



## “気づき力”で変化をキャッチ ちょっと先読むメンタルヘルス

著者：夏目 誠 発行：中央労働災害防止協会 定価：(1,400円+税)

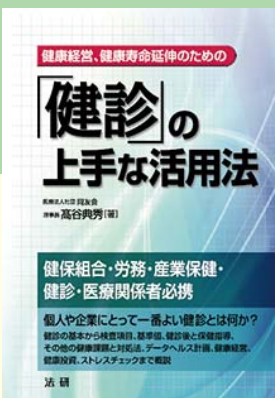
1980年代後半のバブル期、その後のバブル崩壊、そして金融危機を経て2000年以降のグローバリゼーションの波。わが国の経済界・会社組織は、好むと好まざるに関わらず多大な影響を受け変貌を遂げてきた。そしてその中で職域におけるメンタルヘルス不調者の質も量も大幅に変化してきている。

本書は39年間、10社での精神科産業医として、ひたすら職場のメンタルヘルス活動に携わってきた筆者の、膨大な経験と理論に基づいて書かれたまさに職域メンタルヘルスの秀逸の解説書であり、また入門書とも言える。とにかく読んでいてわかりやすく、また筆者の「一言アドバイス」が納得である。企業、上司、社員の変貌や変化をどのよう

に捉えてどう対応していくか、その変化に対する「気づき力」こそが、職場メンタルヘルス対策の1丁目1番地であることがよくわかる。そして日本人は今まで「就社（会社への就職）」のみしか考えてこなかったが、「就社」ではなく本当の意味での「就職（仕事を選ぶ）」こそが、グローバリゼーションの中で求められていると説く。

43の事例と81の図表での解説、また所々にエッセンスも散りばめられており、医療職でない人にもとてもわかりやすい内容となっている。その意味では日頃の職場ストレスに悩む一般社員への解説指導書でもあり、産業医や産業看護職はもとより、人事労務担当者や管理職の必携の書となっている。

廣部一彦(みずほフィナンシャルグループ  
関西統括産業医)



## 健康経営、健康寿命延伸のための 「健診」の上手な活用法

著者：高谷典秀 発行：法研 定価：(2,800円+税)

本書のタイトルを見て、最初は“よくある”健診受診者に向けた解説本だと思った。これは私の早とちりであった。内容は、健康管理全体の中で「健診」をどのように位置付け、有効に活用するか、企業や健康保険組合などで健康管理に携わる関係者にとって、健康管理戦略立案のための参考書であった。本書には、戦略立案に必要な情報として、健診に関連した医学的エビデンス、実務上の配慮事項、行政の動きなどが幅広く掲載されている。

たとえば、「健康を守るための仕組み」を扱った第4章だけでも、がん検診、特定健診・特定保健

指導、データヘルス計画、健康経営・健康投資、女性労働者の健康管理、健康の費用対効果といった具合である。一方で、第5章の「様々な健康課題とその対処法」では、高血圧、糖尿病、ピロリ菌除菌、眼の健康、ストレスチェック、検査方法の進歩、予防接種と、議論されている健康課題は、ある意味で取りとめがない。これは、限られた文字数で、読者に必要な情報をすべて与えることを目的とせず、類似の健康課題への応用力を向上させようとする著者の戦略だと理解した。表紙には、健保組合・労務・産業保健・健診・医療関係者必携と書いてあるではないか。確かにそうである。

森 晃爾 (産業医科大学産業生態科学研究所教授)