

## 第6回 女性の健康支援

日本総合研究所 創発戦略センター  
ESGリサーチセンター スペシャリスト 小島 明子



コロナ禍の影響で、自宅で食事をする機会が増えました。特に炊事の分野で「男性の家事参画」が一向に進まないわが家では、在宅勤務の夫の健康は私に委ねられていると言っても過言ではありません。残業して帰宅後、夕食に加えて夫が昼間食べる作り置きを準備し、翌朝寝坊して朝食抜きで出勤することもしばしば。企業での支援が進むことはもちろんですが、個人的にはまず家庭内での「女性の健康支援」が進んでくれることを切に願うばかりです。(編集部・20代女性)

## 1. はじめに

第5回では、男性の家事参画について取り上げました。結婚・出産を理由に離職する女性を減らし、子育てが一段落した女性が再就職しやすい社会にしていく上では、家庭内での女性の家事負担を減らすことが求められます。少子高齢化に伴い、労働人口が減少する日本社会において、女性の活躍を推進していくことは、重要な社会的課題の一つといえます。女性の活躍を推進していく上では、男性の家事参画のほかに、職場内で女性が働きやすい環境をつくることも必要です。最近では、仕事と家庭の両立支援にとどまらず、女性従業員の健康問題に着目をした支援を行う企業も出始めています。そこで、第6回は、「女性の健康支援」について取り上げます。

## 2. なぜ健康経営が重要視されているのか

女性の健康支援を行う企業が出てきた背景には、健康経営への関心の高まりが挙げられます。経済産業省のホームページでは、健康経営について、「従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること」であり、「企業理念に基づき、従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織

の活性化をもたらし、結果的に業績向上や株価向上につながると期待されます」と説明されています。生産性の高い働き方を実現するためには、従業員が健康を維持・改善しながら働ける職場環境づくりが求められているのです。

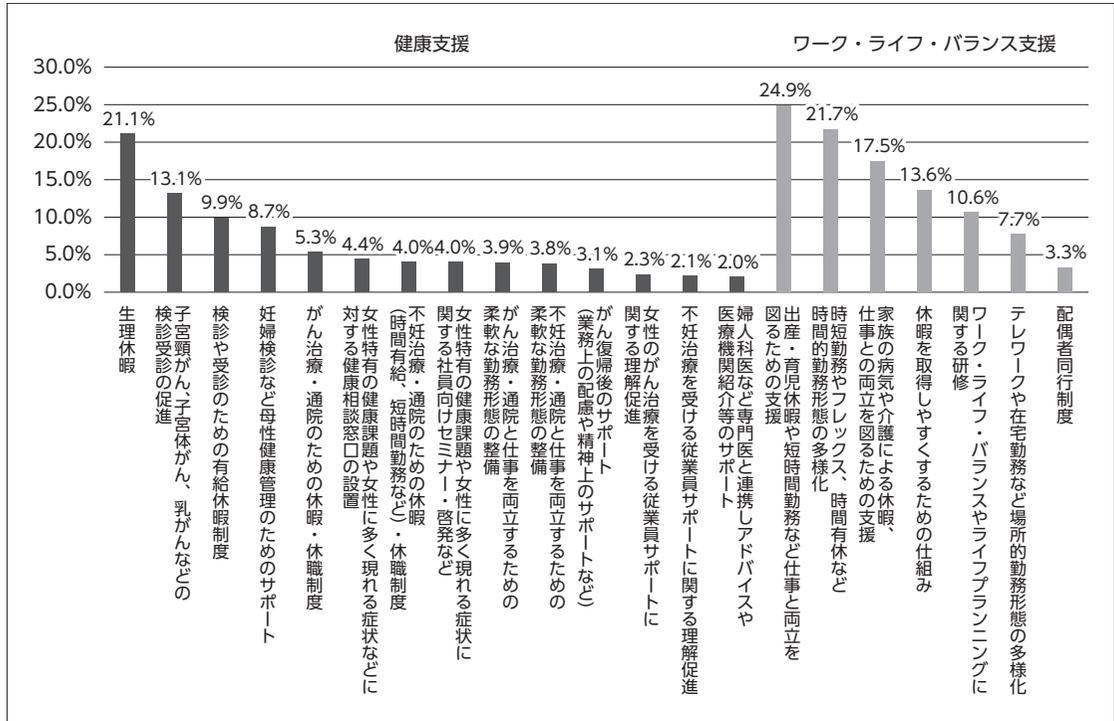
健康経営に関連してよく使われる用語に、「プレゼンティーイズム」と「アブセンティーイズム」があります。「プレゼンティーイズム」とは、職場に出勤はしているものの、何らかの健康問題によって、従業員の業務の生産性が間接的に低下している状況を指しています。一方、「アブセンティーイズム」は、既に、健康問題が発生していることによって、遅刻や早退、欠勤や休職など、業務自体が行えない状況を指しています。

健康経営に取り組むことは、従業員が「プレゼンティーイズム」および「アブセンティーイズム」の状況になることを防ぎ、結果として企業の生産性低下を未然に防ぐことにもつながると期待されているのです。

## 3. 女性の健康支援に取り組む企業の動向

では、健康経営を行う上で、企業は女性従業員に対して、具体的にどのような取り組みを行っているのでしょうか。経済産業省「平成29年度健康寿命延伸産業創出推進事業（健康経営普及推進・環境整備等事業）調査報告書」では、働

【図表1】勤務先における「働く女性」に対するサポート・配慮の有無（全体）



出所：経済産業省「平成29年度健康寿命延伸産業創出推進事業（健康経営普及推進・環境整備等事業）調査報告書」

く男女を対象に、勤務先で「働く女性」に対してどんなサポートが行われているかについてアンケート調査を行っています【図表1】。

「ワーク・ライフ・バランス支援」と「健康支援」の区分で比べると、「ワーク・ライフ・バランス支援」に関する取り組みは、7項目のうち2項目を除いて1割を超えています。一方、「健康支援」に関しては、1割未満の取り組みが多く存在しています。

2つの区分全体で見ると、企業が行っている取り組みとしては、「出産・育児休暇や短時間勤務など仕事と両立を図るための支援」(24.9%)が最も多く、続いて「時短勤務やフレックス、時間有休など時間的勤務形態の多様化」(21.7%)、「生理休暇」(21.1%)となっています。

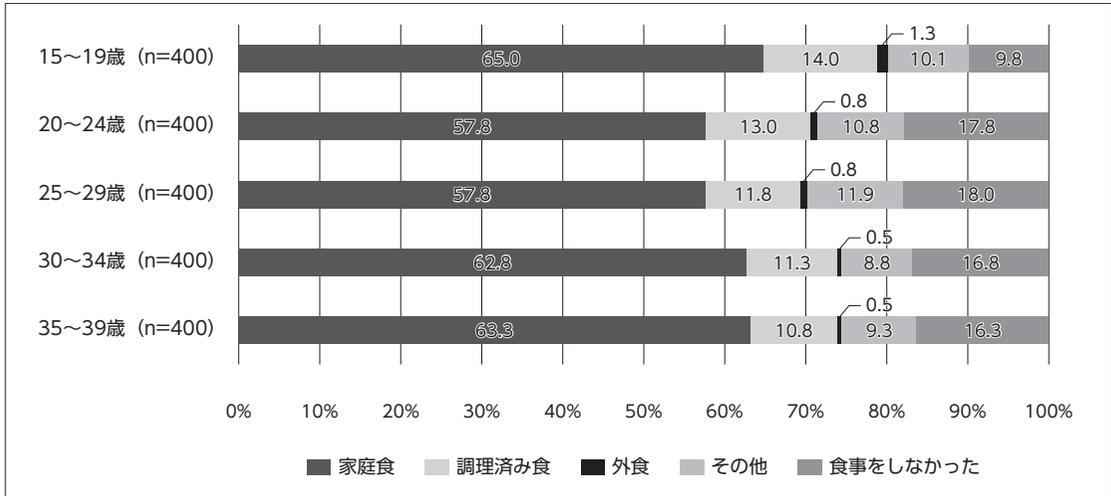
全体的に見てみると、女性のワーク・ライフ・バランス支援制度に対する取り組みに比べ、女性の健康支援は取り組むべき余地が十分残されていると感じます。

## 4. 日本社会が取り組むべき女性の栄養・食生活の向上

前述した経済産業省の調査によれば、企業が行う女性の健康支援においては、生理休暇や婦人科検診など、婦人科系特有の健康課題に対応した取り組みが中心になっていることが特徴的です。しかし、海外のデータと比較すると、日本の女性の重要な健康課題の一つが栄養・食生活の向上であることが分かります。

OECDの2018年のデータによれば、日本の低出生体重児（2500グラム未満）の割合は、ギリシャに次いで2番目に多いことが明らかになっています。低出生体重児が多い主な理由の一つとしては、若い女性の「やせ」（低体重）の問題が挙げられます。「やせ」とは、体重を身長の高さの二乗で割って算出を行う「体格指数」であるBMIが18.5未満の場合を指します。厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査」によれば、「やせ」の女性は15～19歳で21.0%、20～29歳で20.7%、

【図表2】朝食の摂取状況・妊娠経験のない女性（単一回答）



出所：株式会社日本総合研究所「平成30年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業 妊娠・出産に当たっての適切な栄養・食生活に関する調査研究報告書」

30～39歳で16.4%であり、若い年齢の女性ほど割合は多くなっています。

妊娠前に「やせ」であった女性では、「普通」体型の女性に比べて、早産や低出生体重児を出生するリスクが高くなることが懸念されています。これは、「痩せている女性が美しい」という憧れから、無理なダイエットを行ったり、栄養や食生活に対する正しい知識が少なかったりすることで、必要な栄養を十分に摂取していないのが原因と考えられます。

株式会社日本総合研究所「平成30年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業 妊娠・出産に当たっての適切な栄養・食生活に関する調査研究報告書」によれば、妊娠経験のない20代および30代の朝食の欠食状況は15%以上に上ります【図表2】。加えて、「現在の食生活の向上」に関する実践度については30%未満にとどまっており、若い年代ほどこの傾向が顕著であることが明らかになっています。

最近では、女性従業員に向けた健康に関するセ

ミナーを通じて、栄養や食生活に関する情報提供を行う企業も出てきています。今後も女性の栄養・食生活向上の重要性を認識し、支援を行う企業が増えていくことが必要だと考えます。

## 5. 最後に

日本社会においては、女性の活躍推進と少子化対策は、いずれも重要な課題となっています。2020年9月に発足をした菅内閣が、少子化対策の一環として不妊治療の保険適用拡大を掲げたことで、不妊治療と仕事が両立しやすい職場環境づくりへの関心は高まっていると感じます。

しかし、長期的な視点で見れば、不妊治療の支援にとどまらず、将来、妊娠・出産を希望する際に、それに適した健康的な体づくりができるように、女性の栄養・食生活の向上に向けた支援を行っていくことも、企業に求められる重要な役割だといえるのではないのでしょうか。



こじま あきこ 株式会社日本総合研究所 創発戦略センター／ESGリサーチセンター スペシャリスト。CFP®認定者、1級ファイナンシャル・プランニング技能士。金融機関を経て、株式会社日本総合研究所に入社。環境・社会・ガバナンス（ESG）の観点からの企業評価業務に従事。その一環として、女性を含む多様な人材の活躍推進に関する調査研究、企業向けに女性活躍や働き方改革推進状況の診断を行っている。主な著書に『女性発の働き方改革で男性も変わる、企業も変わる』（経営書院）、『「わたし」のための金融リテラシー』（共著・金融財政事情研究会）。