

V 健康の保持増進のための指針の健康診断

労働省が1979年から提唱してきた中高年労働者の心身両面にわたる総合的健康づくり（シルバー・ヘルス・プラン）を発展させ、1988年労働安全衛生法を一部改正し、全労働者にたいして、継続的かつ計画的な健康保持増進を図るための措置を事業者の努力義務としたもの「トータル・ヘルス・プロモーション・プラン（THP）」

関係法令

1. 労働安全衛生法第69条第70条第70条の2第71条

健康測定

問診：既往歴、業務歴、家族歴、自覚症状の調査

診察：診察所見

形態：身長、体重、皮下脂肪厚

循環機能：血圧、心拍数、安静時心電図、運動負荷心電図

血液：ヘモグロビン、赤血球数、総コレステロール、HDLコレステロール、トリグリセライド、血糖又はHbA_{1c}、尿酸、クレアチニン又はBUN、GOT、GPT、 γ -GTP

呼吸機能：%肺活量、1秒率

尿：糖、蛋白

その他：胸部レントゲン

生活状況調査：仕事の内容、通勤方法、生活リズム、趣味、し好、運動習慣、食生活、メンタルヘルス、口腔保健、その他

運動機能検査：筋力、柔軟性、敏捷性、平衡性、全身持久力

健康指導

運動指導：ヘルスケア・トレーナーによる健康づくりの運動指導プログラムの作成及び運動指導、ヘルスケア・リーダーによる運動の実践のための指導

保健指導：産業保健指導者による勤務状態や生活習慣に配慮した健康的な生活指導（睡眠、喫煙、飲酒、口腔保健、その他）

栄養指導：産業栄養指導者による食習慣、食行動の評価とその改善の指導

メンタルヘルスケア：心理相談員によるストレスに対する気づきの援助、リラクゼーションの指導、良好な職場の雰囲気づくり