

## 在宅勤務の普及で求められる新たな健康管理

### ◆在宅勤務の普及で高まる新たな健康リスク

新型コロナウイルス感染拡大防止策として在宅勤務制度が急速に広がっている。2018年の導入率は2割にも満たなかったが、東京都では20年4月の時点で62.7%と3月と比較すると38.7ポイント急増した。一方、在宅勤務の普及に伴い社員の健康管理に新たな課題が浮上している。

健康関連事業を展開するリンクアンドコミュニケーションが6月に発表した調査によると1日当たりの歩数が減り、会社員の約6割が1月と比較して体重や体脂肪率が増えている。このまま運動不足が続くと糖尿病や高血圧などの生活習慣病の発症リスクが高まるという。

東京海上日動の関連会社が従業員向けに実施した調査では、約4割が通勤などの移動の減少による身体活動の低下や間食、飲酒量の増加で体の健康に不安があると回答し、約3割が仕事環境の変化によるストレスや社内コミュニケーション不足で閉塞感や孤独感を覚えるなど、心の健康にも不安があると回答している。

### ◆社員向けの健康管理サービスやプログラムの提供が開始されている

在宅勤務の健康課題を解決するために新サービスやプログラムが登場している。電通は5月末から企業向けに運動不足解消や企業内のコミュニケーションを支援するライブ配信型のプログラム「リモスポ」の提供を開始した。世界で活躍するアスリートと1回30分の運動や心身リフレッシュや社内コミュニケーションを活性化するプログラムを共同で開発し、始業前や昼休みなどに配信する。

医療分野のデータサービスを手掛けるウェルビーは、企業側が社員の健康状態を把握できるスマホアプリの提供を開始した。社員が体温や勤務状況、新型コロナ関連の症状などを入力すると産業医が適切な対応を指示する。医療機関とのデータ共有も可能で、5月下旬までに数百社が採用している。

在宅勤務は、新型コロナウイルス感染拡大で導入が加速している。健康管理の場は「職場」だけでなく「家庭」など遠隔地にも広がる可能性がある。企業は健康管理についても新たな考え方や手法が求められる。 【新井佳美】