

結果報告会 ご予約承り中 (2月15日,21日)

コロナ禍の3年間、働く人のストレス状態は「悪化」傾向が続く
特に、若手社員の「疲労感」が高まる結果に

～ヒューマネージ、計187万人のストレスチェック×エンゲージメント・サーベイ大規模分析の結果を発表～

人材の“採用”から“定着”、その先の“活躍”までを支援する人材サービス事業を展開する株式会社ヒューマネージ（本社:東京都千代田区、代表取締役社長:齋藤 亮三、以下ヒューマネージ）は、企業で実施されたストレスチェックおよびエンゲージメント・サーベイの分析結果を発表した。本結果は、ヒューマネージが提供するストレスチェック『Co-Labo』、及びエンゲージメント・サーベイ『Qraft』を2022年に実施した約57万人、さらに3年間の経年データを対象とした計187万人もの大規模な分析調査の結果となる。

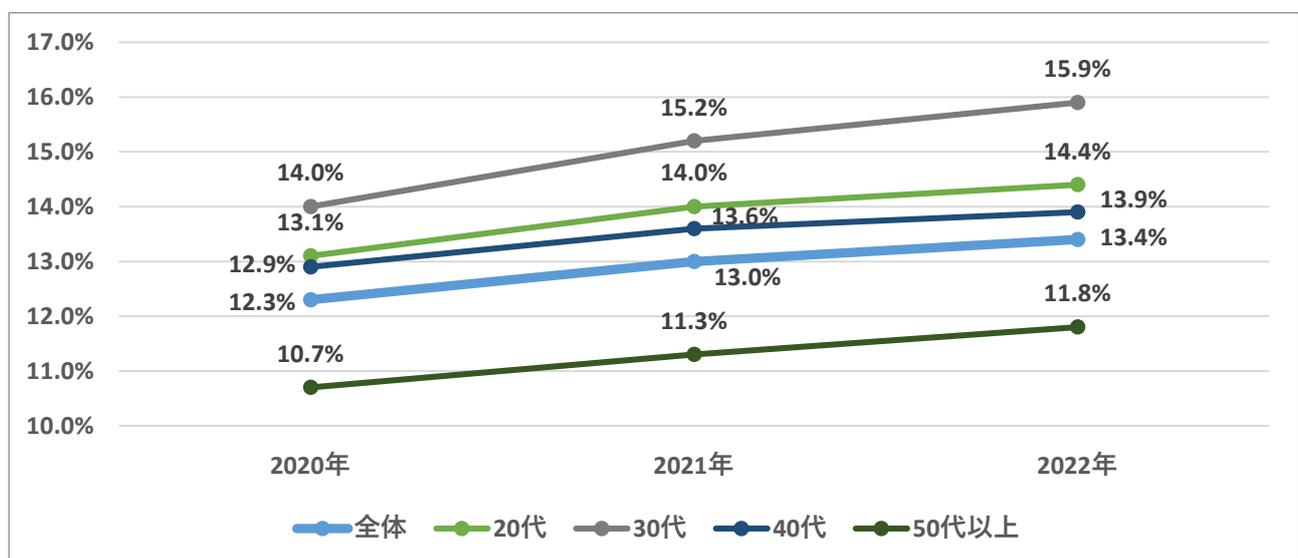
高ストレス者は、昨年に引き続き「増加」。

コロナ禍3年間の悪化傾向が明らかに

2015年12月より、労働者のメンタルヘルス不調の未然防止を主な目的として、従業員数50人以上の事業所では年1回の「ストレスチェック」の実施が義務づけられている。ストレスチェックを実施後、ストレスによる不調が顕著に出ている人や、現在ある程度の不調が出ており今後さらに不調化するリスクが高い人を「高ストレス者」として選定し、「高ストレス者」と選定された従業員が申し出た場合、企業は医師による面接指導を実施する必要がある。

企業で実施されたストレスチェックの結果について、「高ストレス者」の割合を、コロナ禍1年目(2020年)、2年目(2021年)、3年目(2022年)で比較したところ、高ストレス者の割合が増え続けていることがわかった。すべての年代で増加し続けており、コロナ禍の3年間、働く人々のストレス状態は悪化し続けていたと言える。

高ストレス者の割合:



※2020年～2022年 各年の分析対象者における高ストレス者の割合を比較。2020年～2022年で同じ対象者を経年比較しているものではありません。

20代と30代の「疲労感」が目立つ。

本格的なメンタルヘルス不調に進む前のケアが必要

ストレス反応(ストレスによっておこる心身の反応)については、以下の結果となった。3を標準として、得点が高いほど良好(薄青～青)、低いほど悪い状態(薄赤～赤)であることを表す。

全体として平均的な水準といえるなか、20代、30代の「疲労感」の強さが目立つ。「身体愁訴」(身体の何らかの不調)の値は平均的～やや良い結果といえるので、「身体が悪いわけではないものの、負担感や疲労感が強い」状態といえる。

一般的に、ストレスによる不調は、初期段階として「疲労感」があらわれ、その後、イライラ感→緊張感→身体不調感→憂うつ感へと進行すると言われている。初期段階の「疲労感」があらわれている20代、30代については、本格的なメンタルヘルス不調に進む前のケアが必要と言えるだろう。

ストレス反応 平均得点:

項目	全体	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50歳以上
ストレスによっておこる心身の反応	3.09	3.02	2.97	3.03	3.22
活気	3.04	3.07	3.00	2.99	3.08
イライラ感	3.28	3.28	3.08	3.19	3.44
疲労感	3.01	2.80	2.81	2.92	3.24
不安感	3.13	3.00	2.99	3.06	3.28
抑うつ感	3.32	3.06	3.13	3.28	3.55
身体愁訴	3.06	3.12	3.00	2.99	3.12

■ <2.7 < 2.8 < 2.9 ←平均得点⇒ 3.1 < 3.2 < 3.3 < ■

＼ご予約承り中／

ストレスチェック×エンゲージメント大規模分析 報告会（オンライン開催・無料）

上記の報告会では、コロナ禍が『働く人々』に与えた影響／多様化する『働き方』とストレスの分析／エンゲージメントの視点からみるストレスマネジメント等のさまざまな視点から、より詳しい大規模分析の結果をご報告いたします。データ分析と企業事例を通じ、これからの職場づくりのヒントをお届けします。

57万人のストレスチェック × エンゲージメント大規模分析から考える

コロナ禍3年間の影響と、職場づくりの“これから”

第1部 3か年大規模分析のご報告
ヒューマネージ 永野 史彰

第2部 ストレスチェックの活用事例
日本たばこ産業 様
昭和電線ホールディングス 様




日本たばこ産業 岡田 貢 様
昭和電線ホールディングス 菅原 範生 様




2.15*
2.21*

14:00~15:30

オンラインセミナー

分析対象;

調査時期	2020年:2019年12月～2020年11月 2021年:2020年12月～2021年11月 2022年:2021年12月～2022年11月
調査票	ストレスチェック『Co-Labo』（『職業性ストレス簡易調査票』+独自設問が追加された調査票） エンゲージメント・サーベイ『Qraft』
対象者数	729,410名(2020年)、567,004名(2021年)、570,040名(2022年)

株式会社ヒューマネージについて;

社名 :株式会社ヒューマネージ <https://www.humanage.co.jp/>
代表取締役社長 :齋藤 亮三
創業 :1988年11月10日(設立:2004年12月1日)
資本金 :50百万円
本社所在地 :東京都千代田区平河町2丁目16番1号 平河町森タワー11階
主要事業 :採用ソリューション事業、適性アセスメント事業、ウェルビーイングソリューション事業

本件に関するお問い合わせ

株式会社ヒューマネージ

経営企画本部 広報グループ 担当:山口

e-mail :contact@humanage.co.jp

tel :03-5212-7170 fax :03-5212-7180

以上