

サンプル株式会社 御中

＼ 従業員がいきいき働く職場づくりの第一歩 ／

# ウェルビーイングナビ



# 1. あいさつ

この度は「ウェルビーイングナビ」を実施いただきありがとうございます。従業員の皆様に回答いただいたアンケート結果をご案内します。本アンケートを毎年実施することで、自社の課題や現状が把握しやすくなり、課題解決に向けて効率的効果的に取り組みを進めていくことが可能になると考えています。今後も、貴社の経営課題の解決に向けた取り組みの一助として活用いただけますと幸いです。

東京海上日動火災保険株式会社  
東京海上日動あんしん生命保険株式会社

このアンケートおよびフィードバックシートは、以下の方に監修のご協力をいただき、作成いたしました。

東京大学未来ビジョン研究センター データヘルス研究ユニット  
特任教授 古井祐司

## ■ フィードバックシート内の図表について

- ・構成比を表す図表では、小数点以下第1位を四捨五入しているため、合計が必ずしも100%とはなりません。
- ・割合が5%に満たない要素については、データラベルを非表示にしています。

## 2. 目次

1. あいさつ
2. 目次
3. 労働生産性損失の状況
  1. アブゼンティーイズム
  2. プレゼンティーイズム
4. 組織のいきいき度の状況
  1. ワークエンゲージメント
  2. 従業員エンゲージメント
  3. 従業員エンゲージメントに関する各種指標
    - ・ 仕事満足度・家庭満足度
    - ・ 会社の取組み・福利厚生
    - ・ 制度・風土に対する満足度
    - ・ コミュニケーション
    - ・ 職場の一体感
    - ・ 創造性の発揮
5. 職場に潜むリスクの状況
  1. ハラスメントのリスク
  2. 事故発生のリスク
    - ・ 睡眠
    - ・ 運動・体力
    - ・ 飲酒
    - ・ 熱中症
    - ・ 長時間労働・過労
6. 悩みや不安の状況
  1. 悩みや不安の要因
  2. 悩みや不安への対処
7. 体の健康の状況
  1. 健康状態
    - ・ 主観的健康感
    - ・ 自覚症状
    - ・ 通院状況
    - ・ 身体愁訴
    - ・ 家族歴（がん）
    - ・ 家族歴（心筋梗塞・脳卒中）
  2. 生活習慣の状況と改善意識
    - ・ 食事
    - ・ 運動
    - ・ 喫煙
    - ・ 睡眠
    - ・ 飲酒
8. 結果の要約と対策の検討
9. 参考資料：東京海上グループのご支援について

### 3. 労働生産性損失の状況

#### アブゼンティーイズム

##### アブゼンティーイズム

「傷病による欠勤」のことを指します。アブゼンティーイズムの日数が多いほど、病気や怪我によって仕事を休んだ日数が多いことを示しています。

##### アブゼンティーイズムコスト

傷病による欠勤によって発生した損失を金額換算したものです。

##### アブゼンティーイズムの日数平均：6日



##### アブゼンティーイズムコスト：59万円

##### 算出方法

(アブゼンティーイズムの日数平均×報酬日額9,856円※) ×従業員数

※ 厚労省「令和3年賃金構造基本統計調査」より算出

#### プレゼンティーイズム

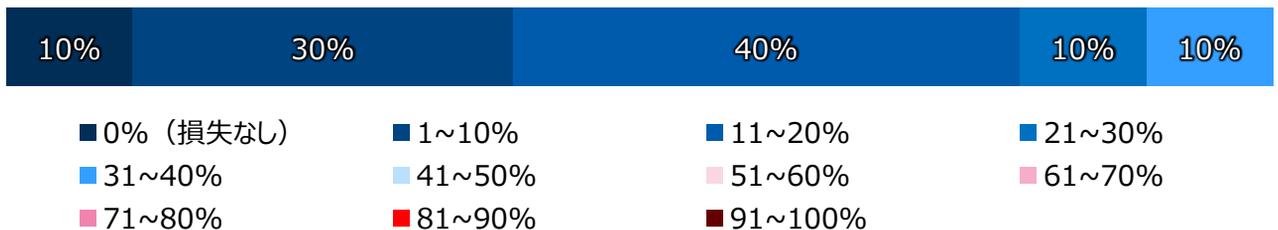
##### プレゼンティーイズム

「出勤はしているものの、健康上の問題によって完全な業務パフォーマンスが出せない状況」のことを指します。プレゼンティーイズムの数字が大きいほど、より多くのパフォーマンスが健康上の問題によって失われていることを示します。

##### プレゼンティーイズムコスト

完全な業務パフォーマンスが発揮できないことで発生した損失を金額換算したものです。

##### プレゼンティーイズム平均：17.5%



##### プレゼンティーイズムコスト：630万円

##### 算出方法

(報酬年額3,597,600円※×プレゼンティーイズム平均) ×従業員数

※ 厚労省「令和3年賃金構造基本統計調査」より引用

## 4. 組織のいきいき度の状況

### ワークエンゲージメント

#### ワークエンゲージメント

「仕事に関連するポジティブで充実した心理状態」のことを指し、ワークエンゲージメントが高い人は、一般的に仕事に誇りとやりがいを感じ、熱心に取り組み、仕事から活力を得て、いきいきとしている状態にあると考えられています。

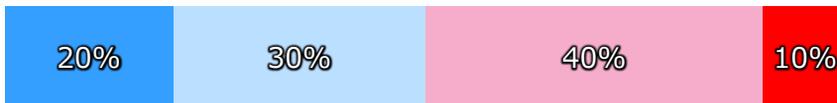
あなたは仕事をしていると活力がみなぎるように感じますか。

平均：3.4点



あなたは仕事に熱心だと感じますか。

平均：3.5点



あなたは仕事にのめり込んでいると感じますか。

平均：3.2点



ワークエンゲージメント  
スコア  
**3.4点**

- いつも感じる
- とてもよく感じる
- よく感じる
- 時々感じる
- めったに感じない
- ほとんど感じない

## 4. 組織のいきいき度の状況

### 従業員エンゲージメント

#### 📖 従業員エンゲージメント

「企業が目指す姿や方向性を従業員が理解・共感し、その達成に向けて自発的に貢献しようという意識を持っていること」を指し、従業員エンゲージメントが高い組織は、一般的に、離職率が低く、会社と従業員の信頼関係・繋がりが強いと考えられています。

従業員エンゲージメントは抽象的な概念であることから、従業員エンゲージメントの平均点を確認するだけでは、課題を詳細に把握することや対策の検討を行うことは難しいです。この後に出てくる、従業員エンゲージメントに関する指標も併せてご確認ください。

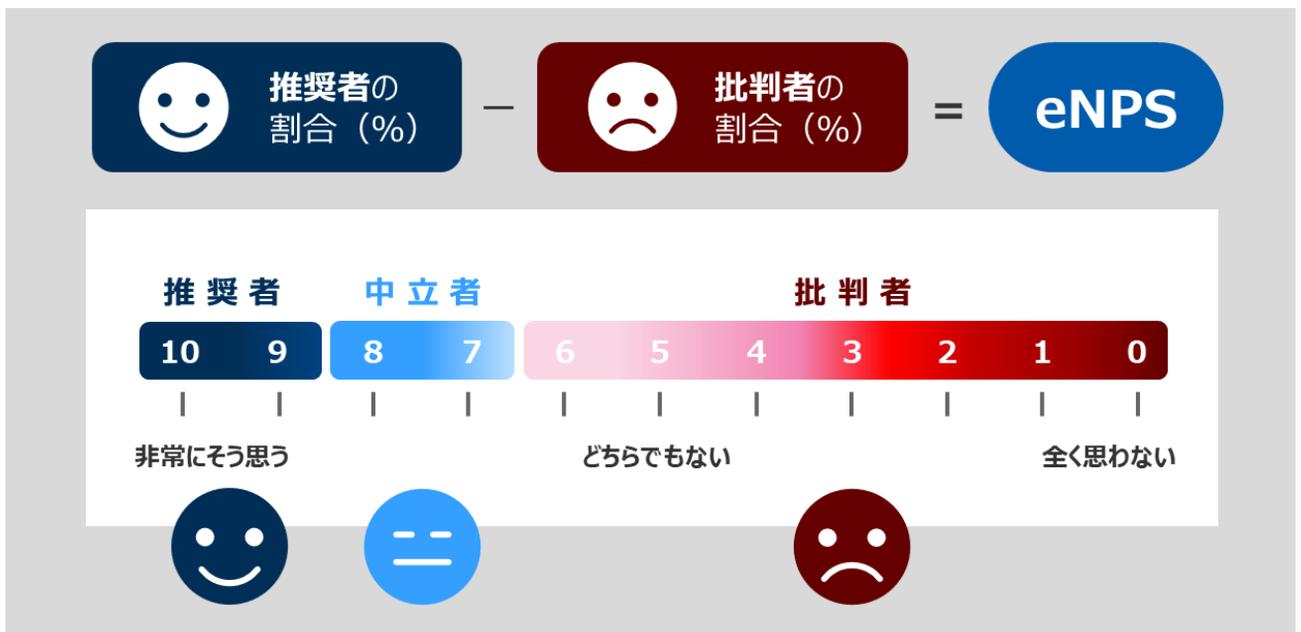
また、経年で従業員エンゲージメントの平均点の推移を確認することも自社の課題を把握する上では有効です。ここではeNPSを従業員エンゲージメント指標としています。

#### 📖 eNPS (Employee Net Promoter Score) ※

「現在の職場を親しい友人や知人にどの程度おすすめしたいと思いますか。」で尋ねた0～10までの11段階評価から、職場の推奨度を数値化したものです。

現在の職場を親しい友人や知人にどの程度おすすめしたいと思いますか。

従業員エンゲージメント平均 : **6.8点**      eNPS : **-20**



※eNPSは、ベイン・アンド・カンパニー、フレッド・ライクヘルド、サトメトリックス・システムズの役務商標です。

## 4. 組織のいきいき度の状況

### 従業員エンゲージメントに関する各種指標 (仕事満足度・家庭満足度)

仕事に満足していますか。(仕事満足度)



家庭生活に満足していますか。(家庭満足度)



### 従業員エンゲージメントに関する各種指標 (会社の取り組み・福利厚生)

あなたの会社が行っている従業員の心身の健康保持・増進する取り組みについて、どれくらい満足していますか。



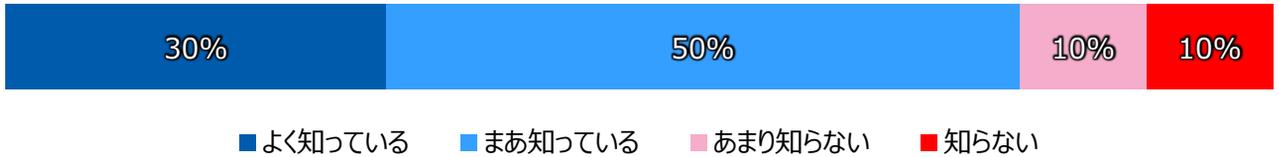
あなたの会社の経営者は、従業員の心身の健康保持・増進する取り組みに積極的だと思いますか。



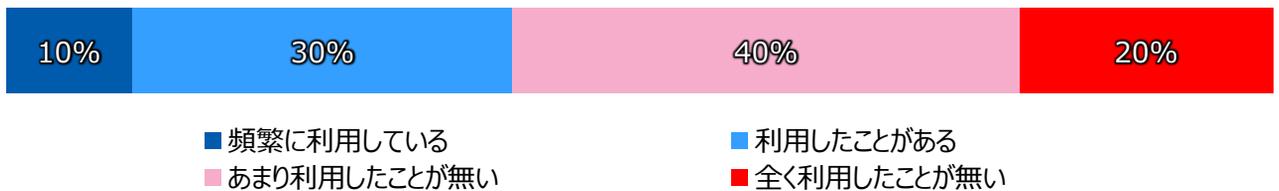
## 4. 組織のいきいき度の状況

### 従業員エンゲージメントに関する各種指標 (会社の取り組み・福利厚生)

会社にどのような福利厚生メニューがあるか知っていますか。



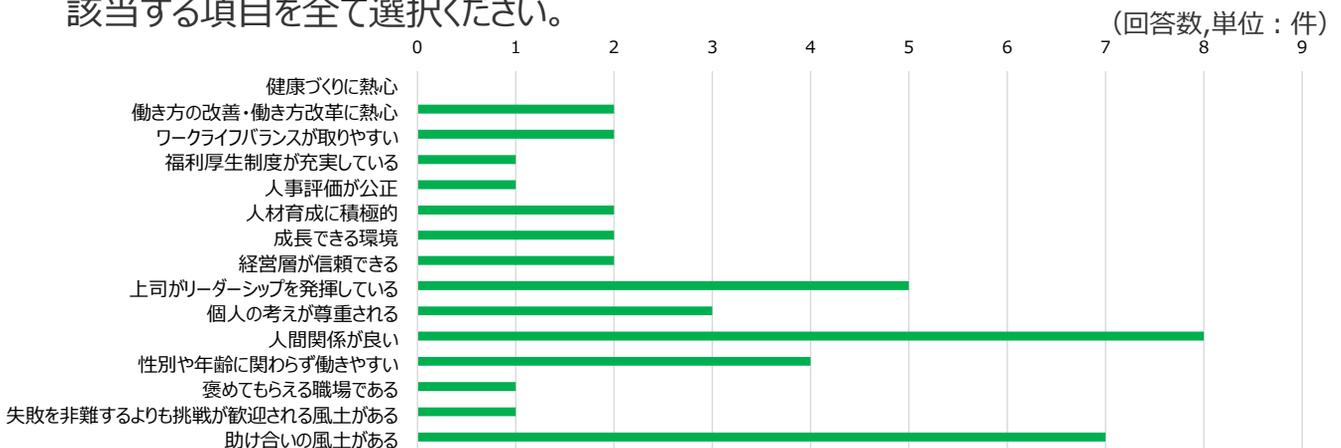
会社の福利厚生メニューを活用したことがありますか。



会社にどのような制度・仕組みがあればよいと思いますか。  
既に実施されているものを除いて該当する項目を全て選択ください。



会社の取り組みや制度、風土として気に入っているものはありますか。  
該当する項目を全て選択ください。



## 4. 組織のいきいき度の状況

### 従業員エンゲージメントに関する各種指標 (コミュニケーション)

上司とは、どのくらい気軽に話ができますか。



職場の同僚とは、どのくらい気軽に話ができますか。



配偶者、家族、友人等とは、どのくらい気軽に話ができますか。



### 従業員エンゲージメントに関する各種指標 (職場の一体感)

あなたの職場では、ともに働こうという姿勢がありますか。



あなたの職場では、お互いに理解し認め合っていますか。



あなたの職場では、仕事に関連した情報の共有ができていますか。



## 4. 組織のいきいき度の状況

### 従業員エンゲージメントに関する各種指標 (創造性の発揮)

仕事でいろいろ工夫したり、アイデアを出していますか。



仕事上の問題に対して新しい解決策を考えていますか。



仕事について新しいやり方を提案していますか。



## 5. 職場に潜むリスクの状況

### ハラスメントのリスク

会社の懇親会や宴会において、上司や同僚から飲酒を強制されることはありますか。また部下や同僚に強制することはありますか。



■ まったくない ■ たまにある ■ 時々ある ■ よくある ■ 毎回ある

あなたの職場ではいかなるハラスメントも決して許さないという強い意思を感じますか。



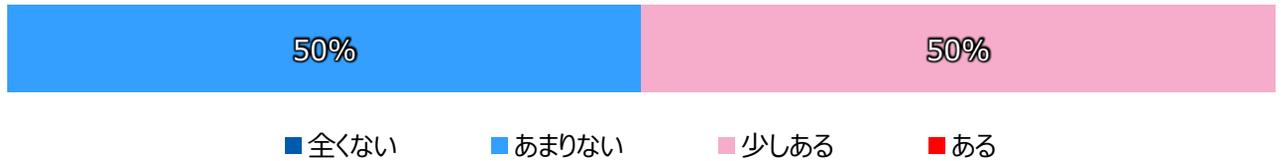
■ そうだ ■ まあそうだ ■ ややちがう ■ ちがう

## 5. 職場に潜むリスクの状況

### 事故発生リスク

#### 睡眠

日常生活において急激に眠気が襲ってきて耐えられず寝てしまうことはありますか。



#### 運動・体力

階段を踏み外した時やふいに足元に障害物があったときなど、反射的に転ばないように対処できる自信がありますか。



#### 飲酒

過去1年間に、飲み始めると止められなかった事が、どのくらいの頻度でありましたか。

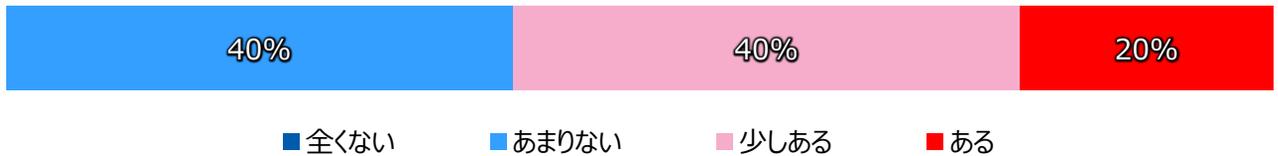


## 5. 職場に潜むリスクの状況

### 事故発生リスク

#### 熱中症

熱中症の危険を感じたことがありますか。

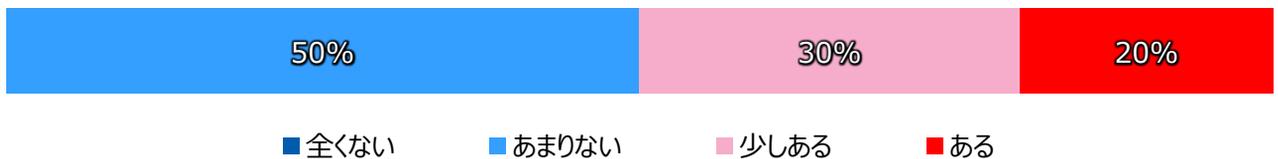


夏場は熱中症に気を付けて工夫や対策を行っていますか。  
例) こまめに水分を取る、エアコンを利用する



#### 長時間労働・過労

仕事中に激しい疲れを感じることはありますか。



仕事中に疲れが出た場合に、休憩をとることはありますか。



## 6. 悩みや不安の状況

### 悩みや不安の要因

あなたは、日頃の生活の中で、悩みや不安を感じていますか。

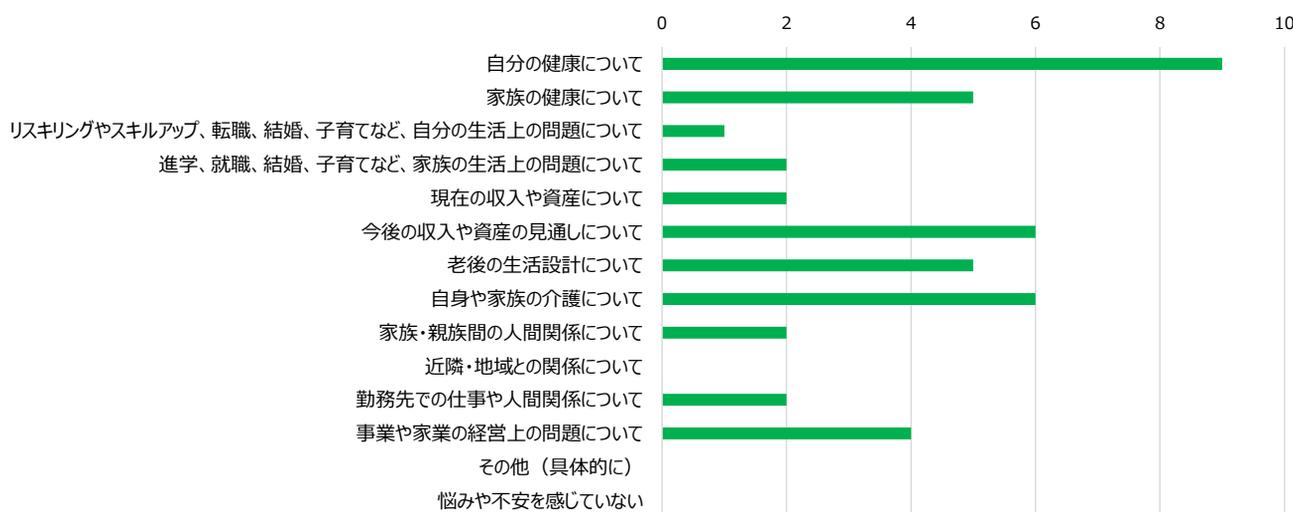


■ 感じていない ■ どちらかといえば感じていない ■ どちらかといえば感じている ■ 感じている



悩みや不安を感じているのはどのようなことについてですか。  
該当する項目を全て選択ください。

(回答数,単位:件)



その中で最も大きな要因を1つ選択してください。

(回答数,単位:件)



## 6. 悩みや不安の状況

### 悩みや不安への対処

悩みや不安がある場合、上司や同僚は相談できる相手ですか。



悩みや不安がある場合、家族や友人は相談できる相手ですか。



上司・同僚・家族・友人以外で、その悩みや不安について相談できる人はいますか。  
(社外の専門家等、相談窓口の利用等でも構いません)



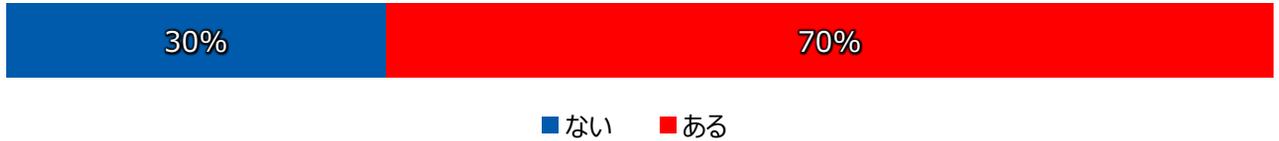
## 7. 体の健康の状況

### 健康状態

あなたの現在の健康状態はいかがですか。（主観的健康感）



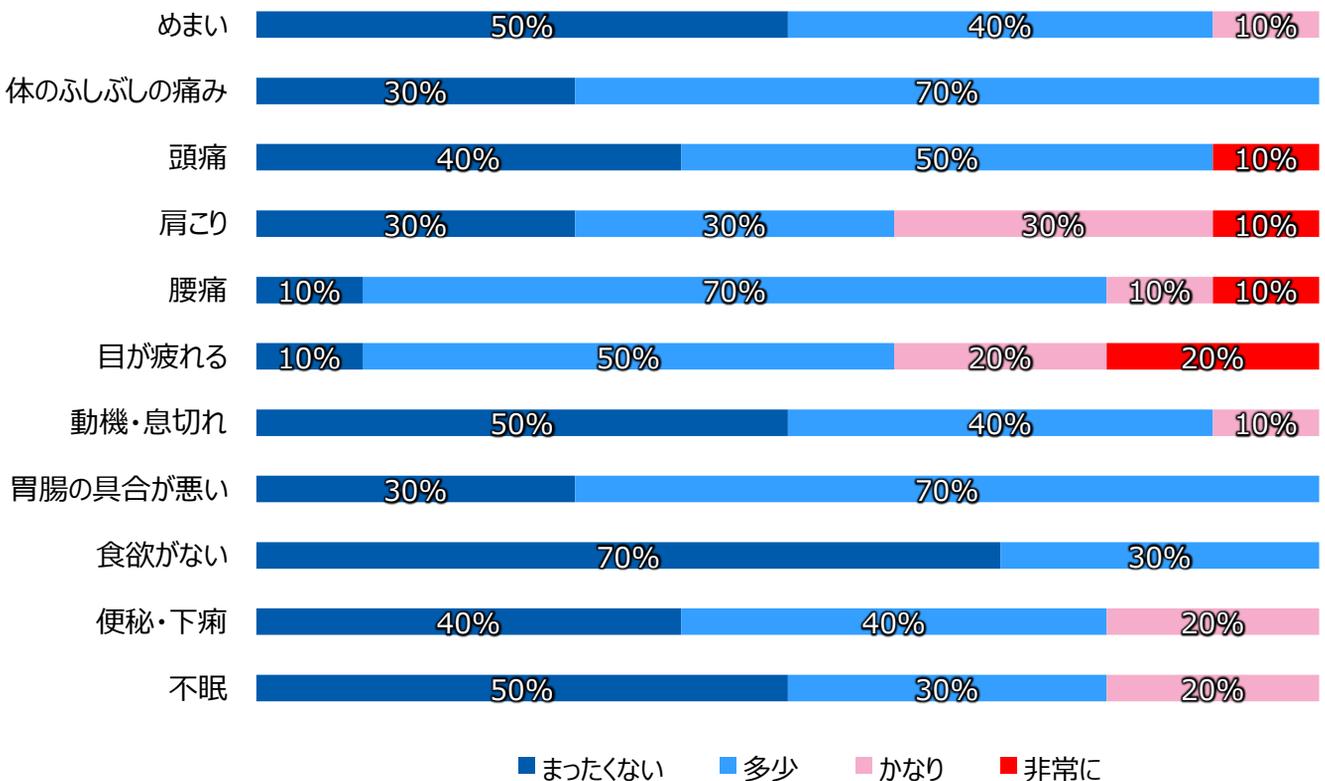
あなたはここ数日、病気やけがなどで体の具合の悪いところ(自覚症状)がありますか。



あなたは現在、病気やけがなどで治療を受けていますか。または、通院していますか。



最近1か月間のあなたの状態についてうかがいます。  
次のそれぞれの症状に関して、最もあてはまるものを1つ選択してください。



■まったくない ■多少 ■かなり ■非常に

## 7. 体の健康の状況

### 健康状態

血縁のある方でがんと診断された方はいらっしゃいますか。



■ いいえ ■ はい

血縁のある方で心筋梗塞や脳卒中と診断された方はいらっしゃいますか。



■ いいえ ■ はい

## 7. 体の健康の状況

### 生活習慣の状況と改善意識（食事）

人と比較して食べる速度が速いですか。



就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ありますか。



朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。



朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。



適切な食事習慣を送るために、あなたが普段意識していることはなんですか。

意識していることを全て選択してください。

(回答数, 単位: 件)



## 7. 体の健康の状況

### 生活習慣の状況と改善意識（運動）

1 回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。



■ はい ■ いいえ

日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。



■ はい ■ いいえ

ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。



■ はい ■ いいえ

適切な運動習慣を送るために、あなたが普段意識していることはなんですか。

意識していることを全て選択してください。

(回答数,単位:件)



## 7. 体の健康の状況

### 生活習慣の状況と改善意識（喫煙）

現在、たばこを習慣的に吸っていますか。

（※「現在、習慣的に喫煙している」とは、「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っていること」であり、最近1ヶ月間も吸っていること）

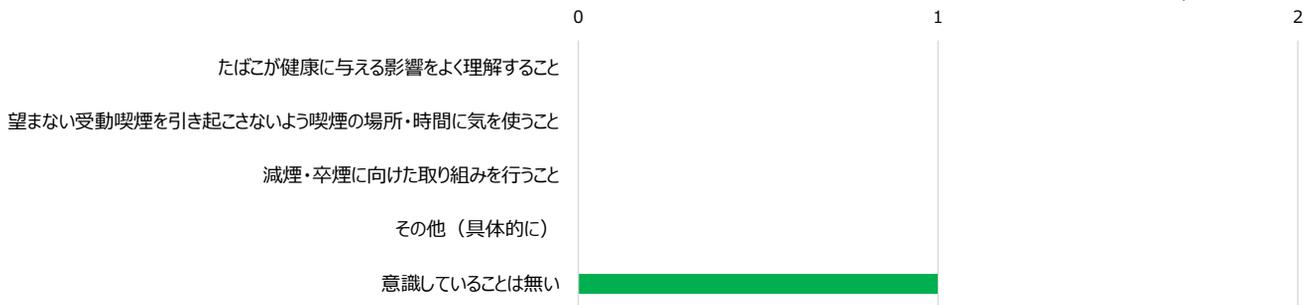


■ いいえ ■ はい

適切な喫煙習慣を送るために、あなたが普段意識していることはなんですか。

意識していることを全て選択してください。（回答対象者：喫煙習慣がある人）

（回答数, 単位：件）



## 7. 体の健康の状況

### 生活習慣の状況と改善意識（睡眠）

睡眠で休養が十分とれていますか。



適切な睡眠習慣を送るために、あなたが普段意識していることはなんですか。

意識していることを全て選択してください。

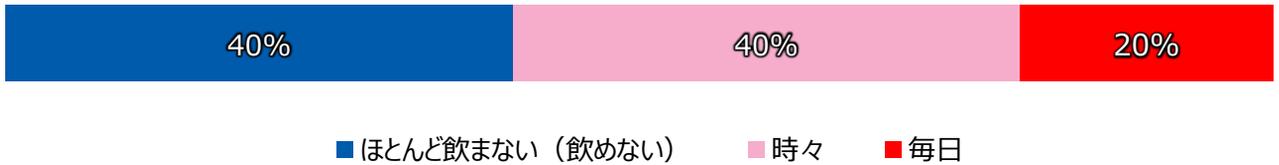
(回答数,単位:件)



## 7. 体の健康の状況

### 生活習慣の状況と改善意識（飲酒）

お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどれくらいですか。



飲酒日の1日当たりの飲酒量はどれくらいですか。



適切な飲酒習慣を送るために、あなたが普段意識していることはなんですか。

意識していることを全て選択してください。

(回答数,単位:件)



## 8. 結果の要約と対策の検討

### 労働生産性損失の状況

アブセンティーズムコスト： **59万円**

プレゼンティーズムコスト： **630万円**

アブセンティーズムコスト・プレゼンティーズムコストは、組織風土改革や従業員の心身の健康の保持増進施策を通じて改善することが期待できます。以降の内容も参考に、特に取り組むべき課題が何か、ご検討下さい。

### 職場のいきいき度の状況

ワークエンゲージメントスコア： **3.4点**

従業員エンゲージメントスコア： **6.8点**

会社が行っている従業員の心身の健康保持・増進に関する取り組みについて「満足」「まあ満足」と回答した人は、**全体の80%**でした。

会社の福利厚生メニューを「あまり利用したことが無い」「全く利用したことが無い」という人は**全体の60%**存在するため、新たな施策の検討にあたっては、活用されていない福利厚生制度の入れ替えなども考えられます。

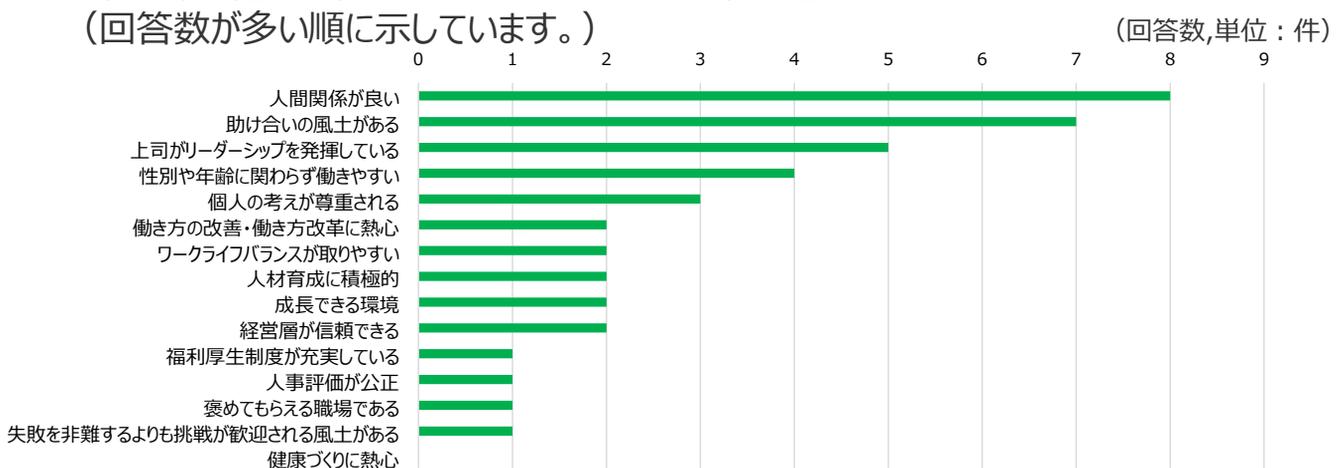
従業員の方が会社にあると良いと考える制度・仕組みは、以下の通りでした。

(回答数が多い順に示しています。)



会社の取り組みや制度、風土については、以下の通りでした。

(回答数が多い順に示しています。)



## 8. 結果の要約と対策の検討

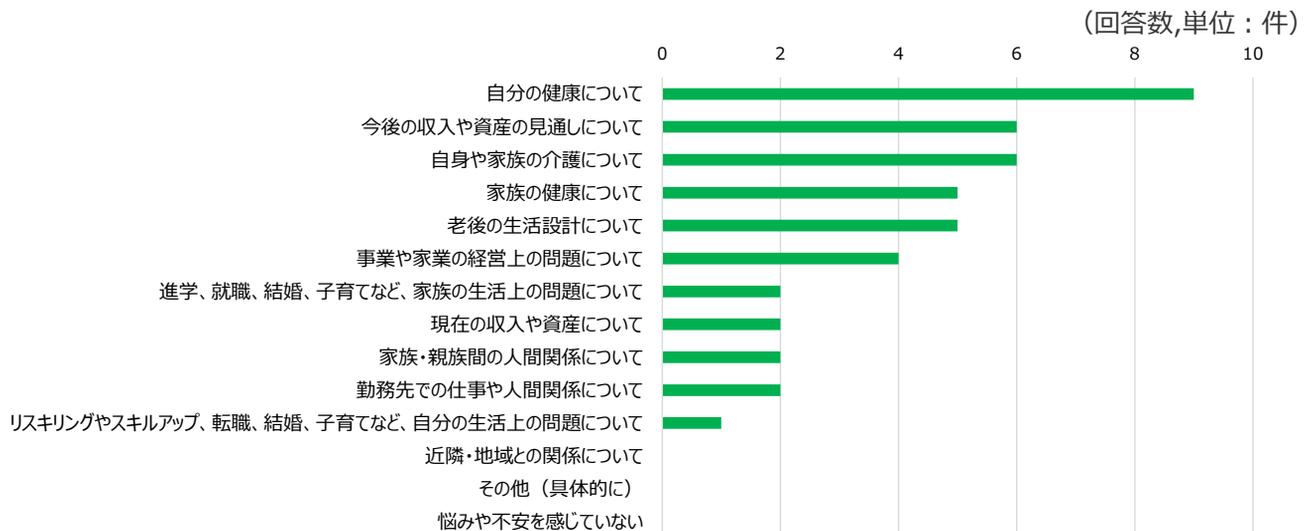
### 職場に潜むリスクの状況

会社の宴会で、部下や仲間にお酒を強要すること、もしくは強要されることが「毎回ある」「よくある」「時々ある」と回答した人は、**全体の0%**でした。

事故の原因に繋がる睡眠、運動・体力、飲酒、熱中症、長時間労働・過労に関して、いずれか一つでもリスクあり（赤枠部分）と回答した人は**6人**いました。

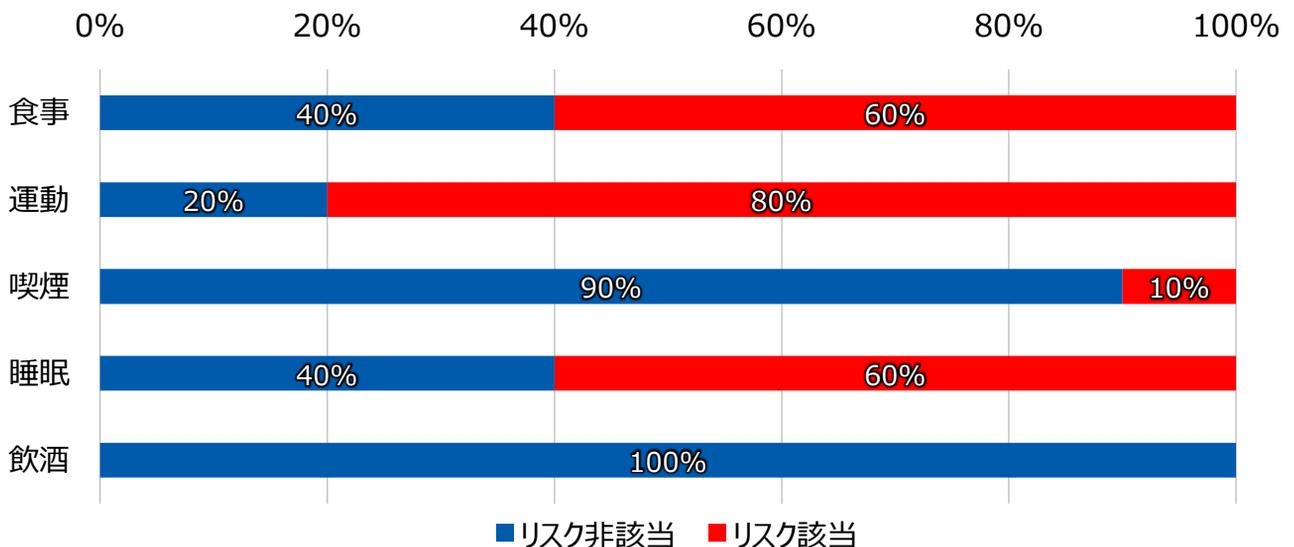
### メンタル・悩みや不安の状況

下のグラフは従業員が抱えている悩みや不安の状況を回答数が多い順に示しています。



### 体の健康の状況

貴社の従業員は「**運動**」「**食事**」「**睡眠**」の順で悩みや不安を抱えていることがわかります。アンケートから判明した従業員が課題に感じていること・出来ていないことを参考に対策していくことで、効率的に**従業員へ生活習慣の改善を働きかける**ことができる可能性があります。

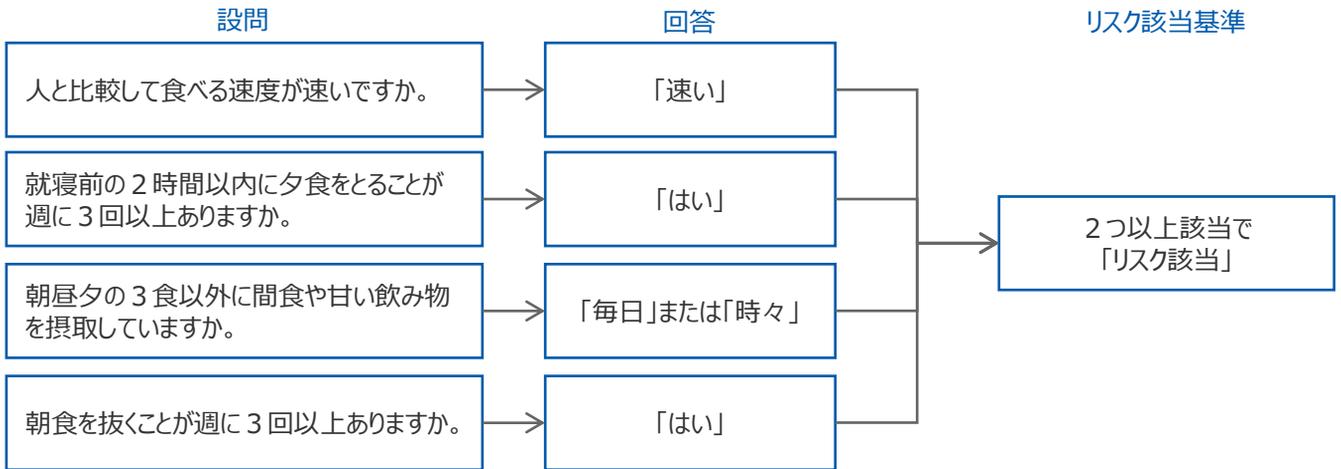


## 8. 結果の要約と対策の検討

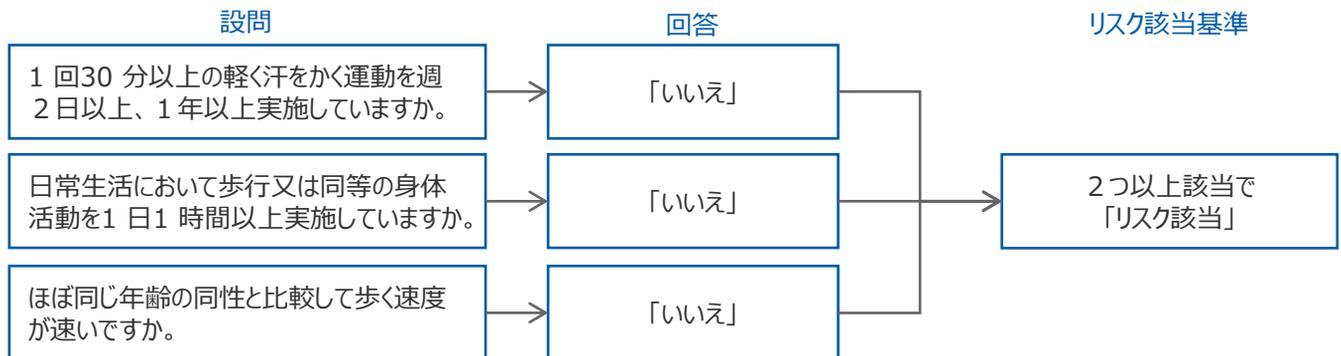
### 体の健康の状況（リスク判定方法）

リスク該当の判定基準は以下の通りです。

#### 食事



#### 運動



#### 喫煙



#### 睡眠



#### 飲酒

