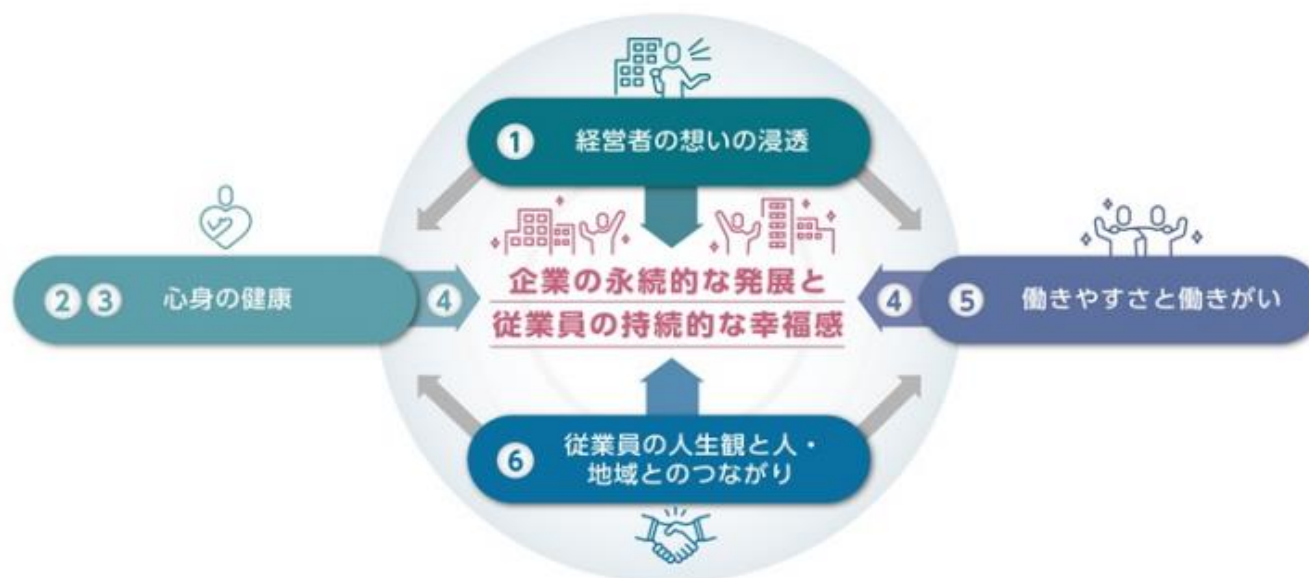


目次

- ① 経営者の想いの浸透・・・P1
- ② 従業員の健康意識・行動・・・P1
- ③ 健康的な生活習慣と不健康行動・ストレス・・・P2
- ④ 労働生産性と健康リスク・・・P2
- ⑤ 職場の働きやすさと従業員の働きがい・・・P3
- ⑥ 従業員の人生観と人・地域とのつながり・・・P4



※注：すべての表に関して、前回・前々回の調査結果がない項目は、空欄（数値なし）で表示されます。

① 経営者の想いの浸透

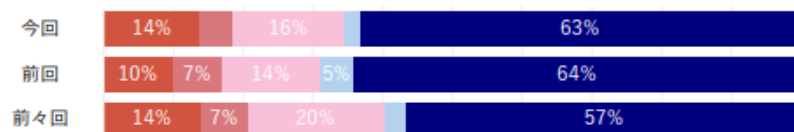
※「とてもそう思う」「そう思う」の回答者の割合、数値が大きい方が良い状態を表す

	今回	前回	前々回
あなたの会社は、私たち従業員を大切にしていると思いますか？	38%		
あなたの会社の経営者は、従業員の健康づくりに関して、熱心だと思いますか？	41%	43%	48%
あなたの勤務先では、健康づくりを目的とした情報提供や研修機会などがありますか？（注）	69%	36%	12%
そのような勤務先の取り組みを活用して、あなたも健康になれると思いますか？	26%	30%	29%
自社の健康経営施策に対して満足していますか？ ※「満足」「まあ満足」の回答者の割合	51%		

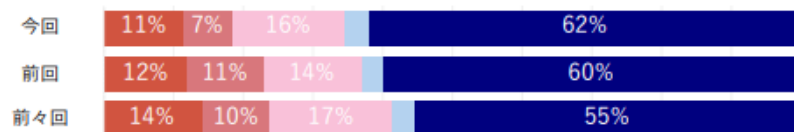
※注：「十分にある」「あるが十分とは言えない」の回答者の割合

② 従業員の健康意識・行動

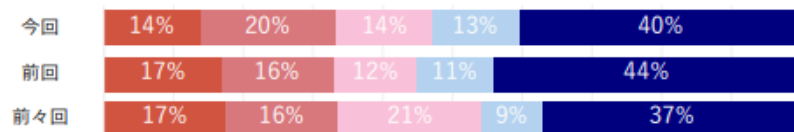
飲み物



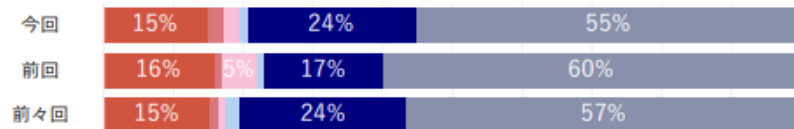
食べ物



運動



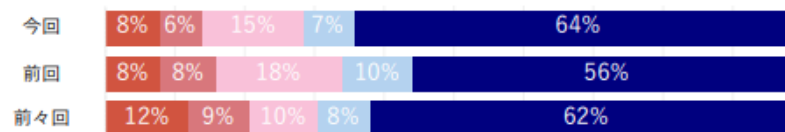
禁煙



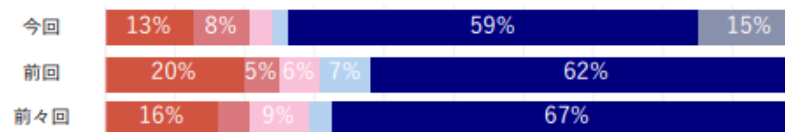
心の健康



睡眠



適正飲酒



無関心期 6ヵ月以内に健康づくりを始める意思なし
 関心期 6ヵ月以内に健康づくりを始めたい
 準備期 1ヵ月以内に健康づくりを始めたい
 行動期 6ヵ月以内に健康づくりを始めている
 維持期 6ヵ月以上前から健康づくりを始めている

*「喫煙」「適正飲酒」の非該当は、グレーで表示。

喫煙の非該当は「吸ったことがない」を選択した回答者、適正飲酒の非該当は「もともと飲まない（飲めない）」を選択した回答者

③ 健康的な生活習慣と不健康行動・ストレス

健康的な生活習慣 ※「とてもそう思う」「そう思う」の回答者の割合、数値が大きい方が良い状態を表す

	今回	前回	前々回
会社の同僚や友人に比べて、生活習慣を気を付けている方だと思いますか？	49%	45%	40%

不健康行動・ストレス ※数値が大きい方が悪い状態を表す

	今回	前回	前々回
不健康行動の習慣がある回答者の割合*	68%	73%	67%
日常生活で悩みやストレスがありますか？ ※「ある」の回答者の割合	72%	76%	68%

*「暴飲暴食、夜更かし、喫煙など、「健康を損なう」可能性があることを分かっているが、つついやってしまう生活習慣はありますか？」に「はい」と回答した割合。

④ 労働生産性と健康リスク

労働生産性の低下

	今回	前回	前々回
アブゼンティーイズム：年間一人当たりの病気による平均欠勤日数 ※数値が大きい方が悪い状態を表す	2.3日	3.0日	1.3日
プレゼンティーイズム：過去4週間の病気やケガによる労働生産性の低下率 ※0%に近い方が良い状態を表す	-23%	-27%	-24%

健康リスク9項目とそのリスク該当率 ※数値が大きい方が悪い状態を表す

	今回	前回	前々回
①喫煙習慣あり（たばこを毎日、または時々吸う日がある回答者の割合）	20%	22%	17%
②過度な飲酒習慣あり（注1）	18%	18%	18%
③運動習慣なし（週2日以上、運動しない回答者の割合）（注3）	80%	72%	74%
④睡眠が不十分（過去1か月、睡眠によって休養が充分にとれていない回答者の割合）	48%	41%	33%
⑤不定愁訴あり（ここ数日、病気やけがなどで体の具合の悪いところ（自覚症状）がある回答者の割合）	30%	25%	26%
⑥主観的健康感が悪い（現在の健康状況について、よくない、またはあまりよくない回答者の割合）	13%	14%	14%
⑦高ストレス（注2）	14%	29%	21%
⑧仕事満足度が低い（「仕事に満足していますか」に「ちがう」「ややちがう」と回答した割合）	29%	31%	16%
⑨家庭満足度が低い（「家庭生活に満足していますか」に「不満足」「やや不満足」と回答した割合）	11%	12%	7%
健康リスク①～⑨の該当数が、5～9項目の回答者（高リスク）の割合	13%	13%	10%

※注1：「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者」と判定される、1日あたりの純アルコール摂取量が男性で40g以上、女性で20g以上の割合。

※注2：過去1か月間のこころの状態を測定する6項目の結果より、気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合。

※注3：「③運動習慣なし」の前回・前々回についてアンケートが2021年7月以前に実施された場合、集計に必要な設問がなかったため、一律100%と表示されます。

⑤ 職場の働きやすさと従業員の働きがい

職場の働きやすさ ※選択肢「そうだ」4点、「まあそうだ」3点、「ややちがう」2点、「ちがう」1点と配点した加重平均、数値が大きい方が良い状態を表す

	今回	前回	前々回
職場の一体感*	2.7	2.7	2.9
私たちの職場では、自由に発言できる安心感がある	2.6	2.7	2.8
私たちの職場では、みんなと共に働くことに幸せ・楽しさを感じる	2.6	2.6	2.7
仕事に自ら判断できる領域があると思う（自由裁量権がある）	2.8	2.9	3.0
仕事は自分が少し挑戦すれば達成できる内容である	2.8	2.9	3.0

*3項目の点数の平均値：

- ①私たちの職場では、ともに働こうという姿勢がある
- ②私たちの職場では、お互いに理解し認め合っている
- ③私たちの職場では、仕事に関連した情報の共有ができています

従業員の働きがい ※選択肢「そうだ」4点、「まあそうだ」3点、「ややちがう」2点、「ちがう」1点と配点した加重平均、数値が大きい方が良い状態を表す

	今回	前回	前々回
ワーク・エンゲイジメント*	2.8	2.7	2.9
仕事に満足していますか	2.7	2.7	3.0
仕事に主体的に取り組んでいる	2.9	3.1	3.1
創造性**	2.8	2.8	2.9

*2項目の点数の平均値：

- ①仕事をしていると、活力がみなぎるように感じる
- ②自分の仕事に誇りを感じる

**3項目の点数の平均値：

- ①仕事でいろいろ工夫したり、アイデアを出している
- ②仕事上の問題に対して新しい解決策を考えている
- ③仕事について新しいやり方を提案している

従業員の職業意識と経営理念の浸透 ※数値が大きい方が良い状態を表す

	今回	前回	前々回
高い職業意識*	23%	42%	49%
自社の経営理念（ビジョンなど）を理解している回答者の割合	60%		

*「仕事を通じて社会に貢献したい」「仕事を通じて自らの能力を高めたい・極めたい」の回答者割合

⑥ 従業員の人生観と人・地域とのつながり

前向きな人生観 ※「そうだ」「まあそうだ」の回答者の割合、数値が大きい方が良い状態を表す

	今回	前回	前々回
私には将来の夢や目標、やりたいことがある	62%		
私は、できるだけ長生きしたい	54%	54%	59%
私は、人生に困難があっても「きっと何とかなるだろう」という楽観的な気持ちがある	70%	55%	65%
これまでの人生を振り返る時、後悔よりも感謝する気持ちの方が強い	64%	57%	62%

新しい学びを得る姿勢や人・地域とのつながり ※「そうだ」「まあそうだ」の回答者の割合、数値が大きい方が良い状態を表す

	今回	前回	前々回
これからの人生を豊かに生きるために、新しい経験をしたり、知らないことを学んでいますか？	61%		
家庭生活に満足していますか？ ※「満足」「まあ満足」の回答割合	89%	88%	93%
家庭満足度の点数 ※不満足1点、やや不満足2点、まあ満足3点、満足4点の加重平均により計算	3.3	3.2	3.3
喜びを分かち合ったり、悩みを相談できる人がいますか？	69%		
暮らしている地域に愛着を持っていますか？	70%		