

「健康関連機器の選択、使用及び情報提供の在り方に関する検討会報告書」 について

平成12年から推進している「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」では、健康を実現するための個人の取り組みを社会全体としても支援することが不可欠とされています。個人の健康づくりのための行動変容や、運動習慣維持、健康管理等を支援する手段としての健康関連機器に関しても、その利用および情報提供を適切に推進することが必要と考えられています。

厚生労働省では平成13年12月以来、3回に渡り「健康関連機器の選択、使用及び情報提供の在り方に関する検討会」を開催し、健康日本21の趣旨に則した個人の健康づくりを支援するための健康関連機器の意義等を検討するとともに、機器の販売時における説明を健康日本21の趣旨に則した健康づくり知識の普及の機会としてとらえることを含め、機器に関する情報提供の在り方について検討を行ってきたところですが、今般、その検討結果がとりまとめられましたので、資料提供いたします。

(報告書の概要)

○健康関連機器の役割の整理

- ①健康状態および生活習慣の状況の把握を支援する機器
- ②健康づくりの実践を支援する機器
- ③健康づくりを総合的に支援するシステム
- ④健康づくりの環境整備のための機器

○健康関連機器の選択及び使用上の留意点

- ・選択及び使用上の一般的な留意点
- ・健康状態及び生活習慣の状況の把握を支援する機器の選択・使用上の留意

点

- ・健康づくりの実践を支援する機器の選択・使用上の留意点
- ・健康づくりを総合的に支援するシステムの選択・使用上の留意点
- ・健康づくりの環境整備のための機器の選択・使用上の留意点

○健康関連機器の情報提供上の留意点

- ①情報は科学的な根拠に基づいたものであること。利用者の健康に対する不安な心理を利用するようなものであったり、誇大広告になるようなことがないこと。
- ②個々の利用者の健康状態に応じた選択がなされるよう、利用者の健康状態を把握し、これに基づいた情報提供を行うこと。
- ③個人情報の保護に対する適切な配慮をすること。
- ④保健事業等の実施の機会や健康関連機器の販売時の説明の機会を、健康関連機器に関する情報提供の場として積極的に活用すること。
- ⑤インターネット等も利用し、様々な経路で情報提供を行うこと。
- ⑥マスメディアは、健康関連機器に関する情報提供の手段として有効であるが、時間的・空間的制約があるため、利用者に応じたものとはなりにくく、また、不十分な場合も多い。従って、保健指導者等が適切に情報を補完すること。

健康関連機器の選択、使用及び情報提供の
在り方に関する検討会

報告書

(平成14年3月)

健康関連機器の選択、使用及び情報提供の
在り方に関する検討会

健康関連機器の選択、使用及び情報提供の在り方に関する検討会
報告書

—目次—

1. はじめに	1
(1) 背景と本検討会の目的	
(2) 検討対象	
(3) 検討方法	
2. 健康関連機器の役割の整理	2
3. 健康関連機器の選択及び使用上の留意点	4
4. 健康関連機器の情報提供上の留意点	5

1. はじめに

(1) 背景と本検討会の目的

我が国の衛生指標は、世界保健機構の World Health Report で示されているとおり、平均寿命は男性77.6歳、女性84.3歳、健康寿命は男性71.9歳、女性77.2歳と、世界でも最高水準である。しかし、人口の急速な高齢化が進む中で、疾病構造が変化し、生活習慣病が増加している。生活習慣病は、自覚症状のないまま進行し、最終的に脳血管疾患などの重篤な疾病に至り、機能障害などを生じる結果として生活の質の著しい低下を引き起こすことが多い。健康寿命の更なる延長、生活の質の向上を実現し、明るい高齢化社会を築くためには、疾病の早期発見や治療にとどまらず、積極的に健康を増進し、疾病を予防する「一次予防」に重点を置いた対策の推進が急務である。

厚生労働省では、このような状況にかんがみ、平成12年度より、「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を開始し、個人の主体的な健康づくりを支援する環境整備を進めている。健康日本21は、①一次予防の重視、②健康づくり支援のための環境整備、③目標の設定と評価、④多様な実施主体による連携の取れた効果的な運動の推進、の四つを基本方針としている。

特に、②及び④において、「生活習慣を改善し、健康づくりに取り組もうとする個人を社会全体として支援していく環境を整備すること」「十分かつ的確な情報提供によって、個人による選択を基本とした生活習慣の改善等の国民の主体的な健康づくりを支援すること」が重要であるとされている。また、③は、根拠に基づいて目標や指標を定めるものであり、そのねらいは、目標値を定めることにより、関係者の目的意識の共有と、国民の健康づくりへの行動変容を促すことにある。

個人の健康づくりにおいて使用される健康関連機器は、個人（場合によっては集団）自らの選択に基づいて使用されるという基本的性格を有する。個人の健康は個人自らの責任において自己管理することが基本であることから、健康関連機器は健康日本21の推進に資するものとなり得る。例えば、健康関連機器を用いた健康状態の把握は、個人の健康に対する意識改革、ひいては行動変容のために有用な場合がある。また、健康関連機器が使用されることにより、健康づくりの一層効果的な実施が期待できる。

しかしながら、健康関連機器は、適切な選択及び使用がなされなければ効果に乏しいものもあるばかりか、かえって健康を害するものである可能性がある。このため、自らの選択に基づいて使用されるとはいっても、適切な選択及び使用について適切な情報提供がなされることの社会的必要性は大きい。したがって、これらの点について整理することは有意義と考えられる。

本検討会は、以上のことにかんがみ、健康関連機器の役割を整理した上で、

その選択、使用及び情報提供の在り方について留意すべき点を整理することにより、健康日本21の推進に資することを目的として設置された。

なお、本検討会においては、健康関連機器市場の分析や、開発の促進の在り方については取り上げないこととする（この点については、平成12年度厚生科学特別研究「健康日本21の推進に資する健康関連機器の開発に関する研究」を参照）。

（2）検討対象

本検討会において検討の対象とする「健康関連機器」の範囲は、平成12年度厚生科学特別研究「健康日本21の推進に資する健康関連機器の開発に関する研究」における定義を参考に、「栄養・食生活、運動・身体活動、休養・心の健康づくり、喫煙、飲酒、歯の健康の保持など生活習慣や、糖尿病、循環器病、癌、歯周病等の生活習慣病に関連して、健康状態の把握、健康増進又は環境整備を直接的・間接的に支援する機器類」とし、ハードである「機器」に加え、情報技術を活用した生活習慣改善のためのプログラム等の健康づくりを総合的に支援するシステムについても、国民の健康づくりに対して影響を与える可能性を考慮して、今回の検討対象とすることとした。

なお、これらの検討対象から、薬事法に規定する医療用具等を排除することはしておらず、これらに関しては、前提として、関連法令による規制等を遵守することが基本であることは言うまでもない。

（3）検討方法

具体的な検討方法としては、現在入手可能な健康関連機器に関する著書、学術論文等の文献、パンフレット、健康関連機器に対する消費者意識や苦情等に関する文献等を収集・分析した。

2. 健康関連機器の役割の整理

本検討会では、健康関連機器を、その果たしうると考えられる役割からみて、以下のように分類することとする。

- ①健康状態及び生活習慣の状況の把握を支援する機器
- ②健康づくりの実践を支援する機器
- ③健康づくりを総合的に支援するシステム
- ④健康づくりの環境整備のための機器

なお、本検討会では、以下で取り上げる個々の機器類について、それぞれに記載されている健康づくりにおける役割を、効果的・効率的に果たしうるか否

かに関し個別に科学的な評価を行ったものではない。

①健康状態及び生活習慣の状況の把握を支援する機器

○例

- ・体温計、体重計、体脂肪計、電子血圧計等・・・身体の状態の測定。
- ・食物塩分濃度計、計量器具等・・・食物等の成分等の測定による食生活の把握。
- ・歩数計、心拍数計・・・運動実施状況や身体への負荷の状況の測定。
- ・呼気一酸化炭素測定器・・・呼気中の一酸化炭素濃度の測定。
- ・歯垢染出し剤等・・・歯垢の可視化による口腔の清掃状態の明示等。

○健康づくりにおける役割

- ・行動変容のきっかけとなることや、継続の励みにもなる。
- ・個人又は保健指導を行う者（以下「保健指導者等」という。）が、健康状態を把握できるようになる。
- ・これらの機器の中には、測定結果を記録し、中長期的な変化を分かりやすく表示することにより、健康状態の変化を捉えやすくし、一層継続の励みとなるものもある。

②健康づくりの実践を支援する機器

○例

- ・スポーツ用品、ダンスゲーム機・・・楽しく運動に取り組む。
- ・自転車エルゴメータ、トレッドミル、ステップマシン等（有酸素系健康増進関連機器）及びバーベル、ボディウエイトマシン、ベンチ・ラック等（筋力系健康増進関連機器）
 - ・・・全身持久力及び筋力の保持と増強。
- ・歯ブラシ、電動歯ブラシ、口腔洗浄器等
 - ・・・歯科疾患や誤嚥性肺炎等の病因物質の除去等。
- ・家庭用マッサージ器・・・生体に対するマッサージ。
- ・ニコチン補充剤・・・禁煙指導におけるニコチンの補充。

○健康づくりにおける役割

- ・健康づくりの実践を補助する。
- ・これらの機器の中には、達成状況、達成目標等を示すことにより、健康づくりの実践のきっかけとなったり、継続の励みとなるものもある。

③健康づくりを総合的に支援するシステム

○例

- ・インターネット等情報技術を活用した生活習慣改善のためのプログラム（減量、食生活改善、適切な運動、禁煙支援等様々な目的のものがある。）
- ・健康診査と生活習慣改善指導を組み合わせた健康教育

○健康づくりにおける役割

- ・健康状態及び生活習慣の状況の把握、行動変容のきっかけ、継続のための励み等の役割を複合的に果たす。

④健康づくりの環境整備のための機器

○例

- ・空気中粉塵濃度測定器・・・たばこ煙の濃度の測定。
- ・空気清浄機、排気装置
 - ・・・空気中に存在するたばこ煙成分の一部又は全部の除去。

○健康づくりにおける役割

- ・分煙対策の必要性の動機付け。
- ・分煙のための環境整備。

3. 健康関連機器の選択及び使用上の留意点

健康関連機器の選択及び使用に当たっては、個人の健康状態についての適切な評価に基づき、適切な機器を選択するようにするため、保健指導者等から適切な助言を受けることが望ましい。特に、有病者は、不適切な機器の使用により、病態の悪化を招く可能性があることから、医学的管理の下で、機器を選択及び使用を行うことが重要である。

以上のほか、以下の点に留意すべきである。

選択及び使用上の一般的な留意点

- ・健康関連機器の効果は、現時点に置いては十分な科学的根拠に乏しい場合があることに留意すること。特に、科学的な根拠に乏しい誇大広告が見受けられるので、これに注意すること。

健康状態及び生活習慣の状況の把握を支援する機器の選択・使用上の留意点

- ・個別の測定項目が個人の健康状態や生活習慣をどの程度反映するものであるのかを理解すること。
- ・使用条件や心身の状態により測定誤差が生じることに留意すること。
- ・健康状態の変化を把握すること、即ち、測定値そのものに一喜一憂することなく、測定の結果を記録し、その中長期的な測定値の変化を捉えること

が重要であること。

- ・一つの測定項目のみでは、健康状態を総合的に評価しているとは言えず不十分である場合があることに留意すること。

健康づくりの実践を支援をする機器の選択・使用上の留意点

- ・適切な使用方法で機器を使用すること。
- ・機器の使用による想定外の健康状態の悪化のおそれがあることから、事前に添付書類や取扱説明書の注意事項に十分留意すること。また、保健指導者等から適切な指導又は助言を受けることが望ましい。
- ・特定の機器の利用に偏るのではなく、生活習慣全般にわたる総合的な健康づくりの実践が重要であること。

健康づくりを総合的に支援するシステムの選択・使用上の留意点

- ・システムの内容や効果を示す情報を得るようにし、それらを理解した上で使用すること。
- ・個人の健康情報がシステム提供者に渡る場合には、その保護のための措置が採られているか否かについても留意すること。
- ・システムから得られる情報が、個人にとって適切な情報であるか否かに関する助言を、保健指導者等の第三者からも得ることが望ましい。

健康づくりの環境整備のための機器の選択・使用上の留意点

- ・環境整備の目的に応じた適切な性能を有する機器を選択し、その機器を適切に配置することにより、効果的な環境整備を行うこと。

4. 健康関連機器の情報提供上の留意点

製造業者・販売業者・保健指導者等が健康関連機器の情報提供を行うに当たっては、下記の点に留意すべきである。

- ①情報は科学的な根拠に基づいたものであること。利用者の健康に対する不安な心理を利用するようなものであったり、誇大広告になるようなことがないこと。
- ②保健指導者等は、個々の利用者の健康状態に応じた選択がなされるよう、利用者の健康状態を把握し、これに基づいた情報提供を行うこと。
- ③個人情報の保護に対する適切な配慮をすること。
- ④保健事業等の実施の機会や健康関連機器の販売時の説明の機会を、健康関連機器に関する情報提供の場として積極的に活用すること。

- ⑤インターネット等も利用し、様々な経路で情報提供を行うこと。
- ⑥マスメディアは、健康関連機器に関する情報提供の手段として有効であるが、時間的・空間的制約があるため、利用者個々人の状況に応じたものとはなりにくい面もあり、また、不十分な場合も多い。したがって、保健指導者等が適切に情報を補完すること。

健康関連機器の選択、使用及び情報提供の在り方に関する検討会
メンバー名簿

(五十音順)

あだち よしこ
足 達 淑 子

あだち健康行動学研究所長

あらい せいしろう
新 井 誠四郎

社団法人日本歯科医師会常務理事

ありかわ いさお
有 川 勲

財団法人健康・体力づくり事業財団常務理事

おかやま あきら
岡 山 明

岩手医科大学衛生学公衆衛生学教授

かたやま ふみよし
片 山 文 善

健康増進機器連絡協議会副代表幹事(健康日本21担当)

さくらい ひでや
櫻 井 秀 也

社団法人日本医師会常任理事

しもみつ てるいち
◎下 光 輝 一

東京医科大学衛生学公衆衛生学教授

ほり みちこ
堀 美 智 子

社団法人日本薬剤師会常務理事

まるき かずしげ
丸 木 一 成

読売新聞社医療情報部長

◎ 座 長

検討会協力者（敬称略）

大橋 祿郎

大橋予暇研究所所長

小田切 優子

東京医科大学衛生学公衆衛生学教室講師

高橋 裕子

京都大学総合診療部予防医療クリニック・大和高田市立病院内科医長

渡辺 純子

健康・栄養デザインオフィス代表、
管理栄養士

検討会協力企業等

旭光物産（株）

（株）アシックス

NTT DATA（株）

（株）小川長春館

（株）OG 技研

オムロン（株）

（株）花王

（株）河合楽器製作所

亀水化学工業(株)

（株）キャットアイ

コンビ（株）

酒井医療（株）

サンスター(株)

サンメディカル(株)

(株)三洋物産

(株)ジーシー

ジャパントナー（株）

シャープ（株）

(株)松風

昭和薬品化工(株)

（株）スィンク

（株）スズケン

セイコーインスツルメンツ（株）

セノー（株）

ソニー企業（株）

タイガー魔法瓶（株）

竹井機器工業（株）

タニタ（株）

（株）ティー・エフ・ピー

デンツプライ三金工業(株)

デントロニクス

長瀬産業（株）

（株）ナプス

（株）西川産業

（株）ニシ・スポーツ

日本光電ウエルネス（株）

（社団法人）日本歯科商工協会

日本歯科器械工業協同組合

日本歯科材料工業協同組合

日本歯科用品卸商業組合

日本歯科薬品(株)

日本精密測測器（株）

日本電熱（株）

日本ノーチラス（株）

日本秤錘（株）

日本ホームヘルス機器工業会

ハイホー・シーアンドエー

バンダイ（株）

（有）フィットネスアポロ

フクダ電子（株）

フランスベッド（株）

ホクメイ（株）

松下電工（株）

松下精工（株）

松下電器産業（株）

ミズノ（株）

ミナト医科学（株）

(株)モリタ

ライオン(株)

山佐時計計器（株）

(株)ヨシダ