

博士学位論文

(内容の要旨及び論文審査の結果の要旨)

Hayakawa Kentaro

氏名 早川 健太郎
学位の種類 博士 (経営情報科学)
学位記番号 博 甲 第 27 号
学位授与 平成 30 年 3 月 23 日
学位授与条件 学位規定第 3 条第 3 項該当
論文題目 生活行動様式の違いによる最適妥当性健康体力のヘルスマネジメント
論文審査委員 (主査) 教授 藤井 勝紀¹
(審査委員) 教授 近藤 高司¹ 教授 石井 成美¹

論文内容の要旨

生活行動様式の違いによる最適妥当性健康体力のヘルスマネジメント

我が国における労働者を取り巻く健康についての問題は、近年増加にある。健康診断における有病率の増加、心臓の問題、労働環境とライフスタイル変化に伴う健康問題など様々である。そこで個人の健康を本人が考えることは重要であるが、事業者も従業員の健康を考えることが重要となってきている。しかし事業所によっては従業員の働き方が多様であり、また従業員一人一人の生活行動様式も多様であることから、すべてを一律にとらえ健康に対する指導や計画立案を行うのは大変に難しい。

一方でアスリートは、競技スポーツ種目に適した体格、体力を有するためにトレーニングを行っている。つまりトレーニングを生活行動様式と捉えると、当然、労働者も、その仕事内容に適した健康のための最適な体格、体力があると考えられる。そして事業者にとって従業員の健康を維持・増進するため、従業員の最適な体格・体力を見出すことは重要ではないだろうか。さらに、事業者が従業員の生活行動様式に見合った最適な体格・体力をマネジメントすることができれば事業者・従業員の双方にとって有益となると考えられる。そこで本研究の目的は、実社会で活躍できる企業従業員の生活行動様式に着目し、将来的に生活行動様式が異なるであろう集団を学生時代から特定し、先ず、学生時代の学部、専攻別集団を対象に体格的特性を検討する。そして、これら知見から形態的質差違を導き、学部専

攻別による生活行動様式に見合った形態的特徴と体力を導くことで、最適健康体力の妥当性を検討する。次に、この理論に基づき、国防に従事する者の体力面を調査、検討し、比較的ハードな労働が課せられる職種に従事する企業従業員の健康、体力面を検討することで、企業戦士としての最適健康体力の妥当性を導くものである。よって、これまでの一連のプロセスに対して、T&F理論を適用することで、企業従業員の生活行動様式における最適な健康と体力面を提唱し、ヘルスマネジメントの重要性を論議しようとするものである。

本研究の目的である最適妥当性健康体力を導くために、基礎研究として第4章から第7章の検討課題ⅠからⅣでその検証を行い、ヘルスマネジメント構築に対する検証は、第8章から第9章の検討課題ⅤからⅥで行っている。

第4章の検討課題Ⅰでは、生活行動様式によって生じる形態的質差異が、BMIに対する体脂肪率と筋肉率の両面から評価できることが明らかとなった。また一般大学女子学生と芸術系大学女子学生において形態的質差異があることが明確となった。

第5章、第6章の検討課題Ⅱ、検討課題Ⅲでは、BMIと体脂肪率を用いた評価チャートから分類される形態的質差異の違いにより、体力に違いがあること、中学・高校における運動部活動経験に差があることが明確となった。これらのことから、理工科系大学男子学生、芸術系大学女子学生の「普通脂肪標準」における最適妥当性体力を検討することが可能となった。

第7章の検討課題Ⅳでは、一般大学女子学生の経年的ス

パン評価が構築され、体力における経年変化は認められなかった。またこれにより一般大学女子学生の妥当性体力を明確にでき、評価できることが明確となった。これらの検証により、生活行動様式が異なる集団における身体組成バランスの違いを明確にし、その違いによる体力、運動経験、疾病との関連から、最適妥当性体力を導いた。

第8章の検討課題Vでは、海上自衛官男子学生の最適妥当性体力が明確化され、教育現場における訓練や教務プログラム改善の議論が可能となり、国防教育の生産性の向上が検討できることが分かった。

第9章の検討課題VIでは、企業戦士の形態的質バランスと最適妥当性健康体力が明確となり、最適妥当性健康体力を獲得・維持するためのヘルスマネジメントに取り組む場合、視覚化が可能であることから改善の確認が迅速に行うことができ、さらに健康改善への意識を喚起できることが示された。

以上の検討課題IからVIにより本研究では以下の結論を得た。

1. BMIと体脂肪率を用いて構築した評価チャートから、生活行動様式が異なる集団では形態的質差異があり、また同一集団における形態的質差異により、体力と運動部活動経験に差があることから、一つの生活行動様式において「普通脂肪標準」が妥当な身体組成バランスであり、「普通脂肪標準」が有する体力が、妥当な最適妥当性健康体力として導くことができる。

2. 企業がT&F理論に則って従業員のヘルスマネジメントを実施する際、最適妥当性健康体力を一つの評価基準に用いた場合、「健康改善システム」から「測定システム」にまたがる「改善の確認」の可視化が可能であることから、「分析・評価システム」への素早いフィードバックが行われることで、効果的な健康改善の実践やスムーズな従業員の健康管理を行うことができると考えられる。

3. 企業従業員が、最適妥当性健康体力を用いて自身のヘルスマネジメントを行うことで、生活行動様式に見合った自身の身体組成バランスと体力が明確となり、過度な肥満や瘦身体型を意識することなく、また間違った運動実施による諸問題を低減させることが可能である。

今回得た結論は、いくつかの生活行動様式を取り上げたに過ぎない。今後は「最適妥当性健康体力」の考え方を浸透させるための方策の検討、生活行動様式の集団における検証、さらには最適妥当性健康体力を用いた効果検証も必要となる。

論文審査結果の要旨

我が国における労働者を取り巻く健康についての問題は、近年増加にある。健康診断における有病率の増加、心

の問題、労働環境とライフスタイル変化に伴う健康問題など様々である。そこで個人の健康を本人が考えることは重要であるが、事業者も従業員の健康を考えることが重要となってきている。しかし事業所によっては従業員の働き方が多様であり、また従業員一人一人の生活行動様式も多様であることから、すべてを一律にとらえ健康に対する指導や計画立案を行うのは大変に難しい。

一方でアスリートは、競技スポーツ種目に適した体格、体力を有するためにトレーニングを行っている。つまりトレーニングを生活行動様式と捉えれば、当然、労働者も、その仕事内容に適した健康のための最適な体格、体力があると考えられる。そして事業者にとって従業員の健康を維持・増進するため、従業員の最適な体格・体力を見出すことは重要ではないだろうか。さらに、事業者が従業員の生活行動様式に見合った最適な体格・体力をマネジメントすることができれば事業者・従業員の双方にとって有益となると考えられる。そこで本研究の目的は、実社会で活躍できる企業従業員の生活行動様式に着目し、将来的に生活行動様式が異なるであろう集団を学生時代から特定し、先ず、学生時代の学部、専攻別集団を対象に体格的特性を検討する。そして、これら知見から形態的質差違を導き、学部専攻別による生活行動様式に見合った形態的特徴と体力を導くことで、最適健康体力の妥当性を検討する。次に、この理論に基づき、国防に従事する者の体力面を調査、検討し、比較的ハードな労働が課せられる職種に従事する企業従業員の健康、体力面を検討することで、企業戦士としての最適健康体力の妥当性を導くものである。よって、これまでの一連のプロセスに対して、T&F理論を適用することで、企業従業員の生活行動様式における最適な健康と体力面を提唱し、ヘルスマネジメントの重要性を論議しようとするものである。

本研究の目的である最適妥当性健康体力を導くために、基礎研究として第4章から第7章の検討課題IからIVでその検証を行い、ヘルスマネジメント構築に対する検証は、第8章から第9章の検討課題VからVIで行っている。

第4章の検討課題Iでは、生活行動様式によって生じる形態的質差異が、BMIに対する体脂肪率と筋肉率の両面から評価できることが明らかとなった。また一般大学女子学生と芸術系大学女子学生において形態的質差異があることが明確となった。

第5章、第6章の検討課題II、検討課題IIIでは、BMIと体脂肪率を用いた評価チャートから分類される形態的質差異の違いにより、体力に違いがあること、中学・高校における運動部活動経験に差があることが明確となった。これらのことから、理工科系大学男子学生、芸術系大学女子学生の「普通脂肪標準」における最適妥当性体力を検討することが可能となった。

第7章の検討課題IVでは、一般大学女子学生の経年的ス

パン評価が構築され、体力における経年変化は認められなかった。またこれにより一般大学女子学生の妥当性体力を明確にでき、評価できることが明確となった。これらの検証により、生活行動様式が違う集団における身体組成バランスの違いを明確にし、その違いによる体力、運動経験、疾病との関連から、最適妥当性体力を導いた。

第8章の検討課題Vでは、海上自衛官男子学生の最適妥当性体力が明確化され、教育現場における訓練や教務プログラム改善の議論が可能となり、国防教育の生産性の向上が検討できることが分かった。

第9章の検討課題VIでは、企業戦士の形態的質バランスと最適妥当性健康体力が明確となり、最適妥当性健康体力を獲得・維持するためのヘルスマネジメントに取り組む場合、視覚化が可能であることから改善の確認が迅速に行うことができ、さらに健康改善への意識を喚起できることが示された。

以上の検討課題IからVIにより本研究では以下の結論を得た。

1. BMI と体脂肪率を用いて構築した評価チャートから、生活行動様式が異なる集団では形態的質差異があり、また同一集団における形態的質差異により、体力と運動部活動経験に差があることから、一つの生活行動様式において「普通脂肪標準」が妥当な身体組成バランスであり、「普通脂肪標準」が有する体力が、妥当な最適妥当性健康体力として導くことができる。

2. 企業が T&F 理論に則って従業員のヘルスマネジメントを実施する際、最適妥当性健康体力を一つの評価基準に用いた場合、「健康改善システム」から「測定システム」にまたがる「改善の確認」の可視化が可能であることから、「分析・評価システム」への素早いフィードバックが行われることで、効果的な健康改善の実践やスムーズな従業員の健康管理を行うことができると考えられる。

3. 企業従業員が、最適妥当性健康体力を用いて自身のヘルスマネジメントを行うことで、生活行動様式に見合った自身の身体組成バランスと体力が明確となり、過度な肥満や瘦身体型を意識することなく、また間違った運動実施による諸問題を低減させることが可能である。

今回得た結論は、いくつかの生活行動様式を取り上げたに過ぎない。今後は「最適妥当性健康体力」の考え方を浸透させるための方策の検討、生活行動様式の集団における検証、さらには最適妥当性健康体力を用いた効果検証も必要となる。