FUJITSU頭痛プロジェクトについて

五十嵐久佳1)、坂井文彦2)
1) 富士通クリニック　内科（頭痛外来）
　富士通株式会社　産業医
2) 埼玉精神神経センター・埼玉国際頭痛センター

© 2022 Fujitsu Limited

背景

2018年に、国際頭痛学会、WHO、日本頭痛学会との4者共同研究として、社内で**「労働者における慢性頭痛による就業への支障度調査」**を実施した。頭痛のある従業員の健康関連QOLスコア は、日本全体の標準よりも低下していることが明らかになり、頭痛による仕事や生活への支障度は予想以上に深刻で、当社が頭痛対策プログラム「FUJITSU頭痛プロジェクト」に取り組むきっかけとなった。

※後日英文雑誌に掲載された(Shimizu et al: J Headache and Pain 2021.22(1),29)

■頭痛の実態

調査対象2,500人のうち**85%**が頭痛を自覚

そのうち**84%**は治療経験がなかった。

■頭痛による休業やパフォーマンス低下における経済的損失

頭痛のある**従業員1人当たり年間10万円**

全従業員に換算すると**年間26億円**（年間給与支給総額の約1%相当）

© 2022 Fujitsu Limited

FUJITSU頭痛プロジェクト

頭痛の実態調査結果をきっかけに富士通では健康経営の一環として「FUJITSU頭痛プロジェクト」を立ち上げ、国際頭痛学会、日本頭痛学会と共同でe-Learning教材やその後の取り組みを開発した

1.プロジェクト実施期間：2019年7月～2022年2月
2.対象者：国内の当社グループ従業員　約7万人
3.実施内容：e-Learning「頭痛の正しい知識と対処法」
オンデマンド形式のビデオセミナー
オンライン頭痛相談など

© 2022 Fujitsu Limited

FUJITSU頭痛プロジェクト

富士通グループでは、eラーニングに引き続き、頭痛セミナー、頭痛相談、専門医への紹介、頭痛教室、グループワーク、体操教室などのプログラムを実施

eラーニング

すべての人が頭痛の基礎的な知識を習得

頭痛セミナー

テーマ別のビデオセミナーで詳しく知る

頭痛相談

頭痛の自覚のある人を対象とした専門医による面談

職場環境

誰もがいきいきと働ける職場環境づくり

専門医紹介

頭痛教室

各自にあったプログラム提供

頭痛体操・ヨガ

患者会

© 2022 Fujitsu Limited

2020年度全社健康教育

FUJITSU

FUJITSU頭痛プロジェクトについて

2020
健康経営優良法人
Health and productivity
ホワイト500

監修　坂井文彦　（埼玉国際頭痛センター長）
五十嵐久佳　（富士通クリニック）
David Dodick　（Mayo Clinic, USA）

五十嵐久佳1)、坂井文彦2)
1) 富士通クリニック　内科（頭痛外来）
富士通株式会社　産業医
2) 埼玉精神神経センター・埼玉国際頭痛センター

IHS International Headache Society | GPAC Global Patient Advocacy Coalition

The Japanese Headache Society
Welcome to the Japanese Headache Society

World Health Organization

© 2022 Fujitsu Limited

e -Learning結果

FUJITSU

■ **実施期間**　本体2020年10月～12月　/グループ2021年4月～6月

■ **受講者数**

	対象者数	修了者数	修了率
本体	34,161名	30,466名	89.2%
グループ	46,998名	42,966名	91.4%
全体	81,159名	73,432名	90.5%

■ **有益性**

（受講後アンケート）

■ **コメント**

- 頭痛持ちの方の苦労や対処方法について理解できたことは有意義だった
- チーミング（絶え間なくチームワークを実践し続ける）のために、そして個人のパフォーマンス発揮のために、非常に有用だと感じた。
- 頭痛の辛さは周囲に理解しがたいので、ありがたいと思いました。

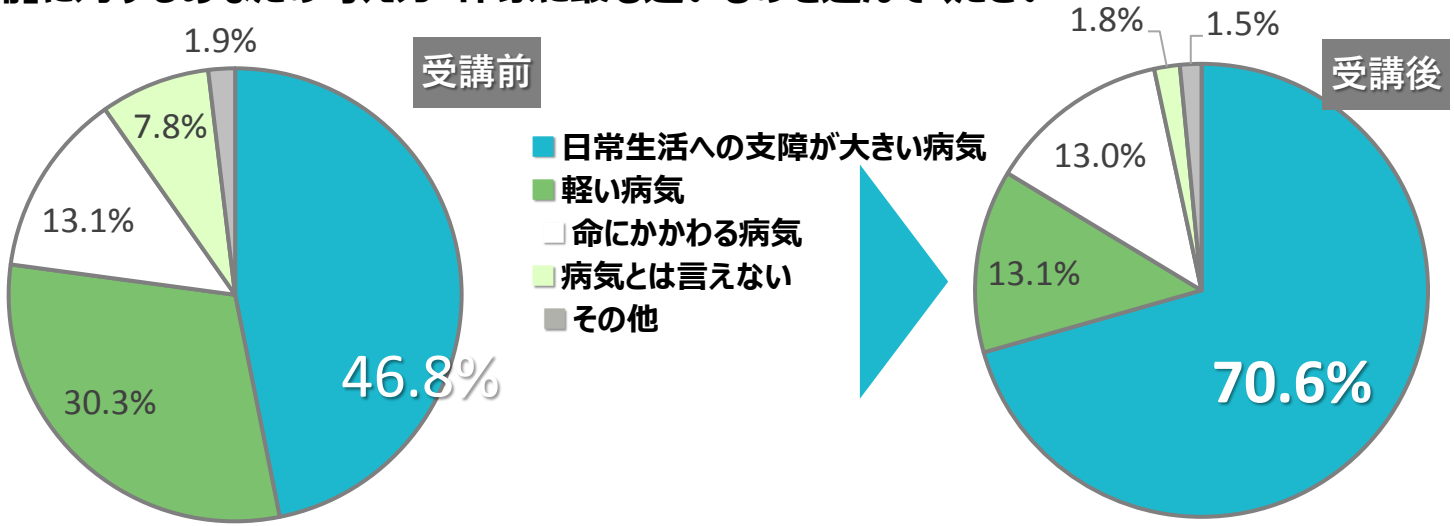
© 2022 Fujitsu Limited

e-Learningによるマインドチェンジ

FUJITSU

富士通グループ全体73,432名の回答全体の72.5%が本研修により、頭痛の考え方や印象が変化したと回答。「日常生活への支障が大きい病気」が70.6%で最も大きい比重を占めた。「頭痛のある同僚への接し方が変わりそう」と回答した人は全体の76.9%に及んだ。

◆「頭痛」に対するあなたの考え方・印象に最も近いものを選んでください

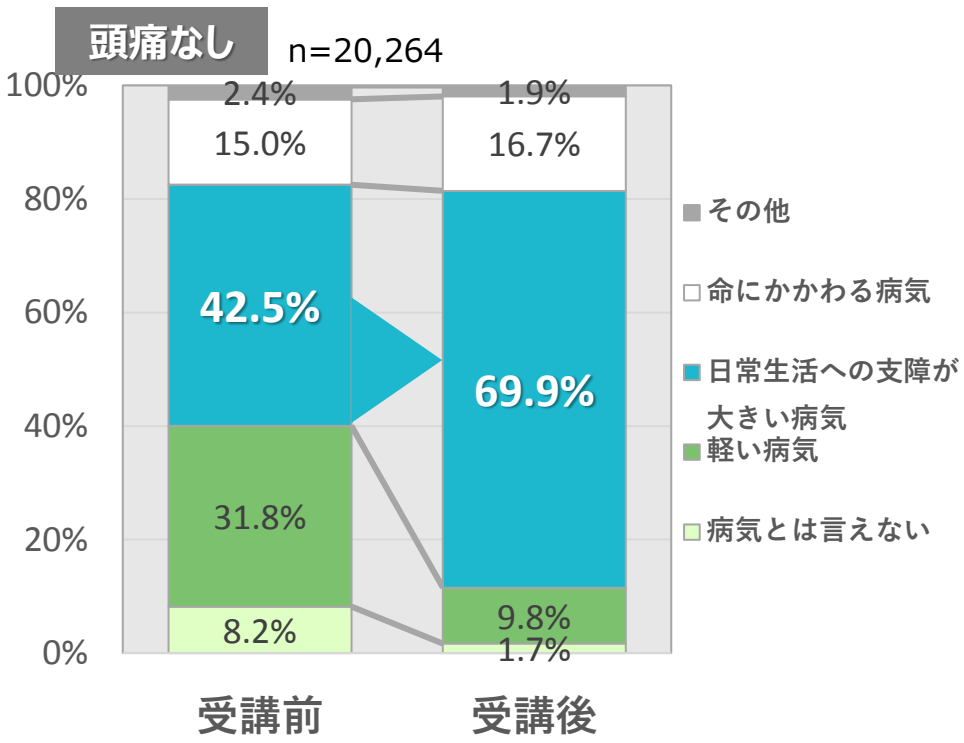


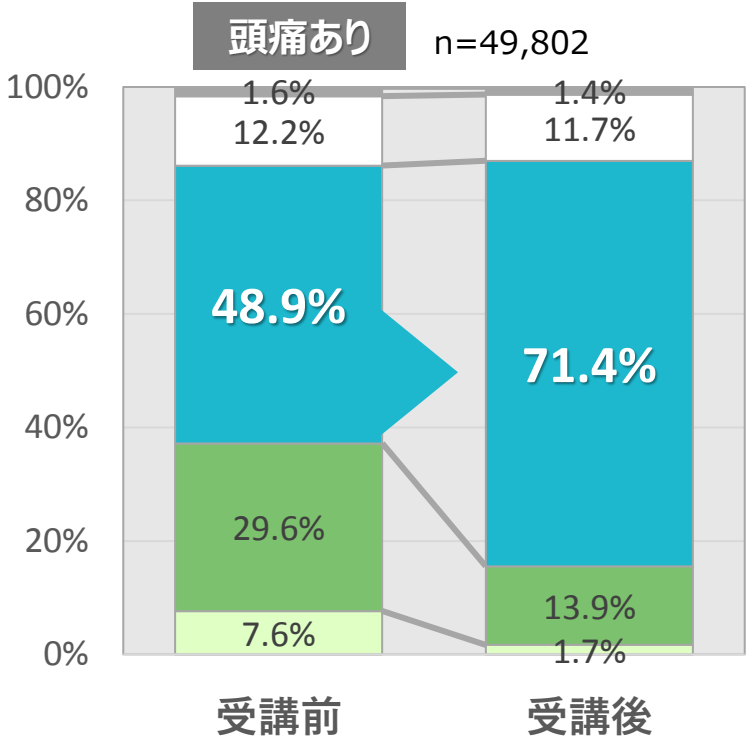
© 2022 Fujitsu Limited

eラーニングによるマインドチェンジ　グループ全体

FUJITSU

◆「頭痛」に対するあなたの考え方・印象に最も近いものを選んでください





© 2022 Fujitsu Limited

頭痛相談

FUJITSU

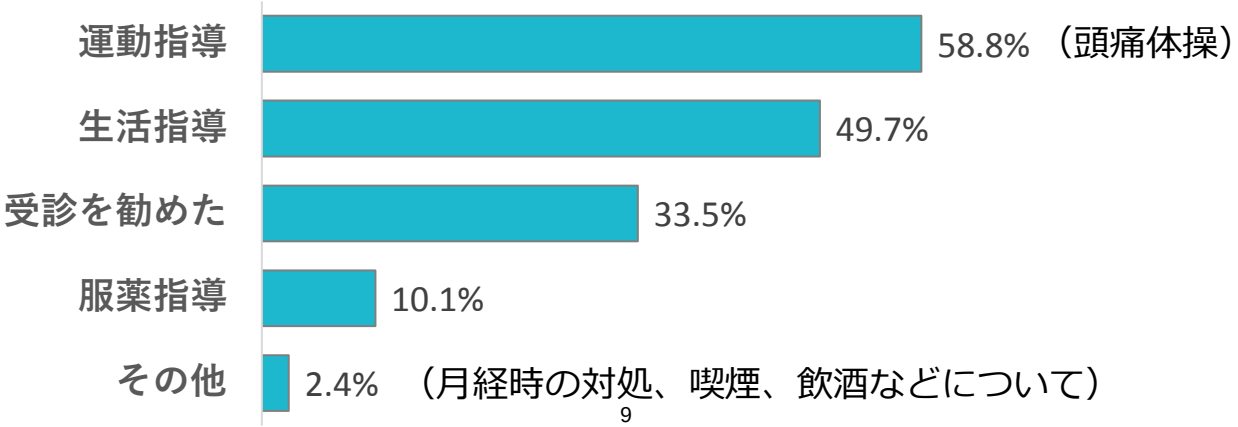
頭痛専門医が頭痛の状態や、生活・仕事への支障度を聞き、頭痛タイプの診断、治療法、生活改善、運動指導など個人に合った頭痛解消法を提案する。頭痛を改善し、頭痛によるQOLや労働生産性が向上することを目指し、家族・部下や同僚の相談も可能とする。

■ **実施期間**　2021年2月24日～2022年2月18日

■ **相談者数**

対象者数	相談者数
73,432名	376名

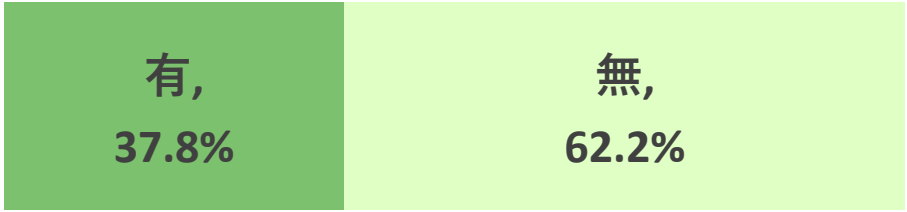
■ **指導項目**



© 2022 Fujitsu Limited

頭痛相談

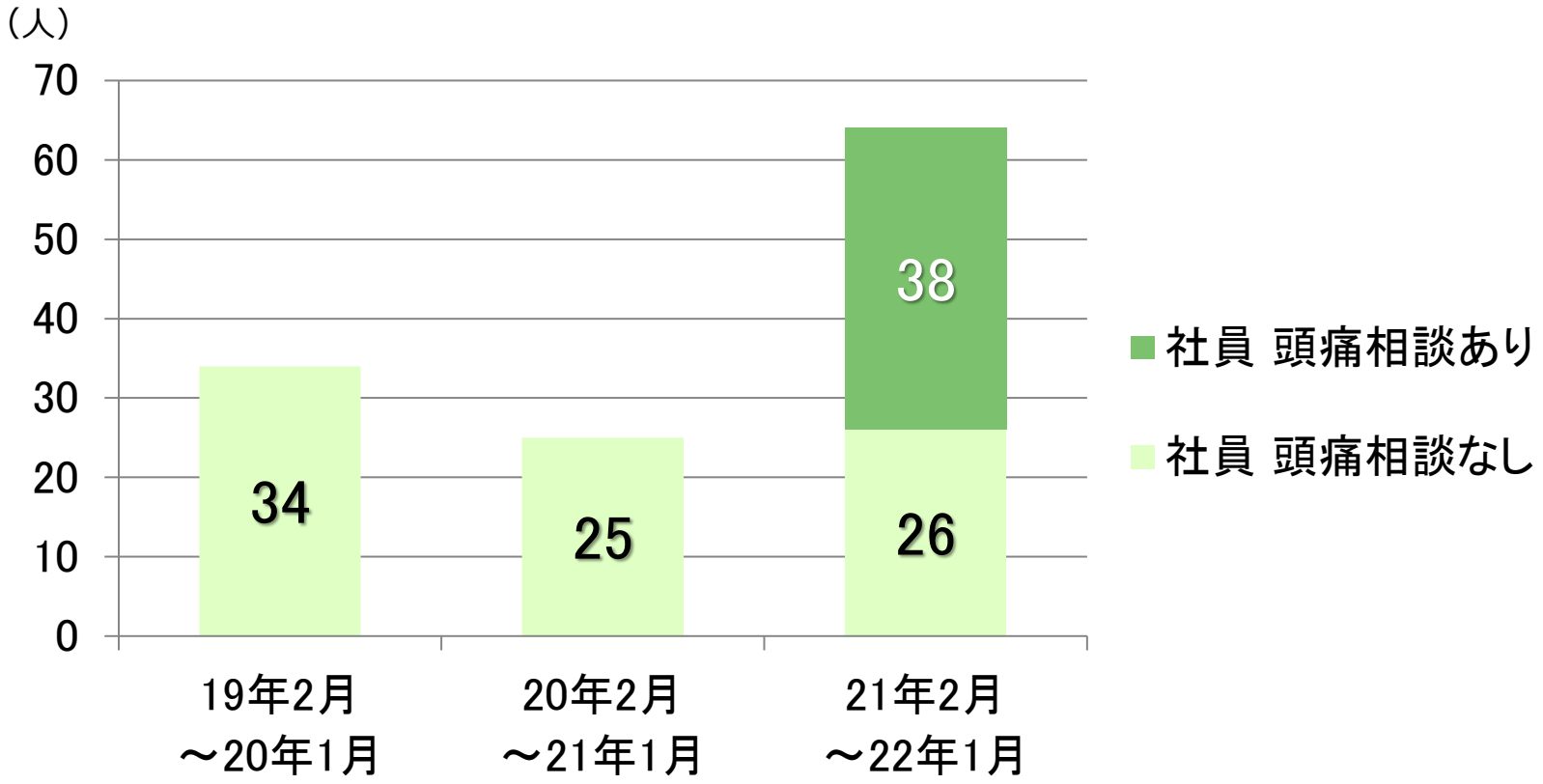
■ 頭痛相談前の受診有無



■ 頭痛相談においての受診勧奨有無

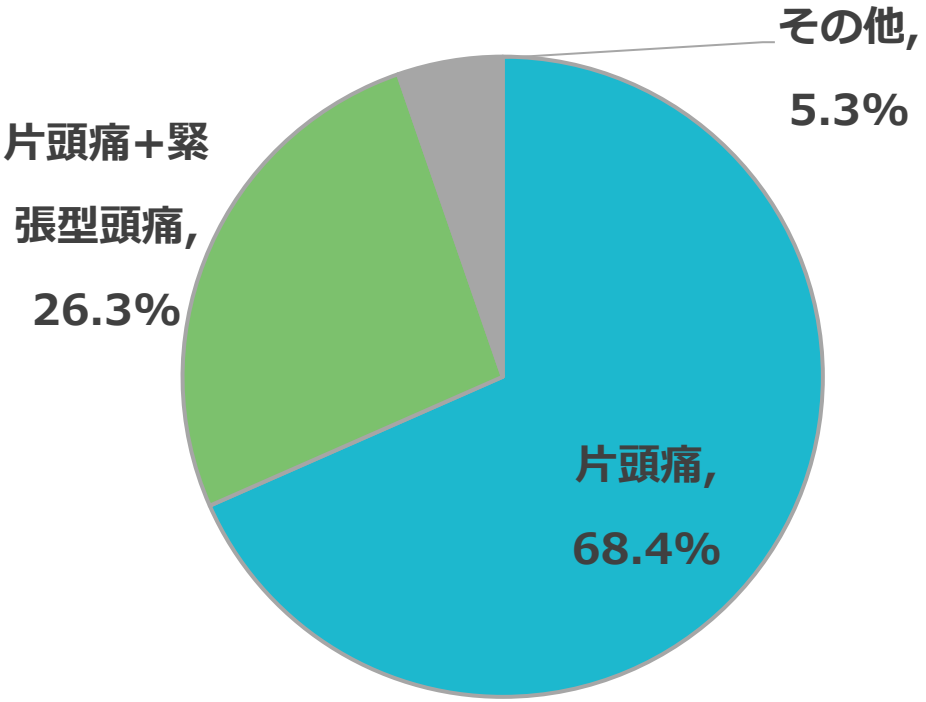
© 2022 Fujitsu Limited

富士通クリニック頭痛外来 初診患者数の推移（社員）



© 2022 Fujitsu Limited

頭痛相談後に受診した社員の診断



n=38
片頭痛には疑い例を含む

© 2022 Fujitsu Limited

30代男性　前兆のない片頭痛

FUJITSU

- 5歳頃から頭痛あり、月に1-2回学校を休むこともあった。
- ロキソプロフェンを服用し楽にはなるが頭痛は消失しない。
- 高校生の頃受診し、頭部MRI異常なく、緊張型頭痛と診断された。
- 頭痛日数が多いため2021年3月頭痛相談を受けた。
- 2021年4月19日受診。3月は16日、4月は受診時までで7日頭痛あり。HIT-6：70点。ロメリジン、スマトリプタン処方
- 予防薬開始後頭痛日数減少（月に15日以上→受診後1ヵ月；11日→2ヵ月；6日→3ヵ月；4日　受診半年後には頭痛ほとんどなく、ロメリジン中止。
- MIDAS:　頭痛相談前84点　頭痛相談6カ月後3点
- 頭痛相談6ヵ月後の患者さんのコメント：頭痛予防薬の存在がすごく大きな助けになりました。

© 2022 Fujitsu Limited

40代女性（社員家族）　前兆のない片頭痛

FUJITSU

- 25歳頃から前兆のない片頭痛あり、嘔吐を伴うこともあった。
- 他院で頭部MRI検査受け異常なし。
- 夫の勧めで頭痛相談受けた。
- 2021年11月富士通クリニック受診。頭痛日数多いが、妊娠希望あり、漢方薬、ナラトリプタン、ナプロキセン処方
- 受診3か月後の感想
  - 頭痛ダイアリーを付けて、自分がどれくらい頭痛に悩まされているか認識した。
  - 呉茱萸湯開始後頭痛日数減少し、強い痛みも減った。頭痛のことを考えずに生活できるようになり、予定が立てられるようになった。
  - もっと早く受診すればよかった。頭痛がこんなによくなることを知らない人が多いのではないかと思う。治療できるということをもっと多くの人に知ってほしい。
  - 診てくださった先生、頭痛プロジェクトを企画してくれた富士通、頭痛相談を申し込んでくれた夫にとても感謝している。

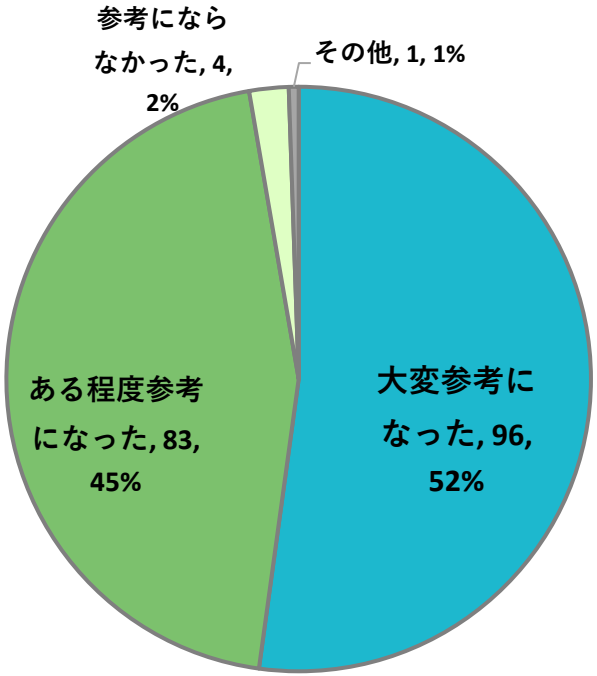
© 2022 Fujitsu Limited

頭痛相談後6か月後の問診票

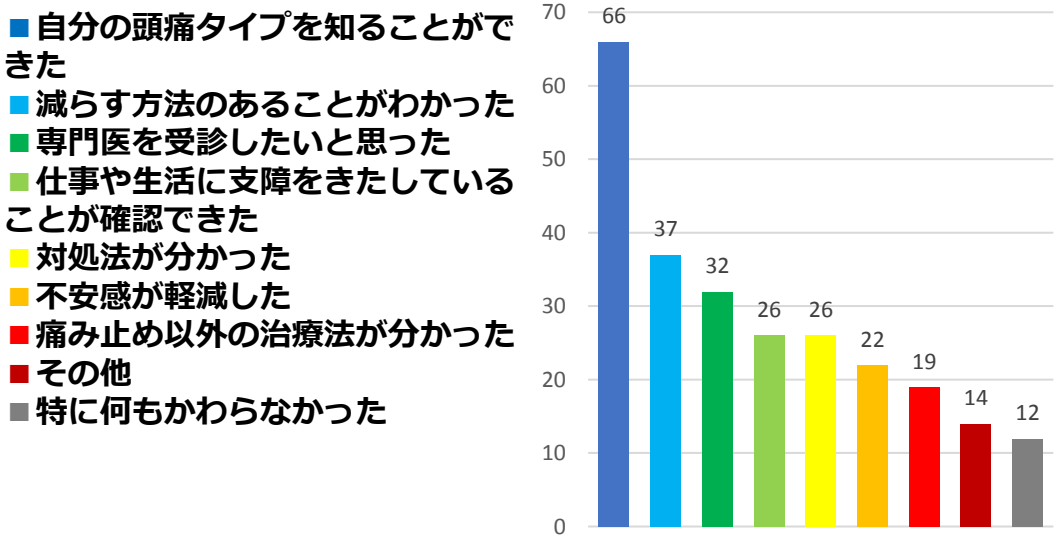
FUJITSU

■ **対象者：2021年8月までに頭痛相談を実施した184名**

頭痛相談をお受けになっていかがでしたか？



頭痛相談で分かったことがありましたか？



© 2022 Fujitsu Limited

健康経営度調査

経済産業省が取り組んでいる健康経営度調査において、2021年調査票「従業員への教育について」の項目に、新たに 「片頭痛・頭痛」の項目が追加された。

3.制度・施策実行 ②健康経営の実践に向けた土台づくり

Ⅰ. ヘルスリテラシーの向上

★◎ Q42.従業員の健康意識の向上を図るために、健康保持・増進に関する教育をどのように行っていますか。（いくつでも）

◆Eラーニングやウェビナー等での実施を含みます。
◆啓発書類の配布・イントラ掲示やメルマガ配信等、単なる情報提供は除きます。
◆保健指導は除きます。Q48でご回答ください。
◆女性の健康課題に特化した教育は除きます。Q53でご回答ください。
◆たばこに特化した教育は除きます。Q62でご回答ください。

- 1 社内担当者による研修・セミナー
- 2 社外講師による研修・セミナー
- 3 Eラーニングによる研修
- 4 その他
- 5 特に行っていない ⇒不適合

SQ1.（Qで「1」～「4」のいずれかとお答えの場合）どのような内容の教育を行っていますか。（いくつでも） また、そのうち特に重視しているものを1つだけお答えください。

- 1 メンタルヘルス
- 2 がんの予防
- 3 運動奨励
- 4 食生活・栄養
- 5 睡眠
- 6 片頭痛・頭痛
- 7 肩こり・腰痛
- 8 目の健康（ドライアイ等）
- 9 歯と口の健康
- 10 メタボ対策
- 11 感染症対策
- 12 その他

特に重視：

© 2022 Fujitsu Limited

富士通の健康経営について

富士通株式会社　健康推進本部
健康事業推進統括部長　東　泰弘

© 2022 Fujitsu Limited

富士通グループ健康宣言（2017年８月１日制定）

FUJITSU

富士通グループは、常に変革に挑戦し続け、快適で安心できるネットワーク社会づくりに貢献し、豊かで夢のある未来を世界中の人々に提供し続けるために、社員一人ひとりが心身ともに健康でいきいきと働くことができる環境づくりを目指します。

«取り組み方針»

1.これまで取り組んできた健康の保持・増進活動をさらに強化するとともに、社員一人ひとりの自律した健康管理を積極的に支援します。

2.「働き方改革」「ダイバーシティ推進」の取り組みと連携させて、社員と家族の健康の保持・増進、ワーク・ライフ・バランスの実現、生産性の向上、多様な社員が活躍できる職場づくりなどを総合的に推進します。

3.健康経営に資するICTの提供を通じて、社員、お客様、および社会全体の健康づくりや生産性の向上に貢献します。

© 2022 Fujitsu Limited

富士通のサステナブルな成長へ

FUJITSU

パーパスに基づく経営

財務指標

- 成 長
- 収益性・資本効率

非財務指標

- 社会・お客様
- 従業員・組織・カルチャー

GRB(Global Responsible Business)7課題

Work Life Shift　**健康経営**

長期的で安定した貢献

成長機会の創出

世界をより持続可能に

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

© 2022 Fujitsu Limited

健康経営の全体像、および2021年度重点テーマ

FUJITSU

経営課題

- 社員の高齢化、および雇用の長期化
- ・生産性向上
・社員の成長
- 会社業績の向上と持続的成長
- 持続可能な社会への貢献

社員と家族の健康／日本全体の健康寿命伸長

健康経営施策

社員と家族の健康保持・増進

生活習慣病対策

・運動器の機能向上に関する全社教育（e-Learning）
・みんなで歩活、食育メルマガ、予防歯科セミナーによる行動変容支援

メンタルヘルス対策

テレワーク環境下のコミュニケーション不全対策強化

がん対策

東京大学や国立がんセンターと連携した、がん検診の受診勧奨の強化

喫煙対策

禁煙チャレンジ、オンライン禁煙プログラムによる行動変容支援

健康意識向上から行動変容への取り組み

・健康通信簿／健康ダッシュボードを活用した組織単位での活動の強化
・海外拠点との活動内容の共有、連携

富士通の健康ナレッジを活かした社会貢献

社外との共同研究／ビジネス部門と連携した社内実践の対外発信

© 2022 Fujitsu Limited

健康意識向上から行動変容への取り組み

FUJITSU

運動、喫煙、栄養など各種テーマに基づいた全社的な取り組みを展開

みんなである活

「KenCoM」のウォーキングイベント「みんなで歩活（あるかつ）」（年2回）を活用し、富士通グループ全社ウォーキングイベントを開催。

食育

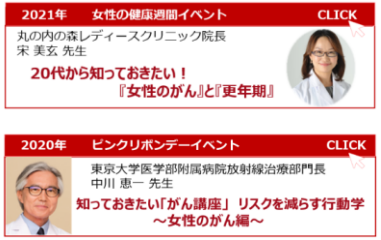
月1回「食事情報」をメールマガジンを発信し、食に対する意識・行動の変容を促している。

禁煙チャレンジ

「富士通グループは禁煙を推進する」ことを明確にし、非喫煙者を含めたグループ全社員の健康意識を高める。

各種セミナー

がん予防、女性の健康、口腔の健康、新型コロナウイルス感染症などに関する最新の情報をグループ全社員に配信



© 2022 Fujitsu Limited

富士通グループ全社健康教育について

健康経営を推進していく上での基盤となる、従業員の健康意識・健康リテラシーの向上を図り行動変革につなげるため、グループ全従業員を対象とした健康教育を実施する。

1. 対象者：富士通グループ従業員
2. テーマ：健康に関して毎回テーマ変更して実施
3. 方　法：e-Learning
4. 構　成：**全従業員対象**健康教育＋**幹部社員対象**マネジメント教育

2019年度がん教育

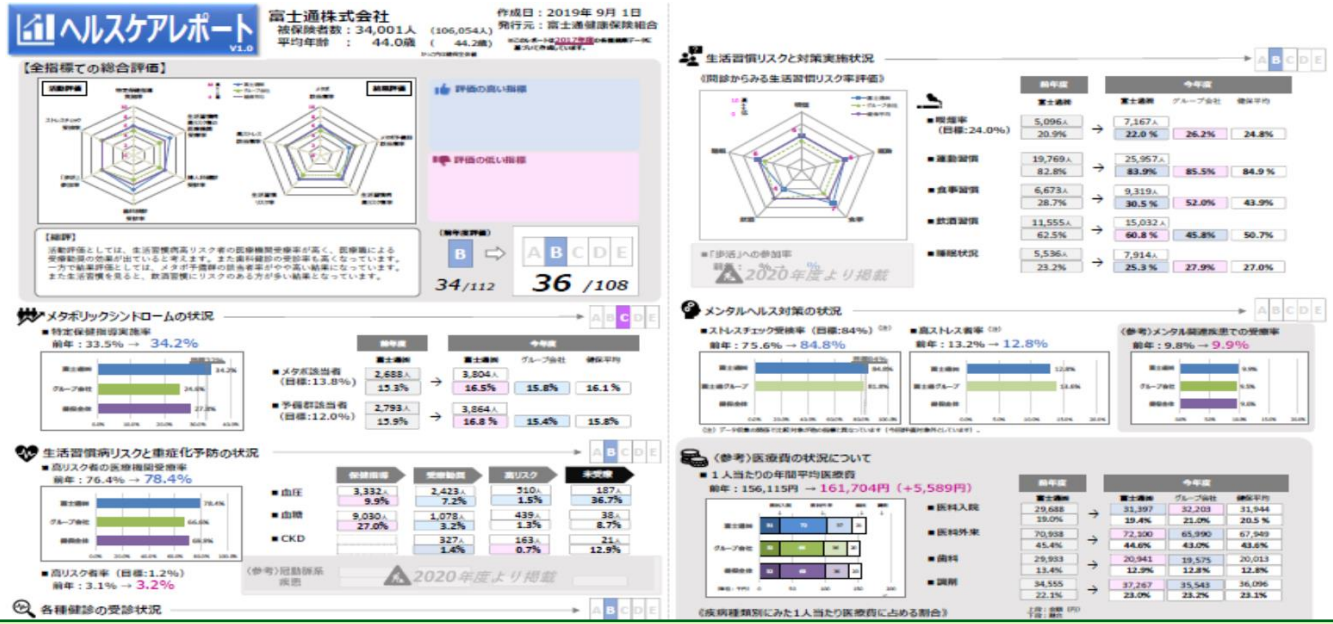
日本のがん対策の課題である大人へのがん教育をテーマとして、グループ従業員7万人に実施し、広く広報することでがん教育の重要性を世間に訴えた。教材をがん対策推進企業アクションへ提供しパートナー企業が利用できるようにした。

2020年度頭痛教育

非常に有病率が高く働く人の多くが痛みに悩み企業の生産性に影響を与えている頭痛をテーマとして、世界で初めて改善プログラムと合わせて実施した。

© 2022 Fujitsu Limited

健康情報の見える化：組織への働きかけ



健康診断結果、レセプトデータ、ストレスチェック、「みんなで歩活」参加率などをスコア化

➡ **組織の状態を見える化。産業保健スタッフと人事部門が組織長にフィードバックを行い、組織の方針の立案や、コミュニケーションのツールとして活用**

© 2022 Fujitsu Limited

Thank you

© 2022 Fujitsu Limited