

<引用文献>

- 東史人(2007).特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き.株式会社法研,18.
- 荒尾孝, 須山靖男, 今泉哲雄, 永松俊哉(1997). 健康・体力の維持増進を目的とした職域運動プログラムの開発—階段登行プログラムの開発—. 体力科学, 94, 10-23.
- Beser, A., Bahar, Z., BÜYÜKKAYA , D. (2007). Health Promoting Behaviors and Factors related to Lifestyle among Turkish Workers and Occupational Health Nurses' Responsibilities in their Health Promoting Activities . Ind Health, 45, 151-159.
- 平賀光美, 長見まき子(2008) . IT 企業従業員における効果的なメンタルヘルス一次予防対策の検討 1—長時間労働, 職業性ストレス, 睡眠および精神的健康度の実態—. 産業精神保健, 16 増刊号, 85.
- 古川理志, 丸山裕司, 中村恭子(2004). 職域における運動教室とインターネットを利用した運動指導介入の有効性. 順天堂大学スポーツ健康科学研究, 8, 32-37.
- 堀井裕子, 田中朋子, 長瀬博文, 荒谷哲雄, 木下喜子, 山下孝司(2006). 歩数計を使った運動プログラムにおける運動継続に関連する要因. 富山県衛生研究所年報, 29, 198-200.
- 石井秀宗 (2005) .統計分析のここが知りたい.東京文光堂,61-62.
- ジェイムス・オー・プロチェスカ, ジョン・ノークロス, カルロ・ディクレメンテ 著, 中村正和 監訳(2005). チェンジング・フォー・グッド. 法研, 40-56.
- 井上茂(2012). 身体活動の推進と環境整備 (特集: 健康日本 21 (第 2 次) と社会環境の整備). 保健の科学, 54(10),666-671.
- 厚生労働省(2006). 健康づくりのための運動指針 (エクササイズガイド 2006)
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/undou01/pdf/data.pdf> . [2010-06-06]
- 厚生労働省(2011). 健康日本 21 最終評価.
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001r5gc-att/2r9852000001r5np.pdf> [2017.02.13]
- 厚生労働省(2012). 健康日本 21 (第二次) .
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kenko

unippon21.html. [2017-1-9]

厚生労働省(2013). 健康づくりのための身体活動基準 2013.

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000002xple-att/2r9852000002xpqt.pdf>. [2017.02.13]

厚生労働省(2013). 健康づくりのための身体活動指針（アクティブガイド）.

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000002xple-att/2r9852000002xpri.pdf>. [2017.02.13]

厚生労働省(2016). 平成 26 年度国民医療費.

<http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/List.do?lid=000001159184>. [2017.02.12]

厚生労働省(2016). 平成 26 年 国民健康・栄養調査.

http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/GL08020103.do?_toGL08020103_&listID=00001151595&requestSender=dsearch. [2017.02.12]

厚生労働省(2017). 平成 27 年人口動態統計

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei15/index.html>.
[2017.02.12]

Licciardone, J. C.(1992).The planning, development, and implementation of a work-site health promotion program: a case study. Journal of the American Osteopathic Association. 92(2), 213-218.

Lilley, M.(1983). Preventive medicine and the benefit of exercise programmes for the sedentary worker. Physiotherapy. 69(1),8-10.

松尾太加志, 中村知靖 (2007) . 誰も教えてくれなかった因子分析. 北大路書房, 38.

松本千秋 (2011) . 行動変容のための健康教育パワーアップガイド効果を高めるヒント. 医歯薬出版株式会社, 8-9.

真鍋芳樹, 忠津佐和代, 武田則昭, 實成文彦(1997). 事業所職員の運動習慣と日常生活健康感・充足感との関連. 香医大看護学誌, 1(1), 139-151.

Miller, N. H.(1995).Physical activity: one approach to the primary prevention of hypertension. AAOHN Journal.43(6),319-326.

宮地元彦ら訳 (2012). 健康のための身体活動に関する国際勧告 (WHO) 日本語版.

<http://www0.nih.go.jp/eiken/programs/kenzo20120306.pdf>. [2017-02-14]

向井幹夫, 高木美智子, 森晴美, 木下直美, 渡辺幸子, 前田多美子, 高次寛治, 松崎

- 圭輔, 村上英紀(2003). 退職前後における生活習慣およびタイプ A 行動パターンの変化. 近畿中央病院医学雑誌, 24, 33-39.
- 武藤孝司, 桜井治彦, 吉田勝美, 伊津野孝(1991). 職域健康づくり活動における運動種目、運動指導者に関する検討. 日本公衆衛生雑誌, 38(4), 256-266.
- 武藤孝司, 桜井治彦, 吉田勝美, 島田直樹, 安達直(1992). 勤労者の運動習慣に関連する要因一特に労働条件との関連について一. 健康管理, 453, 33-38.
- 文部科学省(2013). 体力・スポーツに関する世論調査.
http://www.mext.go.jp/b_menu/toukei/chousa04/sports/1338692.htm.
 [2017.02.14]
- 中谷久恵, 池田和子(2005). 20 歳代・30 歳代労働者の運動意欲に関連する因子. 日本地域看護学会誌, 8(4), 41-45.
- 中村恭子, 古川雅志(2004). 健康運動の継続意欲に及ぼす心理的要因の検討ージョギングとエアロビックダンスの比較ー. 順天堂大学健康科学研究, 8, 1-13.
- 鍋谷照, 徳永幹雄(2001). 運動継続のための新しいアプローチ. 健康科学, 23, 103-116.
- 大平哲也, 中村知佳子, 今野弘則, 他. 心理的健康の維持・増進のための望ましい生活習慣についての疫学研究. 日本公衆衛生雑誌, 54(4), 226-235.
- Ohta, M., Okufuji, T., Matsushima, Y., Ikeda, M.(2004). The effect of lifestyle modification on physical fitness and work ability in different workstyles. Journal of Uoeh. 26(4), 411-21..
- Ohta, M., Mizoue, T., Mishima, N., Ikeda, M.(2007). Effect of physical activities in leisure time and commuting to work on mental health. Journal of Occupational health, 49, 46-52.
- 大塚礼, 豊嶋英明, 玉腰浩司, 他. 仕事のストレス要因から評価した自覚的ストレスの妥当性、および自覚的ストレスと生活習慣との関連. 日循予防誌, 42(2), 62-69.
- 岡浩一郎, (2003). 中年期における運動行動の変容段階と運動セルフ・エフィカシーの関係. 日本公衆衛生雑誌, 50(3), 208-215.
- 岡村智教, 田中太一郎, 由田克士, 武林亨, 大和浩, 三浦克之, 中川秀昭, 日下幸則, 岡山明, 山縣然太朗, 上島弘嗣(2007). 職域におけるポピュレーション・アプローチを用いた生活習慣危険因子の改善 (HIPOP-OHP 研究). 産業医学ジャーナ

ル, 30(2), 59-64.

小田切優子, 谷川武, 涌井佐和子, 高宮朋子, 大谷由美子, 下光輝一(2003). 職域における心理的ストレス反応に関連する職業性ストレスや生活習慣に関する検討. 疲労と休養の科学, 18(1), 75-82.

Pohanka, M., Fitzgerald S.(2004). Urban sprawl and you: how sprawl adversely affects worker health.. AAOHN Journal. 52(6), 242-246.

佐藤祐造(2006). 生活習慣病対策および健康維持・増進のための運動療法と運動処方. 東京文光堂, 70-75.

實森千賀子 (2011) .労働時間, 睡眠時間, 運動習慣への通勤時間の関与について. 松仁会医学誌, 50 (1) , 8-16.

鈴木雅子, 服部陽児, 藤重智子, 大島桐花, 多田昭子, 山本真由美, 小川智江, 井上津奈, 三木明子(2009) . IT 企業に勤務する新入社員の健康状況の検討. 産業衛生学雑誌, 51, 88.

Steinhardt, M., Green, L., Stewart, J.(1991).The relationship of physical activity and cardiovascular fitness to absenteeism and medical care claims among law enforcement officers.American Journal of Health Promotion.5(6),455-460.

須藤美智子(2002). 運動と職業性ストレス 運動を活用した職域におけるストレス対策. 産業ストレス研究, 9(4), 219-226.

総務省(2012). 平成 23 年社会生活基本調査.

<http://www.stat.go.jp/data/shakai/2011/pdf/gaiyou2.pdf>. [2017.2.14]

田浦久美子, 稲垣美智子.若年労働者が就職以降に体重増加・肥満に繋がる要因とその背景—特徴的な思考・行動パターンによる若年肥満労働者の類型化—. 日本看護研究会雑誌, 32(5), 39-49.

高木廣文, 林邦彦(2006). エビデンスのための看護研究の読み方・進め方. 中山書店, 110.

高瀬悦子, 田畑正司, 由田克士, 森川裕子, 西条旨子, 角島洋子, 三浦克之, 中川秀昭, 石崎昌夫, 城戸照彦, 佐伯和子(2002). 一企業の若年労働者における食物摂取習慣と食品摂取頻度及び健康診断結果との関連. 北陸公衆衛生学会誌, 28(2), 81-88.

高田康光(2004). 勤労者の通勤時運動時間と虚血性心疾患危険因子の関係. 厚生 の 指

標, 51(11), 29-33.

高田康光 (2006). 通勤時の身体活動習慣と運動負荷時血圧. 松仁会医学誌, 45(2), 151-156.

田代隆良, 井上晶代, 木津舞子, 中山由華, 村田直美, 森田愛子, 長岡清子 (2007). 日本人勤労者におけるメタボリックシンドロームと身体活動の関連. 保健学研究, 20 (1) , 75-81.

月野木ルミ (2007). 一事業所における運動習慣の実態分析と効果的な運動対策の検討. 滋賀医科大学看護学ジャーナル, 5(1), 87-92.

辻下守弘, 鶴見隆正, 川村博文, 岡崎大資, 甲田宗嗣, 小林和彦 (2002). 肥満女性の運動行動における変容段階と心理社会的要因との関係. 広島理学療法学, 11, 49-54.

坪田信孝, 檜田圭一郎, 中川一廣, 宇多真一, 日野原義博, 石井みどり (2001). 事業場における禁煙推進施策の実態調査. 平成 13 年度産業保健調査研究.

鶴田来美 (2003). 壮年期労働者の運動行動と運動の有効性に対する認識. 日本健康医学雑誌, 12(1), 22-28.

Vaz, M., Bharathi, A.V.(2004). How sedentary are people in "sedentary" occupations? The physical activity of teachers in urban South India. Occupational Medicine (Oxford), 54(6), 369-372, 2004.

山崎正行, 西村佳代, 中野真由美, 斉藤晴比古 (2000). 郵政職員の運動習慣の現状と疾病との関連—事務系職場を中心として—. 通信医学, 52(7), 383-386.

安田恒人, 福嶋嘉子, 安齋由貴子, 佐々木久美子, 佐藤憲子, 酒井太一, 高野英恵 (2007). 宮城県内の事業所における生活習慣病予防対策と勤労者の運動習慣の実態に関する研究. 平成 18 年度産業保健調査研究報告書.

吉川博通, 清水孝郎 (2003). 現代ビジネスマンライフスタイルの心因反応. 健康管理事業団研究助成論文集, 19, 27-33.