



# 健康

経営者・従業員のための

## ひとくちメモ



(公財) 福井県健康管理協会

県民健康センター所長 田中 正樹

### 定期健康診断からはじまる健康管理

健康管理は、私たちの生活において欠かせません。その中でも、労働者にとって特に重要なのが、定期健康診断の受診です。

#### 【健康診断の実施と受診は法的義務】

労働安全衛生法に基づき、事業者には定期健康診断の実施が義務付けられています。同時に、労働者にも健康診断の受診が求められています。受診を怠ることで不利益が生じる可能性があります。

#### 【健診未受診のリスク】

健康診断を受けないことで様々なリスクが生じます。就業規則に「健康診断受診義務」が明記されている場合、正当な理由なく受診を拒否した労働者に対して、懲戒処分が科されることがあります。これは、企業が労働者の健康管理を怠らないための措置です。

次に、労働災害が発生した際に、健康診断の結果が重要な証拠となることがあります。定期的な健康診断を受けていないと、労災認定が難しくなることがあり、その結果、適切な補償を受けられないリスクがあります。

ます。

さらに、労働環境が原因で健康被害が発生し、損害賠償を請求する場合などに、定期健康診断を受けていないと、自己管理の不備と見なされることがあります。そのため、賠償金が減額されることがあり、経済的な不利益を被ることになります。

#### 【受診者側のメリット】

一方で、定期健康診断を受けることには多くのメリットがあります。まず、受診者には費用がかからず、その時間分の給与も会社から支払われることが望まれています。これは、経済的な負担を感じることなく健康管理ができる大きな利点です。

また、定期健康診断を受けることで、様々な病気を早期に見出すことができます。例えば、高血圧や糖尿病といった生活習慣病、さらにはがんなどの重大な疾患も、早期に見出すことで治療が容易になり、健康リスクを減らすことができます。

さらに、健康診断の結果を基に生活習慣を見直すことができるため、健康状態のモニタリングが可能です。毎年の健康診断結果を蓄積する

ことで、健康状態の変化を長期的に把握し、早めに対応することができます。これにより、疾病の悪化を防ぎ、健康な生活を維持することができます。

#### 【健康診断の受診は健康への投資】

健康診断は、単なる義務ではなく、積極的に活用すべきものです。受診結果を元に、生活習慣の改善や健康増進に取り組むことで、より健康で充実した生活を送ることができます。定期健康診断の受診を通じて、未来の安心を築いていきましょう。

### 定期健康診断は年に1度の邂逅



- 健康リスクの把握
- 生活習慣の見直し
- 追加検査や治療の受診
- 定期的なフォローアップ
- 健康教育と啓発