



健康管理士の資格取得を機に、事務所を創業 企業の「顧問健康管理士」として健康経営をサポート



今回ご紹介するのは、「健康管理士」の資格取得を機にコンサルティング事務所を創業され、健康経営を推進する企業のサポート事業を行っている及川寿彦さんです。

Q. 健康管理士の資格に興味を持ったきっかけ、選んだ理由を教えてください。

病院の事務長を務めていた時代、観光バスの運転手が運転中に脳梗塞などを発症し、事故を起こしたことで、運転手も乗客も死亡するというような悲惨な健康起回事故が多発しました。私は、国土交通省に問い合わせをし、国の安全政策について進言しました。後日、安全政策課の課長と面談の機会を得たところ、私が病院に勤めていることや熱心に話すことを受け入れてくださり、国土交通省健康起回事故対策協議会を立ち上げるので委員にならないかとの要請を受け、引き受けることになりました。

協議会メンバーには医師や医療関係者がおられ、バス会社の運転手への健康指導も行うことになったのですが、私は医療関係の資格を持っていないため、自発的に資格取得が必要と考えいろいろ調べているときに、「健康管理士」資格がピッタリだと直感しました。また、周りの医療従事者からも「健康管理士の業務領域は医師・保健師から見ても一番親和性が高い」と励まされ、チャレンジしました。

通信教育を始めたとき、健康管理士の学習領域が広いことに驚きました。同僚からも保健師と同じくらいの幅広い領域だと言われ壁の高さも感じましたが、同時に魅力的な資格だとも思いました。合格までには、通信教育の丁寧な添削や合格対策講座でのわかりやすい講義などがあり、きめ細かくサポートしていただいたことに感謝しています。資格取得後、時々「先生」と呼ばれることが多くなってきて、恥ずかしいので先生はやめてくださいね(笑)と談笑しています。医師や国家資格をお持ちの皆様方からいい資格だねと言われるのが励みにもなり誇りになります。



〈顧問先の社員に向けた講演風景〉

Q. 健康管理士の資格を取得された後、どのように活動されていますか？

資格取得後に、及川健康管理士事務

所を立ち上げました。以来、「顧問健康管理士」として企業と契約をし、健康経営を推進するサポート事業を行っています。契約先第一号は、やはりバス会社・トラック会社として、運転手の健康起回事故防止のための健康管理が主な仕事です。現在では、塾やIT、建設、警備会社など幅広い企業の顧問先となっています。



〈顧問先・担当者との打合せ風景〉

健康管理士の資格を取得した当時と「健康経営」が注目され始めた時期が重なります。健康経営とは、いわゆる「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んで行く経営手法」ですが、この推進に欠かせないのが健康管理士の資格です。健康管理士の肩書きは、企業の社長の皆様から医療関係者の一人として認知していただいていますので、健康経営推進の大きな原動力になりました。

弊社の主力業務のひとつに「身体の健康管理」の推進があります。具体的には、従業員全員の健康診断結果表を預かって分析して、結果の悪い順から医師の指示に基づいて健康改善面談を全員に行います。この業務を担当する医療チームは「医師・保健師・管理栄養士・産業カウンセラー・健康管理士」などで構成されているのですが、チーム全体のコーディネーター役は健康管理士です。医師にとっても健康管理士の方がバランスのいい立ち位置だと感じているようです。

健康管理士の資格が活かされていると実感していることは数多くありますが、特にお客様から「健康に関する専門家だから安心」と言われていることです。しかも医師からも激励をいただくので「期待に応えなければ」と意欲が益々湧いてきます。健康管理士として医療チームに加わり活動できることに感謝しながら、一次予防の普及と生活習慣病改善に全力投球の毎日です。

Q. 健康に暮らすために、ご自身のライフスタイルで気を付けていることを教えてください。

この仕事を続けていますと、どう見ても健康体でなければお客様への説得力はありませんね。私は60歳を超えましたがお腹がポコンと出るわけにはいきません。健康管理士資格取得後あたりから、少なくとも毎週1回90分のウォーキングやランニングは欠かさないよう努めています。しかしながら正直、昨今のコロナ問題で運動を怠りがちになりまして、先日お客様のところへ伺いましたら「あれ、すこし太った?」と聞かれ、ドキッですね。実際コロナ禍で1kg増えていたことを見逃さないのは、さすが弊社顧問先の健康経営優良会社の社長でした。それから、コロナ禍であろうと目覚めて、ウォーキングを再開しています。また、快適な睡眠・適切な飲酒・食物繊維中心の食事など、健康管理士に相応しい食生活・生活習慣に努めています。

Q. 健康管理士として、今後はどのような方向性で活動をしていきたいとお考えですか。

健康管理士の活躍が、我が国の予防医学の発展に繋がると確信しています。私は予防医学を標榜する産業医とタイアップして、更に多くの企業と顧問契約を締結し、本来あるべき「一次予防」を企業内で実現することに邁進してまいりたいと思います。

一次予防の原点は、本人が健康に対して如何に自覚を持つかです。いかに有能な医師でも、本人がその気にならなければミッションは遂げられません。残念ながら現場ではまだまだ自覚が足りない方が多い現状です。私たちは、本人の自覚の醸成を重要な課題とし、この壁を乗り越えて成功体験を多く持つことが予防医学普及の糸口になると信じて邁進して行く所存です。



〈顧客先での研修風景〉