

働く世代の健康と 栄養支援

特集にあたって

働く世代にとって、「健康」は働くことを支える重要な「資産」である。労働安全衛生法によって、事業者は労働者に対して健康診断を実施すること、また、労働者は事業者が行う健康診断を受けることが義務付けられている。定期健康診断結果報告（厚生労働省）をみると、有所見率は58.9%（令和5年）と高く、脂質異常、高血圧、肝機能異常、高血糖等の所見が多い。これらの管理は働く世代にとって、循環器疾患等の生活習慣病の発症予防のための重要な健康課題である。また、働く世代ではメンタルヘルス不調による休業も多く、心の健康も同じく重要な健康課題となっている。

しかし、働き盛りの世代では、そもそも循環器疾患等の発症率が上の世代ほど高くはなく、健康管理の優先度が低いことも多い。食事と関連する生活習慣病は多いため、日々の食事を工夫できるスキルや、労働者自身があまり意識をしなくても、自然に、健康的な食事をおいしく楽しく食べられる食環境があれば、生活習慣病対策が進むことが期待される。

本特集は、直接的な、あるいは食環境づくりなどの間接的な栄養支援を通して、働く世代の健康づくりが進むことをめざして企画した。読者の皆様の日々の活動の参考になれば幸いである。

医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所 栄養疫学・政策研究センター
中村美詠子