

2022 年 11 月 16 日

ティーベック株式会社

## ティーベック、会社員 1,000 名に「社員の健康に関する調査」を実施

～社員の約 4 人に 1 人が心身の不調で仕事のパフォーマンスが落ちている?!～

企業の健康経営支援などを手がけるティーベック株式会社（本社：東京都台東区、代表取締役社長：鼠家 和彦）は、会社員 1,000 名を対象にした「社員の健康に関する調査」を行いました。調査結果は以下のとおりです。



今回は、従業員規模 100 名以上の企業の社員を対象に、「心身の不調により仕事のパフォーマンスが落ちていると感じることがあるか」「健康経営の認知度」「勤務先の会社が実施している『社員の健康支援に関する取り組みや姿勢について』の満足度」「勤務先の新型コロナウイルス感染症対策についての評価」「会社の総合的な満足度」などを調査しました。

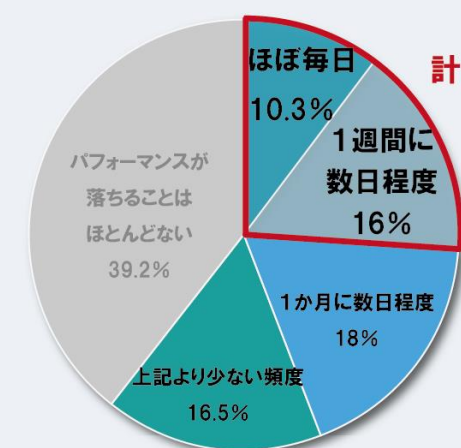
なお、本調査に関する詳細な資料は、下部 <ダウンロード資料> の URL から入手できます。

### ■ 社員の約 4 人に 1 人が心身の不調で仕事のパフォーマンスが落ちていると感じている

「心身の不調により仕事のパフォーマンスが落ちていると感じることがあるか」について、「ほぼ毎日」10.3%、「1 週間に数日程度」16%、計 26.3%となり、社員の約 4 人に 1 人が「心身の不調で仕事のパフォーマンスが落ちていると感じている」という結果になりました。

社員の多くは心身の不調が日々の仕事のパフォーマンスにも影響しており、社員の心身の健康を会社がサポートすることの重要性が改めて感じられます。

**Q. 出勤（在宅勤務含む）しているものの、心身の不調により仕事のパフォーマンスが落ちていていると感じることはありますか？パフォーマンスが落ちる頻度は？**



計 26.3%...

約 4 人に 1 人が心身の不調により  
仕事のパフォーマンスが落ちている！



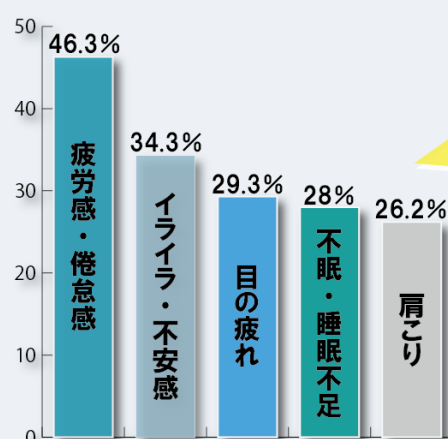
社員の健康に関する調査 2022

## ■ 心身の不調 第 1 位は「疲労感・倦怠感」

「心身の不調でパフォーマンスが落ちていていると感じることがある」と回答した人に、心身の不調の要因としてあてはまるものを選択してもらったところ、もっとも多い要因は「疲労感・倦怠感」46.3%となり、約半数が「疲労感・倦怠感」を覚えていることがわかりました。続いて「イライラ・不安感」「目の疲れ」「不眠・睡眠不足」「肩こり」が多いという結果になりました。

**Q. 心身の不調でパフォーマンスが落ちることがある方にお聞きます。**

**あなたが感じる心身の不調は？**



心身の不調 TOP3

- No.1...疲労感・倦怠感
- No.2...イライラ・不安感
- No.3...目の疲れ



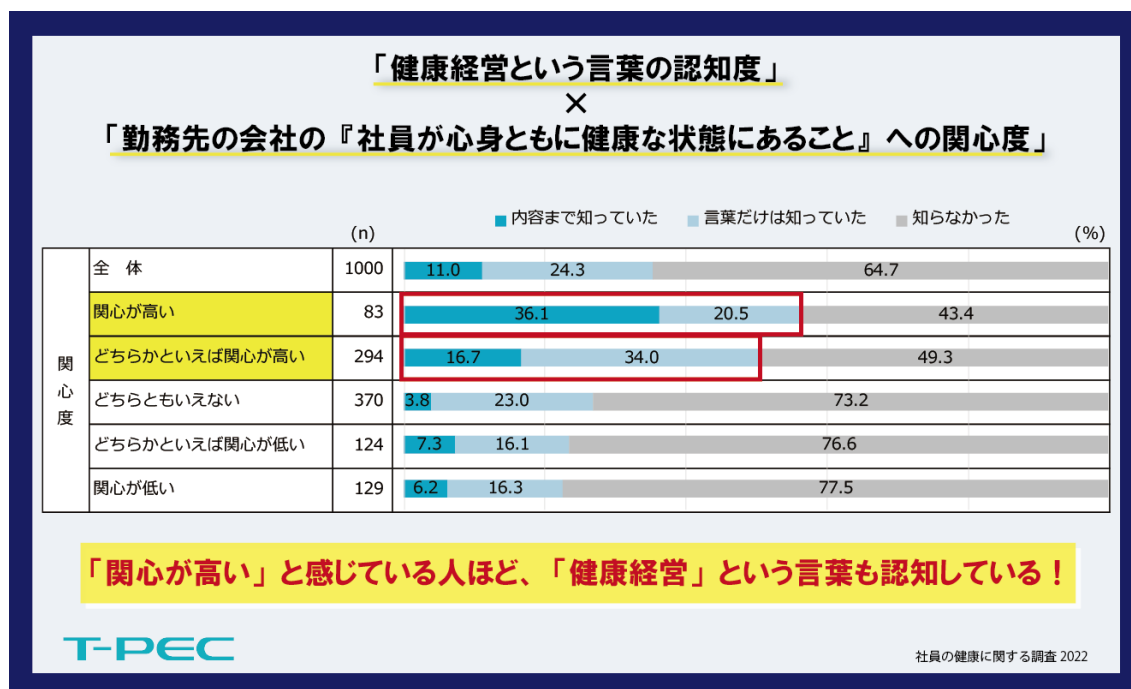
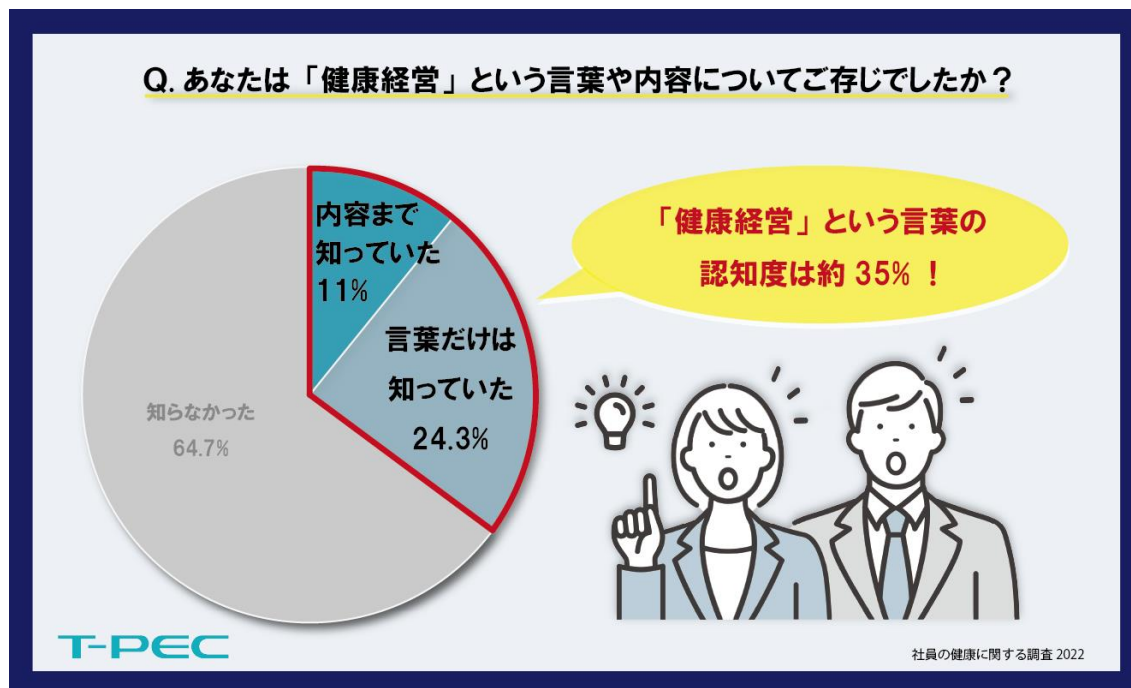
社員の健康に関する調査 2022

## ■ 「健康経営」という言葉の認知度は約 35%

「健康経営」という言葉の認知度は、全体の 35.3%（「内容まで知っていた」11%、「言葉だけは知っていた」24.3%）にとどまり、「知らなかった」の回答が 6 割以上を占めました。また、今回の調査により、「健康経営という言葉の認知度」と、「勤

勤務先の会社の『社員が心身ともに健康な状態にあること』への関心度』には関連性があることがわかりました。

「関心が高い」と回答した社員の約 4 割は、「健康経営」という言葉の「内容まで知っていた」と回答しており、「言葉だけは知っていた」を含めると全体の 56.6%が「健康経営」という言葉を認知していました。



### ■ 社員の健康支援に取り組むと、会社に対する満足度も高くなる！

#### ● 社員の健康支援に関する取り組みや姿勢についての満足度と、会社に対する総合的な満足度

勤務先の会社が実施している、社員の健康支援に関する取り組みや姿勢についての満足度は、「満足している」5.6%、「やや満足している」21.2%を含めても 26.8%でした。

また今回の調査で、**社員の健康支援に関する取り組みや姿勢についての満足度が高い社員は、会社に対する総合的な**

**満足度も高くなる**ことがわかりました。

社員の健康支援に関する取り組みや姿勢についての満足度が高い社員の、会社に対する総合的な満足度は 69.6%で、社員の健康支援に関する取り組みや姿勢についての満足度が低い社員の会社に対する総合的な満足度は 0%でした。

#### ●勤務先の会社の新型コロナウイルス感染症対策についての評価と、会社に対する総合的な満足度

今回の調査では、勤務先の会社の新型コロナウイルス感染症対策についての評価についても調べました。

**勤務先の会社の新型コロナウイルス感染症対策についての評価が高い社員ほど、会社に対する総合的な満足度も高くなる**ことがわかりました。

勤務先の会社の新型コロナウイルス感染症対策についての評価が高い社員の、会社に対する総合的な満足度は 50.4%で、勤務先の会社の新型コロナウイルス感染症対策についての評価が低い社員の、会社に対する総合的な満足度は 0%でした。

※「健康経営(R)」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

#### <調査概要>

**調査期間：** 2022 年 7 月 26 日～28 日

**調査方法：** インターネット調査（委託先調査会社：株式会社クロス・マーケティング）

**調査対象：** 全国の、従業員規模 100 名以上の企業に勤務する 18 歳以上の会社員（正社員、公務員・教職員・非営利団体職員、派遣社員、契約社員含む）男女 1,000 名

#### <ダウンロード資料>

今回の調査に関する詳細な内容をまとめた資料は、ティーベックコーポレートサイト内の「お役立ち資料」からダウンロード可能です。

ダウンロードはこちら» <https://www.t-pec.co.jp/contents/useful-materials/>

#### ■ティーベックについて

<https://www.t-pec.co.jp/>

24 時間健康相談事業のパイオニアとして 1989 年に設立。医師・保健師・看護師などの医療資格者を有するコンタクトセンターを運営し、セカンドオピニオン手配サービスやメンタルカウンセリング、生活習慣病の重症化予防など、健康・医療分野における社会課題の解決を目的とした事業を多数展開。2017 年から 6 年連続で健康経営優良法人『ホワイト 500』に認定。

#### 【本リリースに関するお問い合わせ先】

ティーベック株式会社 <https://www.t-pec.co.jp/>（担当：大井、絹山）

〒110-0005 東京都台東区上野 5 丁目 6 番 10 号 H F 上野ビルディング

電話：(03) 3839-1078/メール：[info-pr@t-pec.co.jp](mailto:info-pr@t-pec.co.jp)