「生きる」を創る、アフラックの健康経営

アフラック生命保険株式会社
取締役常務執行役員
久保理子さん

がん啓発とがん検診の受診率向上を目的とした協定締結など、調布市と関わりの深いアフラック生命保険株式会社の「健康経営」の取組について伺いました。

私たちアフラックのブランドプロミスは「『生きる』を創る」。お客様の「生きる」を創るためには、まず社員の心身が健康であることが大切と考え、2016年に「健康経営宣言」を制定しました。運動習慣の増加、食生活習慣の改善、喫煙率の低下、BMIの改善の4つのテーマで、社員の健康をサポートする取組を行っています。

がん保険契約件数No.1の当社にとって、特に「禁煙」は重要なテーマ。健康経営宣言以前から、毎月22日を禁煙とする「スワンスワンデー」などの取組を段階的に進め、現在、全営業日の就業時間内を禁煙とする「ビジネス禁煙365」にまで徹底しました。さらに、受動喫煙を防ぐため、オフィス内全面禁煙に加え、宴席や営業車内も禁煙としています。また、真剣に「卒煙したい」と考えている社員のため、専用アプリを活用した6か月間の卒煙プログラムを提供しています。

「受動喫煙ゼロ」の調布は働く人にもやさしいまち

健康経営は社員の多くから支持され、浸透してきていますが、やはり個人の生活習慣にも関わってくることですから、強制ではなく、自ら取り組み、楽しく継続してもらうことが大事だと思っています。その仕掛けの一つがリストバンド型の活動量計端末による健康状態の「見える化」や、役員も含め全社をあげて取り組むウォーキングキャンペーン。春・秋の年2回、社員同士チームを作って歩数を競い合うのですが、これがびっくりするぐらい盛り上がるんですよ（笑）。歩いた歩数に応じて小児がん支援のために病院へ寄付される仕組みになっていますのでやりがいがありますし、体を動かすことはストレスの解消にもなって、結果禁煙にも効果的という声も聞いています。

調布市にある当社のオフィスには約2500人が勤務しています。全国に先駆け、市を挙げて受動喫煙ゼロに取り組まれることは大変ありがたいこと。調布市に暮らす方や働く方のために、がん啓発の活動をはじめとして、調布市とは今後も様々な連携をしていければと思います。

次世代に残す財産「受動喫煙ゼロ」のまち

国立がん研究センター
がん対策情報センター
吉見逸郎さん

タバコの煙が健康に重大な影響を与えること、また、本人が吸う煙（主流煙）よりも、まわりの人が吸う煙（副流煙）により多くの有害物質が含まれ、様々な健康被害につながることは、多くの研究から明らかになっていることです。受動喫煙について、日本ではまだ「マナー」や好き嫌いで語られがちですが、実は吸わない人に対しての明らかな「加害行為」であり、次世代を担う子ども達の健康に直結する問題と認識する必要があります。

世界181か国が加入するWHO「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」（2005年発効）を日本も締結していますが、様々な背景からなかなか対策が進んでおらず、WHOの受動喫煙防止対策基準によれば日本は4段階で最低レベルの評価です。2020年のオリンピック・パラリンピックを見据え、ようやく国や都が対策に動き出した、という感じです。

国や都の基準を上回る、調布の受動喫煙防止対策

今回の調布市の取組は、「屋内喫煙室による分煙を認めない」「加熱式タバコ等も禁止」という、国や都を上回るしっかりとした基準を打ち出しているところが大変素晴らしいですね。

「分煙」では受動喫煙は完全には防げません。たとえ近くでタバコを吸わなくても、煙に含まれた有害物質は服や髪に付着し、呼気にも大量に含まれています。壁や家具、床に付着、蓄積された成分が酸化や化学反応を起こし、有害物質を放出し続ける「三次喫煙（残留タバコ成分）」という問題もあります。特に子ども、赤ちゃんは、床や壁を触って手をなめたりしますし、体も小さく呼吸も早いので、大人以上に被害を受けやすいわけです。

「加熱式タバコ」についても、紙巻きタバコに比べ安全であるかのように言われていますが、発がん性物質や毒性の強い成分は依然として含まれていることが科学的に証明されています。受動喫煙ゼロの観点からはやはり禁止すべきものと思います。

「調布の未来を担う、子どもたちの健康のために」ということを共通の目標と考えれば、喫煙する方もしない方も共に協力していけるのではないでしょうか。調布市の受動喫煙ゼロの取組が街の財産として定着し、他の地域にも広がっていくことを大いに期待します。