

ホワイトカラーの企業従業員における ヘルスリテラシーとライフスタイルの関連

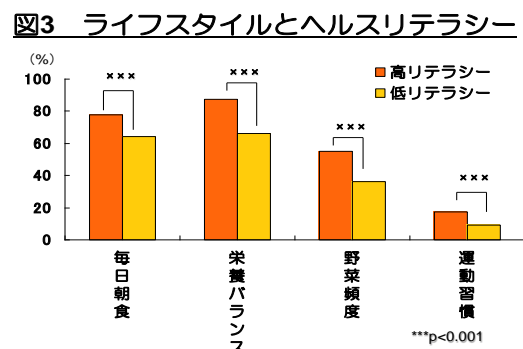
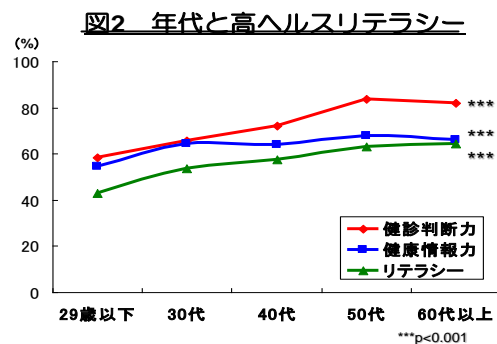
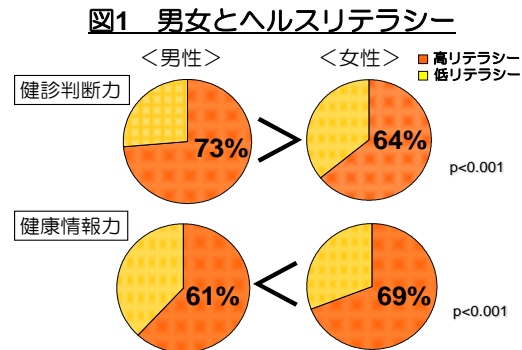
○坂本 侑香¹⁾、大石由佳¹⁾、森田 理江¹⁾、藤原章子¹⁾、福田 洋²⁾

1) 株式会社日建設計 2) 順天堂大学医学部総合診療科

【目的】 人々の健康確保を考える上で「健康情報にアクセスし、理解し、利用できる能力 (ナットビーム,1999)」と定義されるヘルスリテラシー (以下 HL) が職域においても注目されている。しかし企業での HL についての研究は不足している。本報告は、より良い産業保健サービスの提供のため、ホワイトカラーが多い企業において、HL とライフスタイルの関連について検討を行うことを目的とした。

【方法】 N設計の全従業員 2,476 名を対象に、社内 LAN を用いた自記式アンケートによる cross-sectional study を行った。HL の指標として、①「健診結果から、健康改善のためにどう行動するべきか判断することができますか? (以下、健診判断力。福田ら 1999 より一部抜粋)」②「新聞、本、テレビ、インターネット等から、自分の求める健康情報をうまく選び出せますか? (以下、健康情報力。石川ら 2008 より一部抜粋)」について 4 件法にて調査した。ライフスタイルの指標として、朝食欠食、栄養バランス、野菜の摂取頻度、定期的な運動、睡眠時間等について調査し、χ² 二乗検定により群間の比較を行なった。

【結果】 有効回答は 1,715 名 (有効回答率 68.6%)、男女比 = 78% : 21%、平均年齢 42.8 ± 11.5 歳であった。健診判断力が良好な人 (判断できる + だいたい判断できる) は 71%、健康情報力が良好な人 (できる + まあできる) は 63%、両者とも良好な人は 55% だった。男性で健診判断力が高く、年齢とともに HL は上昇し、HL とライフスタイル間にも関連が見られた。



【考察】 単一の企業の調査であること、HL の尺度の妥当性、有効回答率が 7 割程度であったこと等様々な限界が考えられるが、企業における HL とライフスタイルの関連について一定の示唆が行えた。今後も、多変量解析や縦断調査等を行い、職域でのヘルスリテラシーのさらなる活用について検討して行きたい。

【連絡先】 E-mail ; sakamoto.yuka@nikken.jp