

## 8

# 職場の“ウェル・ビーイング”を高める取組み

創和マネジメント 梅村 彰

## POINT

- ・ウェル・ビーイングとは肉体的・精神的・社会的に健康であること
- ・人材の採用力、業績向上にもウェル・ビーイング向上の狙い

## 1. ウェル・ビーイングを高める仕事環境

### (1)ウェル・ビーイングとは

well-being (ウェル・ビーイング)とは、辞書によると「快適・健康かつ幸福に感じる状態」「健康で安心なこと、満足できる生活状態」とある。ちなみに、世界保健機関(WHO)憲章前文では、健康を定義する中で、ウェル・ビーイングとは、肉体的に健康・精神的・社会的な健康状態にあることを示している。

(WHO)  
健康の定義

健康(health)とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態(well-being)にあることをいう

### (2)職場のウェル・ビーイングを高める要因

人材が企業の力の基盤であることから、今日、企業間の人材採用競争が厳しくなっている。そこで、優秀な人材を惹きつけ、雇用を維持するために、企業はウェル・ビーイングを重視するようになってきている。ところで、肉体的、精神的、社会的に健康であるとはどのような状態であろうか。また、何がウェル・ビーイングを高めるのだろうか。図1は、「社会的な健康」をワーク・ライフ・インテグレーションなどに置き換えて、この問いかけに応える要因の全体像を示している。以下の補足説明も参考にして図1をご覧ください。

#### ①自然を取り入れた仕事環境の重要性

ある研究(Planting Healthy Air Report)によると、世界245主要都市で1km<sup>2</sup>内の森林が占める比率を調べたところ、森林比率20%以下である都市が87%を占めている。そして、森林比率が20%

以上の地域ではうつ病の発生率が50%、ストレスが43%少なく、また、森林比率が30%以上の地域では不安による神経症が56%少なかったという。

この調査は、職場に自然光や外気をよく取り入れたり、観葉植物を配置したりするなどの施策が従業員の肉体的・精神的な健康に貢献することを示している。

#### ②ワーク・ライフ・インテグレーションとは

経済同友会は、「仕事」と「生活」を対立的にとらえる印象を与える「ワーク・ライフ・バランス」に代えて、「ワーク・ライフ・インテグレーション」を提唱し、これを「会社における働きと個人の生活を柔軟に、高い次元で統合し、相乗効果を発揮し、生活の質を上げ、充実感と幸福感を得ることを目指すもの」としている。企業の副業の容認、在宅勤務制度の拡充、生産性向上による残業削減、スマホ・タブレットの活用による業務効率の促進などの取組みをこの考え方からとらえてみたい。

#### (3)Envato社の事例(オーストラリア)

オーストラリアは、オフィス環境整備の先進国であり、中小企業も積極的に取り組んでいる(図2)。Envato社は、メルボルンを本拠とするデジタルコンテンツの電子商取引仲介を事業としている。オーストラリアの「働きたい会社」のランキングで4年連続上位20位以内に入っている。同社のオフィスデザインは木をモチーフとし、空間のつくり方や壁面の絵画によって「社外」と「社内」が連続するオフィスとしており、また、勤務中の時間の使い方を自由とするなど、ウェル・ビーイングを高めている。

図1 ウェル・ビーイングを高めるオフィスの要因と施策

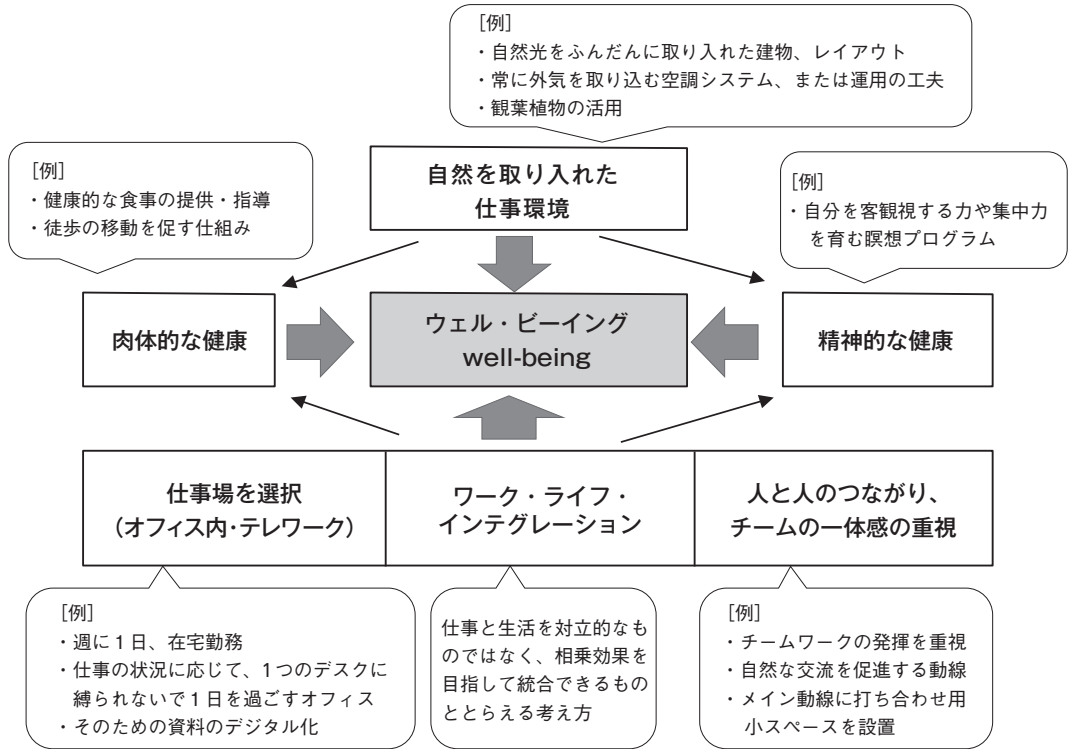
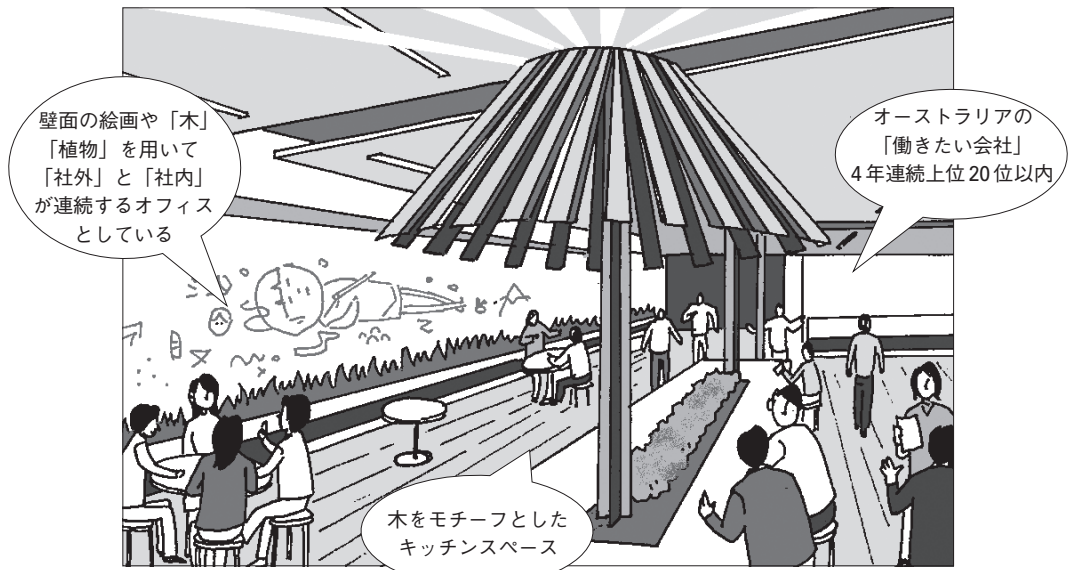


図2 Envatoのオフィス(メルボルン)



<https://www.glassdoor.com.au/Photos/Envato-Office-Photos-E700841.htm>