

KOSHA GUIDE

Z - 48 - 2022

근로자 건강유지/증진/관리에 관한 지침

2022. 12.

한국산업안전보건공단

안전보건기술지침의 개요

- 작성자 : 한국안전문화진흥원

- 제·개정 경과
 - 2022년 12월 리스크관리분야 표준제정위원회(제정)

- 관련규격 및 자료
 - 2019년 건강검진통계연보_지침서
 - H-200-2018 직장에서의 뇌심혈관발병 위험도 평가 및 사후관리지침, KOSHA
 - H-201-2018 기업건강증진지수평가지침, KOSHA
 - H-195-2021 사업장 근로자의 업무적합성평가 기본지침, KOSHA

- 기술지침의 적용 및 문의
 - 이 기술지침에 대한 의견 또는 문의는 한국산업안전보건공단 홈페이지 안전보건기술지침 소관 분야별 문의처 안내를 참고하시기 바랍니다.
 - 동 지침 내에서 인용된 관련규격 및 자료 등에 관하여 최근 개정 본이 있을 경우 해당 최근 개정 본을 참고하시기 바랍니다.

공표일자 : 2022년 12월 31일

제 정 자 : 한국산업안전보건공단 이사장

근로자 건강유지/증진/관리에 관한 지침

1. 목 적

이 지침은 민간기업 및 공공기관의 사업주, 보건관리 감독자 및 보건관리 실무자에게 근로자 건강관리를 위한 프로세스 및 방법을 이해시키기 위함을 목적으로 한다.

2. 적용범위

이 지침은 사업장 내 사업주, 보건관리 감독자 및 실무자의 근로자 건강관리 업무에 적용한다.

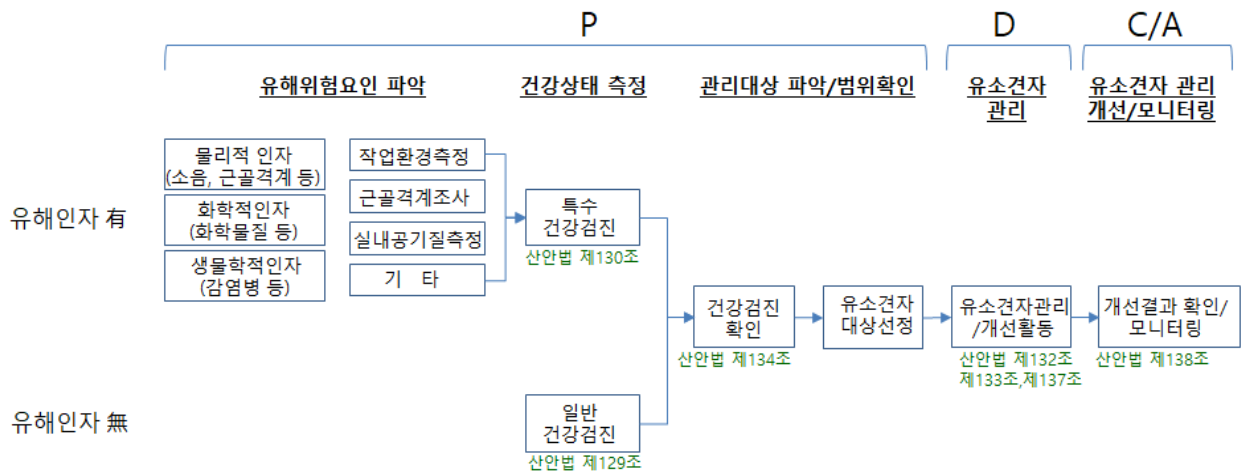
3. 용어의 정의

- 3.1 작업환경관리: 사업장에서 발생할 수 있는 유해인자(분진, 소음, 중금속, 유기용제 등)로부터 직/간접적인 영향 및 위험성, 유해성을 사전에 인지, 측정, 분석, 평가, 개선, 관리하여 쾌적한 작업환경을 유지 관리하는 것을 말한다.
- 3.2 근골격계 질환: 반복적인 동작, 부적절한 작업자세, 무리한 힘의 사용, 날카로운 면과의 신체접촉, 진동 및 온도 등의 요인에 의하여 발생하는 건강장해로서 목, 어깨, 상하지의 신경, 근육 및 그 주변 신체조직 등에 나타나는 질환을 말한다.
- 3.3 유해위험요인: 유해 위험을 일으킬 가능성이 있는 고유한 특징이나 속성으로 건설물, 기계·기구, 설비, 원재료, 가스, 증기, 분진 등에 의하거나, 작업행동, 그 밖의 업무에 기인되는 등 작업자의 업무와 관련하여 부상 또는 질병을 일으킬 잠재적 가능성이 있는 모든 것을 말한다.
- 3.4 건강관리: 신체와 정신이 정상적으로 활동하는 상태가 되도록 관리함을 말한다.
- 3.5 건강검진: 근로자의 건강유지와 증진, 질병의 조기발견이나 예방을 위한 검사를 말한다.
- 3.6 질환자 : 건강검진 결과 이상소견이 발견되어 건강관리가 필요한 근로자를 말한다.

4. 기본사항

4.1 이 지침은 근로자 건강관리 프로세스를 올바르게 이해하고 근로자의 건강측정부터 유소견자의 관리까지에 대해서 사업주, 안전관리자 및 실무자가 필수적으로 고려해야 하는 핵심내용을 제공한다.

4.2 근로자 건강관리에 관한 기본 프로세스는 다음과 같다.



<그림 1> 근로자 건강관리 기본 프로세스

4.3 근로자 건강관리 운영 Cycle은 위험요인을 파악하고 건강상태를 파악, 건강검진을 통해 근로자의 건강을 확인하는 것을 P 단계로 잡았고, 이를 개선하기 위한 건강증진활동에 대해서 D로 잡고, 개선 결과를 확인 및 모니터링 하는 것을 C/A 로 하였다.

5. 근로자 건강관리 프로세스

5.1 근로자 건강관리 계획 수립(PLAN): 근로자 건강관리에서 유해위험요인을 파악하고 이에 따른 건강상태를 측정하는 것을 본 단계에서 진행하고자 한다.

5.1.1 작업환경 분석 및 유해인자 측정: 근로자 건강관리를 위해서는 작업환경 및 유해위험인자에 대한 이해를 해야 한다. 아래 인자들 중 사업장 내 물리적 인자 또는 화학적 인자에 대해서 노출 수준을 확인하기 위하여 건강검진을 실시하여야 한다.

(1) 물리적 인자

- (가) 소음: 소음성 난청을 유발할 수 있는 85dB(A)이상의 시끄러운 소리
- (나) 진동: 착암기, 손망치 등의 공구를 사용함으로써 발생하는 백랍병·레이노 현상
· 말초순환장애 등의 국소 진동 및 차량 등을 이용함으로써 발생하는 관절통
디스크 소화장애 등의 전신 진동
- (다) 방사선: 직접·간접으로 공기 또는 세포를 전리하는 능력을 가진 알파선·베타선
· 감마선 · 엑스선 · 중성자선 등의 전자선
- (라) 이상기압: 게이지 압력이 제곱센티미터당 1킬로그램 초과 또는 미만인 기압
- (마) 이상기온: 고열 · 한랭 · 다습으로 인하여 열사병 · 동상 · 피부질환 등을 일으
킬 수 있는 기온

(2) 화학적 인자

- (가) 물리적 위험성 분류기준: 폭발성 물질, 인화성 가스, 인화성 액체, 인화성 고체,
에어로졸, 물반응성 물질, 산화성 가스, 산화성 액체, 산화성고체, 고압가스, 자
기반응성 물질, 자연발화성 액체, 자연발화성 고체, 자기 발열성물질, 유기과산
화물, 금속부식성물질
- (나) 건강 및 환경 유해성 분류기준: 급성 독성 물질, 피부 부식성 또는 자극성 물질,
심한 눈 손상성 또는 자극성 물질, 호흡기 과민성 물질, 피부 과민성 물질, 발암
성 물질, 생식세포 변이원성 물질, 생식독성 물질, 특정 표적장기 독성 물질(1
회 노출), 특정 표적장기 독성물질(반복 노출), 흡인 유해성 물질, 수생환경 유
해성 물질, 오존층 유해성 물질

(3) 생물학적 인자

- (가) 혈액매개 감염인자, 공기매개감염인자, 곤충 및 동물매개 감염인자 등

(4) 기타 인자

(가) 야간 및 교대 작업 등

5.1.2 건강검진 실시

(1) 근로자 건강진단의 종류 및 목적은 다음과 같다.

<표 1> 근로자 건강진단의 종류 및 목적

종류	대상 및 목적	진단 주기
제 129조 일반건강진단	<ul style="list-style-type: none"> 상시 사용하는 근로자의 건강관리 	사무직 2년 1회, 생산직 1년 1회 이상
제 130조 특수건강진단	<ul style="list-style-type: none"> 아래에 해당하는 근로자의 건강관리 <ol style="list-style-type: none"> 유해인자에 노출되는 업무(이하 특수건강진단 대상업무)종사 근로자 건강진단 결과 직업병 소견이 있는 근로자로 판정받아 작업 전환을 하거나 작업장소를 변경하여 해당 판정의 원인이 된 특수건강진단 대상업무에 종사하지 아니하는 사람 	유해인자 종류에 따라 6개월~2년/1회
제 130조 배치전건강진단	<ul style="list-style-type: none"> 특수건강진단대상업무에 종사할 근로자의 배치예정 업무에 대한 업무 적합성 평가 	신규채용 및 배치 전환시
제 130조 수시건강진단	<ol style="list-style-type: none"> 특수건강진단 대상 유해인자에 노출되는 근로자 중 급성으로 증상이나 의학적 소견이 발생한 근로자의 건강보호 작업관련성이 의심되는 천식·피부질환 관련 증상을 호소하거나 의학적 소견을 보이는 근로자의 건강보호 	수시
제 131조 임시건강진단	<ul style="list-style-type: none"> 같은 유해인자에 노출되는 근로자들에게 유사한 질병의 증상이 발생한 근로자의 건강보호 	필요시

(2) 특수 건강검진

(가) 특수 건강검진은 산업안전보건법 130 조의 규정에 의해 특수 환경에 종사하는 근로자에 대하여 사업주의 비용부담으로 실시하는 검진을 말한다.

(나) 목적으로는 유해인자 노출에 의한 근로자의 직업성 질환을 조기에 찾아내어서

적절한 사후관리 또는 치료를 신속하게 받도록 조치해 보호하기 위함이다.

(다) 특수 검진의 종류는 아래와 같다.

- ① 배치전, 배치후, 수시, 임시 건강검진
- ② 각 검진 별 시기 및 주기는 산업안전보건법 제 130조(특수건강진단)에 의거하여 운영한다.

(3) 일반 건강검진

(가) 국민건강보험법에 따라 고혈압, 당뇨병 등 생활습관과 관련된 질환을 조기 발견하기 위한 목적으로 국가에서 비용 부담하여 실시하는 검진을 말한다.

(나) 근로자에 대한 건강검진 항목 및 대상은 아래와 같다.

- ① 검사 항목(공통 검사항목)
 - 과거병력, 작업경력 및 자각·타각증상(시진·촉진·청진 및 문진)
 - 혈압·혈당·요당·요단백 및 빈혈검사
 - 체중·시력 및 청력
 - 흉부방사선 촬영
 - AST(SGOT) 및 ALT(SGPT), γ -GTP 및 총콜레스테롤

② 검사 대상

- 사무직 : 2년 1회

(공장 또는 공사현장과 같은 구역에 있지 않은 사무실에서 서무·인사·경리·판매·설계 등의 사무업무에 종사하는 근로자를 말하며, 판매업무 등에 직접 종사하는 근로자는 제외한다)

- 생산/연구직 : 1년 1회

(다) 각 검진 별 시기 및 주기는 산업안전보건법 제 129조(일반건강진단)에 의거하여 운영한다.

5.1.3 건강검진의 결과 확인 및 분류

(1) 일반/특수 건강검진을 실시 한 후 건강검진 결과에 따른 유소견자 관리를 진행해야 한다. 검진결과에 따른 유소견자 분류는 아래와 같다.

(가) 건강검진 결과에 따른 분류¹⁾ (건강보험공단 건강검진통계연보)

- ① 정상 A : 검진결과 건강이 양호한 자
- ② 정상 B : 검진 결과 건강에 이상이 없으나, 식생활습관, 환경 개선 등 자기관리 및 예방조치가 필요한 자
- ③ 질환의심 실인원 : 유질환자 판정자를 제외하고 순수질환으로 판정받은자
 - 일반 질환 의심 : 검진 결과 질환으로 발전할 가능성이 있어 추적검사나 전문 의료기관을 통한 정확한 진단과 치료가 필요한 자
 - 고혈압, 당뇨병 질환의심 : 검진결과 고혈압, 당뇨병이 의심되어 치료와 관리가필요한자
- ④ 유질환자 : 고혈압, 당뇨, 이상지질혈증, 폐결핵 등으로 판정받고 현재 약물치료를 받고 있는자

(나) 발병위험도 평가에 따른 유소견자 분류²⁾

- ① 발병위험도 평가 기준 및 항목

<표 2> 발병위험도 평가 기준 및 항목

구분	연번	항목	기준
문진	1	성별	남/여
	2	나이	남 45세이상 / 여 55세이상
	3	흡연여부	유/무
	4	가족력	직계가족의 뇌심혈관질환 조기 발견(남<55, 여<65)
	5	과거력 및 현병력	뇌졸중, 일과성 허혈발작, 협심증/심근경색증/심부전, 동맥질환, 말초혈관질환 - 심혈관질환
비만	3	비만도	BMI 25 이상
	4	허리둘레	복부둘레 남 90이상, 여 85이상
혈압	5	수축기혈압	130-139
	5	수축기혈압	140-159
	5	수축기혈압	160 이상
	6	이완기혈압	80-89(고혈압 전단계)
	6	이완기혈압	90-99
6	이완기혈압	100이상	

1) 2019년 건강검진통계연보, 국민건강보험공단

2) H-200-2018 직장에서의 뇌심혈관발병 위험도 평가 및 사후관리지침

구분	연번	항목	기준
콜레스테롤	10	총 콜레스테롤	총콜레스테롤 220 이상
	11	중성지방	중성지방 200이상
	12	LDL	LDL 150이상
	13	HDL	HDL 40 이하
	13	HDL	HDL 60 이상
혈당	8	공복혈당	공복혈당장애(공복혈당 100-125)
	-	식후 2시간혈당	내당능장애(식후2시간 혈당 140-199)
	9	당화혈색소(HbA1C)	당화혈색소 5.7-6.4%
	8	공복혈당	공복혈당 126이상- 당뇨
	-	식후 2시간혈당	식후 2시간 혈당 200이상 - 당뇨
9	당화혈색소(HbA1C)	당화혈색소 6.5%이상 - 당뇨	
신장기능	10	사구체여과율	<30 미만(4기)
	10	사구체여과율	30-59(3기)
	11	크레아티닌	남자 1.5이상 여자 1.4이상
	12	요단백	단백뇨(300mg/day)+고혈압
	12	요단백	단백뇨(300mg/day)+당뇨
심장 및 폐	13	흉부방사선 소견	좌심실비대
	14	심장초음파	좌심실비대 + 고혈압
	15	심전도 소견	좌심실비대 + 고혈압
	16	경동맥초음파	죽상동맥경화증 + 고혈압
망막	17	안저소견	고혈압성 망막증(grade III~IV)
뇌	18	뇌 MRI	뇌졸중/일과성 허혈발작
	19	동맥경화정밀	죽상동맥경화증
	20	뇌혈류초음파	

② 혈압 수준, 심혈관위험인자, 동반질환의 상태에 따른 위험도 분류기준

<표 3> 혈압수준, 심혈관위험인자, 동반질환의 상태에 따른 위험도 분류기준

고혈압성 질환단계	위험인자 수 및 동반질환	혈압의 수준(mmHg)		
		고혈압 전단계 수축기 130~139 또는 이완기 80~89	1기 고혈압 수축기 140-159 또는 이완기 90-99	2기 고혈압 수축기≥160 또는 이완기≥100
1단계	위험인자 : 0	저위험	저위험	저위험
	위험인자 : 1-2	저위험	중등도위험	중등도위험
	위험인자≥3	중등도위험	중등도위험	고위험
2단계	당뇨(표적장기손상-) 만성신장질환(3기) 고혈압성장기손상	고위험	고위험	최고위험
3단계	만성신장질환(4기이상) 당뇨(표적장기손상+) 증상(+) 심혈관질환	최고위험	최고위험	최고위험

1. 당뇨병의 표적장기 손상은 단백뇨, 180/110mmHg이상 고혈압, 총콜레스테롤 310mg/dL 이상의 이상지질혈증을 포함한다.
2. 만성신장질환의 병기는 사구체 여과율(4기 <30mL/min/1.73m², 3기 30-59mL/min/1.73m²)을 기준으로 결정한다.
3. 고혈압성 장기손상은 좌심실비대, 단백뇨, 죽상동맥경화증, 고혈압성 망막증을 포함한다.
4. 심혈관질환은 뇌졸중/일과성허혈발작과 같은 뇌혈관질환, 협심증/심근경색증/심부전과 같은 심장질환, 동맥질환, 말초혈관질환 등을 포함한다.

③ 일반건강검진 결과를 포함한 통합형 위험도 분류기준

<표 4> 일반건강검진 결과를 포함한 통합형 위험도 분류기준

위험군 분류	기준	
	10년 발병위험도	임상질환과 혈압 및 동반 위험요인 개수 기준
최고위험	≥10%	<ul style="list-style-type: none"> • 이미 확인된 기왕증(임상적 또는 영상의학적 확인 상태) : 임상적 심혈관질환(심근경색, 뇌졸중, 대동맥박리, 말초동맥혈관질환 등) 진단 상태 : 영상의학 검사에서 확인(혈관조영술에서 50%이상 협착) • 당뇨병(표적장기 손상 동반 : 단백뇨, 180/110mmHg이상 고혈압, 이상지질혈증(총콜레스테롤 ≥ 310mg/dL) 중 하나 이상 포함) • 만성신장질환(신사구체여과율 <30mL/min/1.73m²) 분류기준 상 “최고위험군” 일반건강검진의 심뇌혈관질환 10년 발병위험도 ≥10%
고위험	5%~<10%	<ul style="list-style-type: none"> • 단일 위험요인이 과도하게 증가된 경우 : 총콜레스테롤 ≥ 310mg/dL, 고혈압 ≥ 180/110mmHg • 당뇨병 • 고혈압성 심비대(좌심실비대) • 만성신장질환(신사구체여과율 30-59mL/min/1.73m²) 분류기준 상 “고위험군” 일반건강검진의 심뇌혈관질환 10년 발병위험도 5-10%
중등도위험	1% ~<5%	2기 고혈압(위험요인 없는 상태) 분류기준 상 “중등도위험군” 일반건강검진 심뇌혈관질환 10년 발병위험도 1-5%
저위험	< 1%	1기 고혈압(위험요인 없는 상태) 분류기준 상 “저위험군” 일반건강검진의 심뇌혈관질환 10년 발병위험도 < 1%

5.2 유소건자 관리를 위한 사후 관리 및 건강증진활동 전개(DO)

5.2.1 뇌심혈관질환 발병위험도 평가 결과에 따른 사후 관리: 업주는 뇌심혈관질환 발병위험도평가를 받은 근로자에게 기초질환관리, 생활습관개선지도, 보건교육 및 작업(환경)관리 등의 사후관리 내용을 제공한다.

(1) 기초질환관리

(가) 사업주는 뇌심혈관질환 예방효과를 높이기 위하여 기초질환인 고혈압, 이상지질혈증, 당뇨병으로 진단된 근로자에게 초점을 맞추어 질병관리를 실시한다.

(나) 근로자의 기초질환관리에 참여하는 의사는 아래 표를 참조하여 지속적인 고혈압 및 이상지질혈증 등의 기초질환 관리를 실시하고, 치료 목표수치는 연령 및 동반 질환 등의 상황에 따라 기준을 설정하여 운영한다.

<표 5> 뇌심혈관질환 발병위험도 평가결과에 따른 고혈압 치료전략

분류/혈압수준	고혈압전단계	1기 고혈압	2기 고혈압
	수축기 130-139 또는 이완기 80-89	수축기 140-159 또는 이완기 90-99	수축기 160 이상 또는 이완기 100이상
위험인자 0개	생활요법	생활요법 또는 약물치료	생활요법 또는 약물치료
당뇨병 이외의 위험인자 1~2개	생활요법	생활요법 또는 약물치료	생활요법과 약물치료
당뇨병 이외의 위험인자 ≥3개 또는 무증상 장기손상	생활요법	생활요법과 약물치료	생활요법과 약물치료
당뇨병, 심뇌혈관 질환 만성신장질환	생활요법 또는 약물치료	생활요법과 약물치료	생활요법과 약물치료

<표 6> 각 상황별 이상지질혈증 치료 전략

위험도	LDL 콜레스테롤 농도(mg/dL)				
	79-99	100-129	130-159	160-189	≥190
최고위험군 관상동맥질환 허혈성 뇌졸중 일과성 뇌허혈발작 말초혈관질환	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작
고위험군 경동맥질환 복부동맥류 당뇨병	생활습관 개선 및 투약 고려	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작
중등도위험군 주요위험인자 2개 이상	생활습관 개선	생활습관 개선 및 투약 고려	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작
저위험군 주요위험인자 1개 이상	생활습관 개선	생활습관 개선	생활습관 개선 및 투약 고려	생활습관 개선 및 투약 시작	생활습관 개선 및 투약 시작

(다) 근로자의 기초질환관리에 참여하는 의사는 고혈압과 이상지질혈증 등 기초질환이 두 가지 이상 병합되어 있을 때에 뇌심혈관질환에 대한 발병위험이 가중될 수 있음을 치료방침 결정 시 고려한다.

(라) 질병경과에 따른 치료방침 결정을 위하여 추가적인 정밀검사나 추적검사가 필요한 경우에는 사업주는 의사의 권고에 따라 이를 실시한다.

(2) 생활습관개선 프로그램의 제공

(가) 질병관리는 일반적으로 약물요법 외에 생활습관개선과 같은 비약물요법이 함께 병행될 때 그 효과가 커지므로, 사업주는 당해 사업장 근로자들이 개선해야 할 보편적인 생활습관을 파악하여 그 사업장에 필요한 주요 생활습관개선프로그램(예: 금연프로그램, 영양지도프로그램, 운동프로그램, 절주프로그램 등)을 사업장에서 직접 운영하거나 외부기관의 지원을 받아 운영하도록 노력한다.

(3) 보건교육과 상담

(가) 사업주는 근로자들에게 정기적으로 뇌심혈관질환 교육과 상담을 실시한다.

(나) 보건교육과 상담 내용은 다음과 같다.

- ① 뇌심혈관질환의 범주 및 특성
- ② 뇌심혈관질환 예방의 중요성 및 필요성
- ③ 뇌심혈관질환 발병위험도평가의 의미
- ④ 뇌심혈관질환 예방을 위한 사후관리방법 등

(4) 작업관리 및 작업환경관리

(가) 사업주는 근로자의 기초질환관리를 위하여 단지 비약물요법과 약물요법에만 그쳐서는 안 되며, 뇌심혈관질환 발병 또는 악화의 위험요인으로서 작업(장시간근무, 교대근무, 야간작업 등) 및 작업환경(소음, 한랭, 고열 등)의 위험요인을 조사하고 이를 개선하도록 노력한다.

5.2.2 유소견자를 위한 건강증진활동의 전개³⁾

(1) 근로자 건강증진 활동의 추진방향

(가) 사업주와 근로자는 작업관련성 질환 예방을 포함하여 근로자의 건강을 최상의 상태로 유지·증진하기 위한 건강증진활동을 추진해야 한다.

(나) 사업주와 근로자는 건강증진 활동을 적극적으로 추진하지 않으면 작업관련 뇌심혈관계질환, 근골격계질환, 직무스트레스 등이 발생하여 결과적으로 이에 대한 치료 및 관리비용이 더 많이 발생할 수 있음을 인식한다.

(다) 근로자 건강증진 활동의 추진을 통해 사업장 차원에서는 생산성 향상, 업무의 질 향상, 고객만족, 건강관리 비용 감소, 근로자의 유대감 향상, 결근률감소, 이직률 저하 등에 기여하게 되고, 근로자 개인 차원에서는 건강, 편안함, 직무만족도 향상, 생산성 증가, 다양한 건강행위증진에 영향을 미치게됨을 이해한다.

3) H-162-2014, 사업장 건강증진활동 계획 수립 및 시행에 관한 지침 p 4~5, KOSHA.

- (라) 사업주와 근로자는 건강증진 활동의 추진방침 및 목표를 이해하고 건강증진 활동을 추진하기 위하여 전 직원의 지속적인 참여와 적극적인 활동이 필요함을 인식한다.
- (마) 사업주는 건강증진 활동에 근로자를 참여시키고, 근로자는 건강증진 활동의 모든 단계에 적극적으로 참여한다.
- (바) 사업주는 건강증진 활동에 필요한 인력, 시설, 장비, 예산 등을 지원한다.
- (사) 사업주는 건강증진 활동을 추진하기 위하여 외부 전문가 또는 전문기관의 자문을 받거나 협력 체계를 마련한다.
- (아) 다른 사업장의 우수사례를 벤치마킹하여 건강증진 활동을 수립할 때 반영한다.
- (자) 근로자 건강증진 활동은 사업장 내의 협력업체 근로자를 포함하여 추진한다.
- (차) 건강증진 활동의 계획 수립, 프로그램 운영내용, 결과 등에 관한 모든 사항을 기록하고 보존한다.

(2) 건강증진활동 계획 수립 및 절차⁴⁾

(가) 사업장 현황 분석

- ① 건강증진 사업을 수행하기 위하여 사업장의 현황을 분석한다.
- ② 현황 분석을 위해 사업장의 물리적 환경, 사회심리적 요인, 개인 건강관리를 위한 자원, 사업장의 외부요인을 분석한다.
- ③ 현황 분석 자료를 토대로 내부 환경의 강점과 약점을 파악하고, 외부 환경요인에 의해 만들어지는 기회와 위협 요인을 분석하는 SWOT 분석을 실시한다.

(나) 건강증진 요구도 조사

- ① 건강증진에 대한 근로자의 요구도를 조사한다.
- ② 건강증진 요구도는 직무스트레스 관리, 작업관련 뇌심혈관계질환, 작업관련 근골격계질환, 금연·절주·운동·영양개선 등의 생활습관에 대한 내용을 파악한다.

4) H-162-2014, 사업장 건강증진활동 계획 수립 및 시행에 관한 지침 p 8~9, KOSHA.

- ③ 건강증진 요구도 파악 시 건강진단 결과, 결근 및 이직 자료, 산업재해 자료, 근골격계 유해요인조사 결과, 뇌심혈관계질환 발병위험도 평가 결과, 건강관리실 이용현황 등에 대한 자료를 수집하고, 부서별 건강증진 실무 담당자 및 근로자의 의견을 청취하는 등 종합적인 정보를 통합하여 정리한다.

(다) 우선순위 설정

- ① 건강증진 요구도 파악 조사 결과를 토대로 건강증진 활동의 우선순위를 정한다.
 ② 우선순위는 건강문제의 크기, 건강문제의 심각성, 건강증진 활동을 통해 개선될 수 있는 효과의 정도, 근로자의 관심도, 사업주의 건강증진활동 추진방향, 정책적 추진방향, 외부자원의 활용 가능성 등을 고려하여 설정한다.

(라) 목표 설정

- ① 건강증진 활동의 목표를 구체적이고 명확하게 설정한다.
 ② 건강증진활동의 목표는 SMART 방법에 따라 구체적이고(Specific), 측정가능하고(Measurable), 성취가능하고(Achievable), 합리적이고(Reasonable), 시간에 대한 기준을 설정(Timely)하여 작성한다.

(마) 건강증진 활동 실행 계획 수립

- ① 건강증진 활동의 세부 실행 계획을 수립한다.
 ② 실행계획은 누가, 언제, 어떻게 추진할 것인지를 구체적인 계획을 수립한다.
 ③ 프로그램을 수행하는데 필요한 인적자원, 교육자료, 장소, 장비와 물품, 재정자원 등 필요한 자원을 검토한다.
 ④ 필요한 예산을 산출한다.
 ⑤ 수행일정을 계획한다.
 ⑥ 사업계획서를 작성한다.
 ⑦ 실행계획을 수립할 때 평가 계획도 함께 수립한다

5.3 유소견자 관리 결과에 따른 개선 결과 확인 및 개선방안 수립(CHECK)

5.3.1 유소견자를 위한 건강증진 활동 평가⁵⁾

- (1) 건강증진 활동 시행 후 건강증진 활동에 대한 평가를 실시하여 건강증진 활동 시

5) H-162-2014, 사업장 건강증진활동 계획 수립 및 시행에 관한 지침 p 11~12, KOSHA.

작 시 시행한 사전 조사 결과와 비교한다.

(2) 건강증진 활동 평가는 구조, 과정, 결과의 영역으로 평가한다.

(가) 구조평가는 건강증진활동에 대한 자원의 투입이 적절한지를 평가하는 것으로 인력, 시설, 장비, 예산의 투입이 적절한가 등 투입된 노력에 대해 평가하는 것이다.

(나) 과정평가는 프로그램 운영이 수립된 계획에 맞게 이루어지고 있는지를 보는 것이다.

(다) 결과평가는 사업 종료 시 사업효과를 평가함으로써 사업의 지속이나 확대여부를 판단하기 위해 실시한다.

(3) 수립한 목표를 달성하였는지 평가한다.

(4) 실행 계획과 수행내용의 장점과 문제점을 분석한다.

5.3.2 유소견자 업무적합성 평가: 업무적합성평가는 직무를 확인(업무분석)하고, 신체 및 심리적 기능 평가(병력조사, 임상 진찰 및 검사)한다. 그리고 확인된 직무와 근로자의 기능을 서로 비교(업무적합성평가)한 결과를 바탕으로 판정 및 사후관리 조치를 한다.

(1) 질병진단: 노동능력평가로도 불리며, 질병진단과 관련하여 평가된다. 하지만 질병명 자체보다는 질병으로 인한 신체적, 심리적 기능 정도에 초점을 두어 평가한다. 이런 이유로 질병명이 동일해도 병의 진행정도, 기능의 손상수준 그리고 업무강도와 내용에 따라 기능평가의 종류는 크게 달라질 수 있다는 사실을 이해하는 것이 중요하다.

(가) 직업환경의학과전문의 등은 임상 진찰 및 검사를 통해 업무수행에 장애가 될 수 있는 신체적, 심리적 조건을 확인한다.

(나) 직업환경의학과전문의 등은 업무분석과 직업력 및 병력 조사 등을 종합적으로 판단하여, 필요한 경우 적절한 임상병리검사, 영상검사, 기타 생물학적 노출지

표 등 특수검사 등을 실시할 수 있다.

(2) 직업력 및 병력조사: 다음과 같은 직업력과 병력에 대한 내용을 파악하여 업무적 합성평가에 활용할 수 있다.

(가) 과거의 직업경력 (취업관련 기록)

(나) 현장사고 경험

(다) 건강진단기록

(라) 과거 및 현재 병력 (필요시 진단서 및 소견서 포함)

(마) 생활습관 (흡연, 음주, 취미생활 등)

(3) 업무분석

(가) 업무분석은 근로자의 구체적인 업무 내용을 파악하는 것으로, 직업환경의학전문직은 사업주나 보건관리자의 도움을 받거나 근로자가 준비한 자료를 참고하게 된다. 근로자나 보건관리자가 업무적합성평가를 위해 직업환경의학전문직의 등과 면담 시 기본적으로 다음 항목들에 대한 정보를 제공하면 보다 적절한 업무적합성평가를 수행하는데 도움이 된다.

- ① 업무내용(업무내용상 요구되는 신체적, 심리적 측면을 포함)
- ② 업무시간
- ③ 업무장소
- ④ 작업장의 유해요인과 위해도
- ⑤ 신체적, 심리적 노동강도

(나) (1)의 내용과 관련하여 보다 구체적인 자료로는 해당 근로자의 업무분장, 업무 관련 동영상, 물질안전보건자료, 작업환경측정보고서, 보건관리정보, 기업규모 및 원재료, 생산품 정보 등이 있다. 이들 자료를 이용해 직업환경의학전문직의 등이 보다 심층적으로 업무내용을 파악할 수 있고, 자의적인 업무적합성평가를 피하는 데 도움이 된다.

(다) 이러한 자료들은 원칙적으로 업무관련성 평가를 시행하기 전 준비하는 것이 좋다. 하지만 현실적으로 어려운 경우 직업환경의학전문의 등과 면담 후에 사업주나 보건관리자를 통해 제공받을 수 있다.

(4) 업무적합성평가의 판정

(가) 직업환경의학전문의 등은 업무분석, 직업력 및 병력 조사, 임상 진찰 및 임상검사 결과를 활용하여 업무적합성을 평가한다. 그리고 필요시 정당한 편의제공을 포함한 근무조건 및 사후관리조치를 제시할 수 있다.

(나) 업무적합성평가는 고용노동부고시 제2020-60호의 별표4의 내 업무수행 적합여부 판정을 근거로 가/나/다/라로 판정된다. 근로자의 건강 상태나 신체적, 심리적 기능에 제한이 있을 때 ‘일정한 조건’이 함께 명시되는 경우가 종종 있으며, 노사 모두 가능한 수준 내에서 해당 조건을 성실히 이행하는 것이 적절한 업무수행과 근로자 건강보호와 유지에 도움이 될 수 있다.

<표 7> 고용노동부고시 제2020-60호의 별표4 내 업무수행 적합여부 판정

‘가’판정	현재 조건하에서 현재 업무 가능 : 건강관리상 현재의 조건하에서 작업이 가능한 경우를 말한다.
‘나’판정	일정 조건하에서 현재업무 가능 : 일정한 조건(환경개선, 보호구착용, 건강진단주기의 단축 등)하에서 현재의 작업이 가능 한 경우를 말한다.
‘다’판정	일정기간 현재업무 불가 : 건강장해가 우려되어 한시적으로 현재의 작업을 할 수 없는 경우(건강상 또는 근로조건상의 문제가 해결된 후 업무복귀 가능)를 말한다.
‘라’판정	영구적으로 현재업무 불가와 같이 업무수행적합 여부 : 건강장해의 악화 또는 영구적인 장해의 발생이 우려되어 현재의 작업을 해서 안 되는 경우를 말한다.

(다) 직업환경의학전문의가 주로 활용하는 사후관리조치 및 중재방안은 <표 2>와 같다. 이러한 중재내용을 성공적으로 하기 위해서는 사업주(보건관리자), 근로자 그리고 전문의 상호간 의견교환이 필요한 경우가 많다.

5.4 기업건강증진 지수에 따른 유소견자 건강증진활동 평가 및 개선 방안 수립(ACT)

평가에서 나타난 문제점을 검토하여 건강증진 활동을 지속적으로 수행할지의 여부와 수정보완점을 결정한다. 건강증진 활동 평가 결과를 반영하여 다음에 시행할 건강증진 활동에 보완하여 적용한다. 건강증진 활동의 평가와 피드백을 위해 사업주, 부서장, 근로자 대표, 근로자 등 다양한 사람들의 의견을 청취한다

5.4.1 건강증진활동 평가 항목⁶⁾

(1) 요구도 평가항목: 요구도 평가항목은 총 9개이며, 건강증진분야별 평가항목은 <별표 2>에 제시되어 있다.

(가) 장년 근로자 비율: 전체 근로자 중 50세 이상인 장년 근로자가 차지하는 백분율을 말한다.

(나) 장시간 근로자 비율: 전체 근로자 중 최근 6개월간 주당 평균 근무시간이 60시간 이상인 근로자가 차지하는 백분율을 말한다.

(다) 교대(야간) 근로자 비율: 전체 근로자 중 작업 일정이 교대작업인 근로자(KOSHA GUIDE H-22-2011, 교대작업자의 보건관리지침 참조)와 야간근무(산업안전보건법 시행규칙 제98조제2호, 별표 12의2 특수건강진단 대상 유해인자 참조)에 종사한 근로자가 차지하는 백분율을 말한다.

(라) 근골격계부담작업 종사자 비율: 전체 근로자 중 근골격계부담작업(고용노동부 고시 제2018-13호 근골격계부담작업의 범위 및 유해요인조사 방법에 관한 고시 참조)에 종사하는 근로자가 차지하는 백분율을 말한다.

(마) 고객응대 근로자 비율: 전체 근로자 중 업무시간의 50% 이상을 고객응대 업무(KOSHA GUIDEH-163-2016, 고객응대 근로자 감정노동 평가지침 참조)에 종사하는 근로자가 차지하는 백분율을 말한다.

(바) 근골격계질환 근로자 수: 최근 3년간 근골격계질환으로 업무상질병(산업재해) 판정을 받은 근로자 수를 말한다.

6) H-201-2018, 기업건강증진지수 평가지침 p 4~11, KOSHA

(사) 뇌심혈관질환 근로자 수: 최근 3년간 뇌심혈관질환으로 업무상질병(산업재해) 판정을 받은 근로자 수를 말한다.

(아) 일반건강검진 미수검자 비율: 전체 근로자 중 최근 1년간(사무직 근로자인 경우 최근 2년간) 일반건강검진을 실시하지 않은 근로자가 차지하는 백분율을 말한다.

(자) 일반질환 의심 및 유질환자: 전체 근로자 중 최근 1년간(사무직 근로자인 경우 최근 2년간) 일반건강검진 결과 일반질환 의심(C) 및 유질환자(D)로 판정된 근로자가 차지하는 백분율을 말한다

(2) 활동도 평가항목: 활동도 평가항목은 총 10개이며, 활동도 평가 양식에 제시되어 있다.

(가) 근로자 분포특성 파악: 요구도 평가항목 9개 중 파악하고 있는 정도를 말한다.

(나) 실태조사 실시: 근로자 특성, 사업장의 환경적 특성 등 실태파악을 위한 조사를 실시하였는지를 말한다.

(다) 집중관리 대상파악: 집중관리 해야 할 위험 근로자를 파악하고 있는지를 말한다.

(라) 프로그램 추진 수: 최근 1년간 추진했거나 추진 중인 건강증진 프로그램의 개수를 말한다.

(마) 근로자 요구 반영: 건강증진 프로그램의 기획, 운영, 평가 등에 근로자 의견을 반영하는지를 말한다. 근로자의 요구는 근로자 면담, 사내 의견 게시판, 설문조사, 온라인 의견게시판, 산업안전보건위원회, 노사협의체, 노사위원회 등을 통해 파악하거나 건강진단결과, 건강관리실 이용실적 등의 자료를 통해 분석할 수 있다.

(바) 성과평가: 건강증진 프로그램 활동결과를 분석하는 등 성과평가를 실시하는지를 말한다. 성과평가의 예로는 신체계측치 변화 분석, 목표달성 여부평가, 근로자 만족도 조사, 고위험 근로자 참여율 분석, 행동변화 분석 등이 있다.

(사) 결과환류: 건강증진 프로그램 활동결과가 차후 건강증진 계획과 수행 등에 환류되어 반영되는지를 말한다. 결과환류의 예로는 전년도 목표 달성치를 고려하여 올해 활동목표를 수립, 전년도 발견된 추진 상 문제점을 올해 개선하여 시행, 근로자 만족도를 높이기 위하여 작년과는 다른 방안을 도입하는 것 등이 있다.

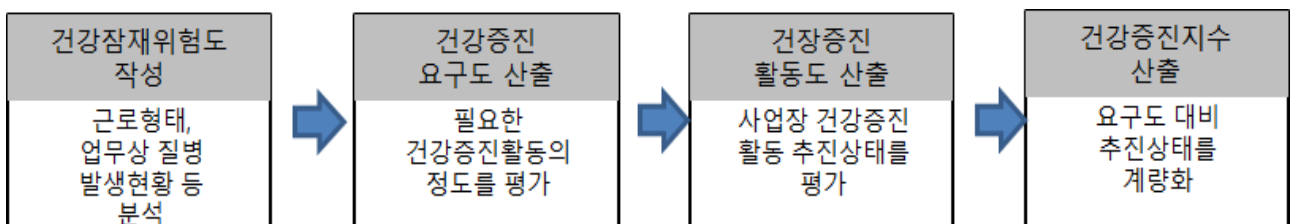
(아) 건강군 및 위험군 포함: 건강증진 프로그램을 운영할 때 위험 근로자 뿐만 아니라 건강 근로자를 포함시키는지를 말한다.

(자) 시설 및 환경개선: 최근 1년 동안 프로그램 추진 중 회사가 시설 및 환경개선을 지원했는지를 말한다. 시설 개선은 설비, 장비 등 hardware의 개선을, 환경 개선은 제도, 규정, 규칙 등 건강증진 문화조성을 위한 software의 개선을 의미한다.

(차) 사업장 지원: 최근 1년 동안 건강증진 프로그램 추진을 위하여 회사에서 추진 조직, 추진예산, 인센티브, 벤치마킹, 담당자 교육을 지원하였는지를 말한다. 사업장 지원을 평가하기 위해서는 다음의 사항을 고려해야 한다.

- ① 건강증진활동 추진을 위하여 부서, 전담인력, 담당자 등이 지정되어 있는가?
- ② 건강증진활동 추진에 필요한 예산이 별도로 편성되어 있는가?
- ③ 건강증진활동 참여 촉진을 위하여 근로자에게 인센티브를 제공하는가?
- ④ 국내외 건강증진활동 우수사례를 벤치마킹하는데 회사가 지원하는가?
- ⑤ 건강증진활동 추진자가 업무수행에 필요한 지식을 습득·유지할 수 있도록 외부 전문화교육, 기술 세미나, 워크숍 등에 참여하도록 회사가 지원하는가?

5.4.2 평가 절차⁷⁾: 사업주는 기업의 건강증진 활동수준을 평가하기 위하여 절차를 정하여 평가를 실시한다.



<그림 2> 평가절차

7) H-201-2018, 기업건강증진지수 평가지침 p 4~11, KOSHA

(1) 건강 잠재위험도 작성: 근로자 비율에 따라 건강잠재 위험도를 1~5점 부여한다. 근로자 비율을 파악하지 못한 경우에는 3점을 부여한다. 건강 잠재위험도 작성양식은 다음과 같다.

<표 8> 건강 잠재위험도 평가표

건강잠재위험도		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
		장년	장시간	교대(야간)	근골부담	고객응대	근골질환	뇌심질환	일반검진미수검자	일반질환의심, 유질환자
전체 근로자수 대비	5점	50%이상	50%이상	50%이상	50%이상	50%이상	2명이상	1명이상	5%이상	50%이상
	4점	25~50% 미만	25~50% 미만	25~50% 미만	25~50% 미만	25~50% 미만	1명	-	3~5% 미만	25~50% 미만
	3점	10~25% 미만	10~25% 미만	10~25% 미만	10~25% 미만	10~25% 미만	-	-	1~3% 미만	10~25% 미만
	2점	1~10% 미만	1~10% 미만	1~10% 미만	1~10% 미만	1~10% 미만	-	-	1% 미만	1~10% 미만
	1점	1%미만	1%미만	1%미만	-	1%미만	없음	없음	없음	1%미만

(2) 요구도 산출: 건강증진분야별로 건강증진 요구도를 산출한다. 요구도는 평가항목의 건강 잠재위험도 점수 중 가장 높은 점수로 한다. 요구도 평가양식은 다음과 같다.

<표 9> 요구도 평가양식

건강증진분야	건강증진 요구도 점수*	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
		장년	장시간	교대(야간)	근골부담	고객응대	근골질환	뇌심질환	일반검진미수검자	일반질환의심, 유질환자
근골격계질환 예방										
뇌심혈관질환예방										
직무스트레스관리										
생활습관개선										

(3) 활동도 산출: 건강증진분야별로 활동도를 산출한다. 활동도는 10개 평가항목의 총점을 4로 나눈 값으로, 최대값은 5점이다.

<표 10> 활용도 평가양식

건강증진분야	건강증진활동도 점수 $\Sigma(①\sim⑩)/4$	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
		근로자분포특성과약	실태조사 실시	집중관리대상 파악	프로그램 추진 수	근로자요구 반영	성과평가	결과환류	건강군 및 위험군포함	시설 및 환경개선	사업장지원
근골격계질환 예방											
뇌심혈관질환예방											
직무스트레스관리											
생활습관개선											

<표 11> 활동도 평가표

점수	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
	근로자분포특성과약	실태조사 실시	집중관리대상 파악	프로그램 추진수	근로자요구 반영	성과평가	결과환류	건강군 및 위험군포함	시설 및 환경개선	사업장지원
2점	80% 이상	실시	실시	2종이상	실시	실시	실시	건강인 포함	2분야	3종이상
1점	50-80% 미만	-	-	1종	-	-	-	위험군 포함	1분야	1-2종
0점	50%미만	미실시	미실시	미실시	미실시	미실시	미실시	미포함	미적용	미지원

(4) 기업건강증진지수 산출

(가) 건강증진분야별 요구도 원점수에 20을 곱하여 환산점수를 산출한다. 종합한 요구도 환산점수는 분야별 요구도 환산점수의 산술평균 값이다.

(나) 건강증진분야별 활동도 원점수에 20을 곱하여 환산점수를 산출한다. 종합한 활동도 환산점수는 분야별 활동도 환산점수의 산술평균 값이다.

(다) 다음의 식에 의해 건강증진분야별 건강증진지수를 산출한다. 지수가 100점을 넘는 경우 100점으로 처리한다. 종합한 건강증진지수는 분야별 건강증진지수의 산술평균 값이다.

$$\text{분야별 건강증진지수} = \frac{\text{분야별 활동도 환산점수}}{\text{분야별 요구도 환산점수}} \times 100$$

(라) 기업건강증진지수 평가양식은 아래와 같다.

<표 12> 기업건강증진지수 평가 양식

건강증진분야	건강증진요구도		건강증진활동도		건강증진지수 (④/③*100)
	①원점수 (1~5점)	②환산점수 (①*20점)	③원점수 (1~5점)	④환산점수 (③*20점)	
평균(Σ①~④/4)					
① 근골격계질환 예방					
② 뇌심혈관계질환 예방					
③ 직무스트레스 관리					
④ 생활습관 개선					

(5) 결과 해석 및 활용

<표 13> 기업건강증진지수 평가 결과 분석표

단계	기업건강증진지수	권고사항
미도입	0~20점 미만	건강증진을 위한 사업장 근로특성, 근로자 건강특성 등 기초데이터 확보 필요
도입	20~50점 미만	건강증진활동을 위한 기초데이터를 확보하고, 활동을 도입했으나, 미흡함
활성화	50~80점 미만	건강증진활동이 활성화되어 있으며, 취약한 분야를 찾아 추가 활동 강화
우수	80점 이상	건강증진활동 우수

(가) 산출된 건강증진지수에 따라 기업의 건강증진 활동수준을 미도입, 도입, 활성화, 우수단계로 분류한다.

- ① “미도입”단계는 지수가 0~20점 미만으로, 건강증진을 위하여 사업장 근로특성, 근로자 건강특성 등 기초데이터 확보가 필요한 단계이다.
- ② “도입”단계는 지수가 20~50점 미만으로, 건강증진을 위한 기초데이터는 확보하고 있으나 활동이 미흡한 단계이다.
- ③ “활성화”단계는 지수가 50~80점 미만으로, 건강증진이 이루어지고 있으나 취약한 건강증진분야가 있는 단계이다.
- ④ “우수”단계는 지수가 80점 이상으로, 대부분 혹은 모든 건강증진분야에서 우수한 수준으로 활동이 이루어지는 단계이다.

(나) 사업주는 상기 평가 결과를 통해 기업건강증진지수를 활용할 수 있으며, 더불어 차기년도 업무계획 수립에 반영한다.

- ① 사업장의 건강잠재위험도를 평가한다.
- ② 사업장의 건강증진 활동 추진상태를 평가한다.
- ③ 주기적으로 기업건강증진지수를 산출하여 건강잠재위험도, 요구도, 활동도의 변화수준을 파악하고 건강증진 활동수준의 진척도를 확인한다.
- ④ 우선지원이 필요한 건강증진분야를 선택하여 지원을 결정한다.

<표 14> 건강증진분야별 사례

건강증진 활동	현상파악/분석	대상자 확인	프로그램 운영	개선 활동 전개
근골격계 질환 예방	근골부담작업 유해요인조사, 증상조사, 근골질환 실태조사등	근골격계질환자, 근골격계부담작업 종사자, 근골격계 증상호소자	직장인 체조, 스트레칭 교육, 올바른 작업자세 지도, 운동처방 및 상담, 인간공학적 개선(작업대, 작업의자, 작업공구), 초기 증상자의학적 관리 등	- 체력단련실 마련, 인간공학적 작업환경 개선, 물리치료장비 구비, 입식의자 비치 - 전직원 체조시간, 운동동호회 지원
뇌심혈관계질환 예방	뇌심혈관질환 발병위험도 평가, 기초질환유병자조사, 기초질환관리실태조사, 대사증후군 유병자 조사 등	고혈압, 당뇨, 고지혈증, 요관찰자 및 유소견자, 대사증후군근로자, 뇌심 발병위험도 상 위험군 등	고혈압, 당뇨, 고지혈증 환자 관리 및 교육, 심폐소생술 및 응급처치 교육, 비만관리 등	체세동기 및 혈압계 비치 / 저염식단 도입, 야간근무조 개선
직무스트레스 관리	한국형 직무스트레스 측정도구(KOSS)를 이용한 설문조사, 감정노동측정평가, 우울증 조사 등	직무스트레스 측정값이 중앙값이상인 근로자, 우울 호소군, 감정노동 수준이 '주의'에 있는 근로자	스트레스 검사 및 심리상담, 스트레스 완화프로그램, 동료관계 개선지원(동호회), 직무스트레스 관리교육, 감정노동관리교육등	심리상담실 운영, 스트레스측정기 구입 / 동호회 지원, Stress Zero의 날 등 이벤트 운영
생활습관 개선	흡연, 음주, 비만, 운동실천, 식이습관, 수면습관 등에 관한 설문조사	흡연자, 음주자, 비만자등	금연, 절주, 식생활개선, 손씻기 등 개인 위생관리, 사고예방, 신체활동 활성화(걷기등) 등	사내 산책코스 정비, 흡연실 마련 / 금연건물선포, 회식없는 날 지정 등

[부록 A] 기업건강증진지수 산출과정(예시)

[1단계] 건강 잠재위험도 평가

근로·건강 특성	근로자 수	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
		장년	장시간	교대	근골 부담	고객 응대	근골 질환	뇌심 질환	일반검진 미수검자	일반질병 요관찰, 유소견자
근로자수	549명	36명	0명	209명	500명	350명	0명	0명	0명	4명
(비율)		6.6%	0.0%	38.1%	91.1%	63.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.7%
건강잠재위험도		2점	1점	4점	5점	5점	1점	1점	1점	1점

[2단계] 요구도 평가

건강증진 분야	건강증진 요구도 점수*	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
		장년	장시간	교대	근골 부담	고객 응대	근골 질환	뇌심 질환	일반검진 미수검자	일반질병 요관찰, 유소견자
근골격계 질환예방	5	2	X	X	5	X	1	X	X	X
뇌심혈관 질환예방	4	2	1	4	X	X	X	1	1	1
직무스트 레스관리	5	X	1	4	X	5	X	1	X	X
생활습관 개선	5	2	1	4	X	5	X	1	X	1

* 평가항목 점수 중 가장 높은 점수

[3단계] 활동도 평가

건강증진 분야	건강증진 활동도 점수 $\Sigma(①\sim⑩)/4$	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
		근로자 분포 특성 파악	실태 조사 실시	집중 관리 대상 파악	프로그램 추진 수	근로자 요구 반영	성과 평가	결과 환류	건강군 및 위험군 포함	시설 및 환경 개선	사업장 지원
근골격계 질환예방	3점	2점	2점	2점	1점	0점	2점	0점	2점	0점	1점
뇌심혈관 질환예방	3점	2점	2점	2점	1점	0점	2점	0점	2점	0점	1점
직무스트레스관리	2.75점	2점	2점	2점	1점	0점	2점	0점	0점	1점	1점
생활습관 개선	2.5점	2점	2점	0점	1점	0점	2점	0점	2점	0점	1점

[4단계] 기업건강증진지수 산출

건강증진 분야	건강증진 요구도		건강증진 활동도		건강증진지수 ($(d)/(b) \times 100$)
	㉑원점수 (1~5점)	㉒환산점수 ($(a) \times 20$ 점)	㉓원점수 (1~5점)	㉔환산점수 ($(c) \times 20$ 점)	
평균 ($\Sigma①\sim④/4$)	4.75점	95점	2.81점	56.25점	60점
①근골격계질환 예방	5점	100점	3점	60점	60점
②뇌심혈관질환 예방	4점	80점	3점	60점	75점
③직무스트레스 관리	5점	100점	2.75점	55점	55점
④생활습관 개선	5점	100점	2.5점	50점	50점

☞ 평가결과 : 60점 (활성화단계)

우선활동 분야 : 생활습관 개선분야, 직무스트레스 관리분야

활동 방향 : 실태조사에 근거하여 고위험군을 파악하고 이들이 프로그램에 참여토록 독려함.

프로그램 추진 후 성과를 평가하고 차기년도 계획 수립시 이를 반영함.

[부록 B] 기업건강증진지수 산출표

[1단계] 건강 잠재위험도 작성

근로·건강 특성	근로자 수	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
		장년	장시간	교대 (야간)	근골 부담	고객 응대	근골 질환	뇌심 질환	일반검진 미수검자	일반질환 의심, 유질환자
근로자수 (비율)	명	명 %	명 %	명 %	명 %	명 %	명	명	명 %	명 %
건강잠재위험도		점	점	점	점	점	점	점	점	점

[2단계] 요구도 평가

건강증진 분야	건강증진 요구도 점수	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
		장년	장시간	교대 (야간)	근골 부담	고객 응대	근골 질환	뇌심 질환	일반검진 미수검자	일반질환 의심, 유질환자
근골격계 질환예방			X	X		X		X	X	X
뇌심혈관 질환예방					X	X	X			
직무스트레 스관리		X			X		X		X	X
생활습관 개선					X		X		X	

[3단계] 활동도 평가

건강증진 분야	건강증진 활동도 점수 $\Sigma(①-⑩)/4$	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
		근로자 분포 특성 파악	실태 조사 실시	집중 관리 대상 파악	프로 그램 추진수	근로자 요구 반영	성과 평가	결과 환류	건강군 및 위험군 포함	시설 및 환경 개선	사업장 지원
근골격계 질환예방											
뇌심혈관 질환예방											
직무스트 레스관리											
생활습관 개선											

[4단계] 기업건강증진지수 평가

건강증진 분야	건강증진 요구도		건강증진 활동도		건강증진지수 (㉑/㉒x100)
	㉑원점수 (1 ~ 5점)	㉒환산점수 (㉑x20점)	㉓원점수 (1 ~ 5점)	㉔환산점수 (㉓x20점)	
평균 (Σ ㉑ ~ ㉔/4)					
①근골격계질환 예방					
②뇌심혈관질환 예방					
③직무스트레스 관리					
④생활습관 개선					