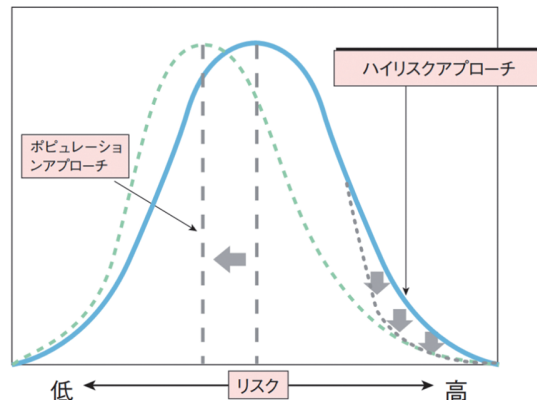
何かしらの健康障害を起こす危険因子を持つ集団の中で、より高いリスクを有する人(分布図の右側)に対して介入する事で、健康リスクの低減を目指す事をハイリスクアプローチと言います。ハイリスクアプローチでは、実際の健康診断の機会などを利用するという点では最も利用しやすく、またその対象も把握しやすいのが特徴です。

例 高血圧症や肥満症の方に対して個別面談を実施

ポピュレーションアプローチとは

各個人を対象とするのではなく、集団全体、分布全体に働きかけて適切な方向に少しずつ移動、シフトする事で、集団全体(職場全体)の健康リスク低減を目指す方法をポピュレーションアプローチと言います。ポピュレーションアプローチでは、境界域や正常高値に含まれる多くの人に対し、その対象集団の特性を客観的に把握して有効なアプローチにつなげていきます。

例 高血圧境界型の集団に対して集団保健指導を実施



※引用(図):日本看護協会「やってみよう!ポピュレーションアプローチ」より

健康経営優良法人の認定項目における具体的な事例(ポピュレーションアプローチ)

- | | | |
|-----------------------|-----------------------------------|--|
| ① 定期健康診断受診率100% | …職場を会場とした集団健診の実施 | |
| ② 適切な働き方実現に向けた取り組み | …ノー残業デーの設定 | |
| ③ コミュニケーション促進に向けた取り組み | …会社主催の社内運動会やイベントの開催 | |
| ④ 食生活の改善に向けた取り組み | …社員食堂に減塩食メニューや低カロリーメニューを設ける | |
| ⑤ 女性の健康保持増進に向けた取り組み | …保健師などによる女性の健康に関する問題を専門とした相談窓口の設置 | |
| ⑥ 受動喫煙に向けた取り組み | …屋外を含めた敷地内全面禁煙 | |

早い段階でポピュレーションアプローチによって介入する事により、集団として多くの人の健康増進や予防につながる事がいえます。つまり、疾病を発症する前段階での介入により、境界型、正常高値などの集団の方が健康の方向へシフトチェンジできるという可能性があるので。



※参考資料:日本看護協会「やってみよう!ポピュレーションアプローチ」より
 職場の健康がみえる(メディックメディア発行)より

振り返りコーナー

～分からない方は前月号のココカラ通信をぜひ読み直してみてください～

前月号では、危険予知訓練についての話題をとりあげました。実際に危険予知訓練をする事で、今まで当たり前としていた行動の中に予想外の危険が潜んでいるかもしれません。

第1問 KYTとは危険予知訓練の事である

第2問 KYTを実施する事により、ヒューマンエラーやヒヤリハットなどの事故防止につながる



熱中症警戒アラートが全国運用中です。
徹底した予防行動を取り入れて、
熱中症を防ぎましょう。



熱中症警戒アラート 全国運用中!

熱中症警戒アラートは、**熱中症の危険性が極めて高い**暑熱環境になると予想される日の前日夕方または当日早朝に都道府県ごとに発表されます。
発表された情報はテレビ、防災無線、SNSを通じて発信されます。

報道機関 (テレビ・ラジオ) **SNS** **防災無線**

〇〇県で熱中症警戒アラートが発達しました。明日は熱中症予防行動を徹底しましょう。

熱中症とは 暑い環境で体温の調整ができなくなった状態で、めまいや吐き気、頭痛、失神等様々な症状をきたし、最悪の場合は死に至る疾患ですが、下記のような**予防行動**を行えば防ぐことができます。

熱中症警戒アラート発表時は**徹底した予防行動**を!

エアコンを適切に使用しましょう

- 昼夜問わずエアコン等を使用し温度調節をしましょう。

熱中症のリスクが高い方に声かけをしましょう

- 高齢者、子ども、持病のある方、肥満の方、障害者等は熱中症になりやすい方です。これらの熱中症のリスクが高い方には、身近な方から、夜間を含むエアコンの使用やこまめな水分補給等を行うよう、声をかけましょう。

普段以上に「熱中症予防行動」を実践しましょう

- のどが渇く前にこまめに水分補給をしましょう。(1日あたり1.2Lが目安)
- 屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合は適宜マスクをしましょう。
- 涼しい服装をしましょう。

外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう

- 熱中症を予防するためには暑さを避けることが最も重要です。
- 不要不急の外出はできるだけ避けましょう。

外での運動は、原則、中止/延期をしましょう

- 身の回りの暑さ指数(WBGT)に応じて屋外やエアコン等が設置されていない屋内での運動は、原則、中止や延期をしましょう。

暑さ指数(WBGT)を確認しましょう

- 熱中症を予防するためには暑さを避けることが最も重要です。
- 不要不急の外出はできるだけ避けましょう。

※環境省熱中症予防情報サイト: <https://www.wbgt.env.go.jp/>

学校やイベントの管理者等においては現場に応じた対応策をあらかじめ定め、熱中症警戒アラート発表時には速やかに実行してください。

政府の熱中症対策

熱中症対策行動計画:令和4年度目標 適切な熱中症予防行動のより一層の定着

高齢者等の屋内における熱中症対策の強化

- 高齢者のための熱中症対策

管理者がいる場等における熱中症対策の促進

- 学校関係の熱中症情報
- 農作業中の熱中症対策
- スポーツの熱中症対策
- 防災における熱中症対策

●学ぼう!備えよう!職場の仲間を守ろう!職場における熱中症予防情報

●災害時情報提供アプリ「Safety tips」

新型コロナウイルス感染症対策と熱中症対策の両立

- 熱中症予防×コロナ感染防止で「新しい生活様式」を健康に

地域における連携強化

- 熱中症に関連する気象情報
- 熱中症から身を守るために
- 夏季における熱中症による救急搬送状況
- 健康・医療関係の熱中症情報

その他

- エアコンの早期の試運転について
- ヒートアイランド対策
- 無理のない省エネ生活

マイボトルで熱中症予防を!

内閣府 文部科学省 厚生労働省 農林水産省 経済産業省 国土交通省 環境省 消防庁 スポーツ庁 観光庁 気象庁

出典:環境庁 熱中症警戒アラート 全国運用中!(リーフレット)

振り返りコーナー 解答

第1問 KYTとは危険予知訓練の事である

【〇】危険予知訓練は、職場や作業の状況のなかにひそむ危険要因とそれが引き起こす現象を、職場や作業の状況を描いたイラストシートを使って、また、現場で実際に作業をさせたり、作業してみせたりしながら、小集団で話し合い、考え合い、分かり合って、危険のポイントや重点実施項目を指差唱和・指差呼称で確認して、行動する前に解決する訓練です。危険(キケン、Kiken)のK、予知(ヨチ、Yochi)のY、訓練(訓練、Training)のTをとって、KYTといいます。



第2問 KYTを実施する事により、ヒューマンエラーやヒヤリハットなどの事故防止につながる

【〇】KYTでは、危険予知訓練を行います。危険を予知することで、ヒューマンエラーやヒヤリハットの事故防止につながります。危険に関する情報をお互いに集め、共有化、それを解決していく中から、危険のポイントと行動目標を定め、それを潜在意識に強く訴えて、危険に対する感受性や問題解決能力を高めていきましょう。



■8月のトピックス

8月は食品衛生月間



防災週間8月30日~9月5日
(参考HP:名古屋市)



新型コロナウイルスに関する情報 (厚生労働省)

