

福山医療センターにおける職員を対象とした 健康増進企画(FMC Wellness Collaboration)の取り組み

野 崎 心[†]

IRYO Vol. 74 No. 1 (28-32) 2020

要 旨

近年、企業が従業員の健康を維持し増進を図ることが生産性の向上や業績の拡大に繋がるというコンセプトが注目を浴びつつある。この度、福山医療センターでも職員を対象とした健康増進企画を「FMC Wellness Collaboration」と命名し、活動を開始した。ワーキンググループを通して多職種連携を行い、健康増進関連のセミナーの開催や、健康増進関連の情報発信を定期的に行った。職員が一体となった健康増進に向けた機運が醸成され、各部門がそれぞれの専門性を活かす多職種連携体制も構築された。

キーワード 健康増進, 多職種連携, 情報発信

1 緒 言

近年、企業が従業員の健康を維持し増進を図ることが生産性の向上や業績の拡大に繋がるというコンセプトが注目を浴びつつある。病院運営における職員の健康増進活動が経営基盤の強化に繋がるというものである。この度、福山医療センター（当院）でも職員を対象とした健康増進企画を「Fukuyama Medical Center (FMC) Wellness Collaboration」と命名し、活動を開始したので、その取り組みについて報告する。

理室スタッフの有志から発案された。本企画のスローガンを「今日笑顔に貢献する」として、その名称を「FMC Wellness Collaboration」と命名した。『FMC』は私たちが所属する福山医療センター（Fukuyama Medical Center）の英語表記の頭文字、『Wellness』は健康、『Collaboration』は協力・連携を意味する。当活動の理念は、「私たちがチカラを合わせ、職員一人一人が生き活きと笑顔で働くことのできる職場づくりを実現する」である。病院幹部からも賛同と理解を得て、平成29年1月に多職種によるワーキンググループが発足した（表1）。

2 企画の概要

当院における職員を対象とする健康増進の企画は、平成28年12月にリハビリテーション科と栄養管

3 企画の目的

①すべての職員が安心・信頼して働ける快適な職場環境を形成すること

国立病院機構福山医療センター リハビリテーション科 [†]理学療法士
 著者連絡先：野崎 心 国立病院機構福山医療センター リハビリテーション科
 〒720-8520 広島県福山市沖野上町4丁目14番17号

e-mail : nozaki.shin.va@mail.hosp.go.jp

(2018年12月17日受付, 2019年10月11日受理)

FMC Wellness Collaboration Initiatives for Staff at the Fukuyama Medical Center

Shin Nozaki, Department of Rehabilitation, NHO Fukuyama Medical Center

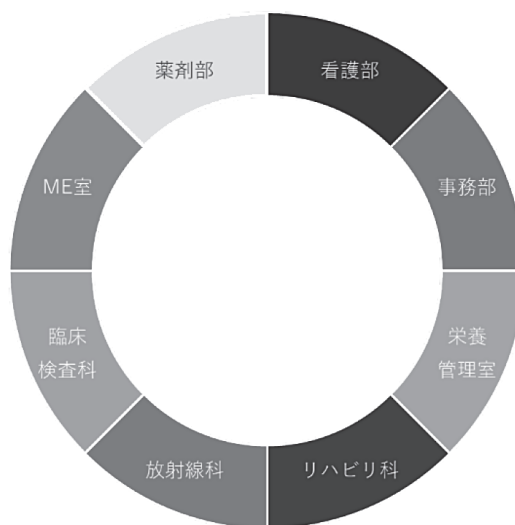
(Received Dec.17, 2018, Accepted Oct.11, 2019)

Key Words : health promotion, multi-occupation collaboration, information transmission

表1 ワーキンググループ

1)構成メンバー

看護部	1名
薬剤部	1名
事務部	1名
放射線科	1名
ME室	2名
臨床検査科	2名
栄養管理室	2名
リハビリ科	2名



2)開催頻度

毎月1回 15:00~15:30 (30分間)

表2 ウェルネスセミナーテーマ (カッコ内は担当部署と職種)

テーマ	担当部署
第1回 医療従事者のための腰痛予防対策	(リハビリ科理学療法士)
第2回 日々の疲れとさようなら!	(栄養管理室栄養士)
第3回 だれでもできる体幹筋力トレーニング実践講座	(リハビリ科理学療法士)
第4回 キャリア管理栄養士が教えます『食生活改善のためのヒント』	(栄養管理室管理栄養士)
第5回 若手理学療法士が教えます『歩きやすい靴選びのコツ』	(リハビリ科理学療法士)
第6回 漢方の知識を深めよう!	(薬剤部 薬剤師)
第7回 スポーツの秋!だからこそケガ予防!	(リハビリ科理学療法士)

②すべての職員が生き生きと業務が遂行できるよう
職員の「今日の笑顔」に貢献すること

4 活動期間

平成29年1月-平成30年10月

5 対象

福山医療センターに所属する全職員

6 活動内容と頻度

①ワーキンググループ会議

・頻度 1回/月 (30分間)

・構成メンバー

看護部1名, 薬剤部1名, 事務部1名, 放射線科1名, ME室2名, 臨床検査科2名, 栄養管理室2名, リハビリテーション科2名

②ウェルネスセミナー (表2)

・頻度 1回/2カ月 (30分間)

・講師 当院スタッフ

・テーマ 健康増進関連

・広報 全職員が閲覧可能な院内共有情報システムで情報発信を行った

③スポーツ活動や健康管理に役立つ情報発信

・頻度 随時実施

・発信者 各部署からの希望者

・主なスポーツ活動 フットサル練習会 (開催頻度: 月1回程度)



図1 第2回ウェルネスセミナー
「日々の疲れとさようなら！」
担当：栄養管理室



図2 第3回ウェルネスセミナー
「だれでもできる体幹筋力
トレーニング実践講座」
担当：リハビリテーション科

④情報発信の方法

全職員が閲覧可能な院内共有情報システムを活用し情報発信を行った

7 結果

FMC Wellness Collaborationの最初の取り組みとしては、現行の資源を活用し、ワーキンググループメンバーが中心となり、ウェルネスセミナーを開催した。ウェルネスセミナーは全7回開催され、平均参加者総数は19名（最多8部署・23名）であった。第2回ウェルネスセミナーでは、高たんぱく質飲料の試供品の試飲コーナーもあり大変好評であった（図1）。このほか、「体幹筋力トレーニング」セミナー（図2）、「歩きやすい靴選び」セミナー（図3）、「漢方の知識を深めよう」セミナー（図4）など、各専門領域で経験を重ねた講師のセミナーは、とてもわかりやすく興味深い内容で、健康管理に役立つと好評を博した。日々の生活に即した健康志向を意識し

たセミナー開催は、勤務時間外にもかかわらず、多くの部署から参集を得ることができた。

スポーツ活動や健康管理に役立つ情報として、職員同士が運動を通じて交流できるサークル活動、各部署のスタッフおすすめの地域の「ぐるめ」レストランについても紹介し、情報発信することとした。当院のレストランで提供される健康定食「福めし」や、健康食材を扱う人気店についても紹介している（図5）。さらに、「フットサル練習会」は、期間中に全11回の開催があり、平均参加者総数は10名（最多5部署・16名）であった。臨床業務後の夜間開催であるが、スポーツ愛好家の職員が集い、ともに汗を流し、笑顔が生まれるひと時を共有している（図6）。この結果、普段は関わりの少ない部署の職員同士のネットワークも活性化されたと考えている。職員の子どもや家族も参加した練習会では、大人も子どもも笑顔でゴールを目指した。当初は職員のみを対象と考えていたが、自然発生的に職員の家族も交えた健康増進活動へと拡大、展開されたことにつ



図3 第5回ウェルネスセミナー
若手理学療法士が教えます
「歩きやすい靴選びのコツ」
担当：リハビリテーション科



図4 第6回ウェルネスセミナー
「漢方の知識を深めよう！」
担当：薬剤部



図5 おすすめレストランの紹介



図6 フットサル練習会の風景

いては想定外であるが、大変喜んでいる。「フットサル練習会」については、医局の医師のニーズが思いのほか高く、多忙を極める臨床業務後ではあるが、多数参加されている。

8 考 察

以上の取り組みから得られた成果の一つとして、職員が一体となった健康増進に向けた機運が醸成されたことがあげられる。また各種の取り組みから、各部門がそれぞれの専門性を活かして「笑顔に貢献

する」共同体制を構築し、職員同士の密なネットワーク形成が促進されたことで、病院経営基盤の強化にも繋がることを期待されると考える。

9 今後の課題

今後の課題として、以下の2点をあげる。

- ①より多くの職員の参画を得るべく、職員のニーズを収集し、より即した取り組みを企画する。
- ②健康増進に繋がる快適な就労環境を整備し、病院経営力向上に繋げる。

10 終わりに

FMC Wellness Collaborationが、職員一人一人の今日の笑顔に貢献できるよう、これからもより一層、積極的に取り組んでいきたい。