

従業員の心と体の健康が  
生産性向上のカギ

## 健康経営

### 1. 健康経営とは

日本社会は、今後労働人口の減少が予想され、それに伴う人手不足の深刻化が経営上のリスク要因となる。そのような状況下で、今いる人材が心身共に健康で長く働き続けられる職場環境を整えることは、これからの企業経営にとって最重要の経営課題といえる。つまり、従業員の健康維持・増進への取組みを「コスト」として捉えるのではなく、経営基盤を強化し、将来的な売上・収益を高めるための「投資」として捉えることが求められるのである。このような考えを取り入れて戦略的に実践することが「健康経営」である。

### 2. 健康経営を支える考え方

健康経営において、管理すべき「健康」とは社会的な問題となった過労死や職業病に見られるような「病気」ではないという意味での「からだの健康」に留まらない。健康経営においては、主に3つの観点で考えられている(図1)。

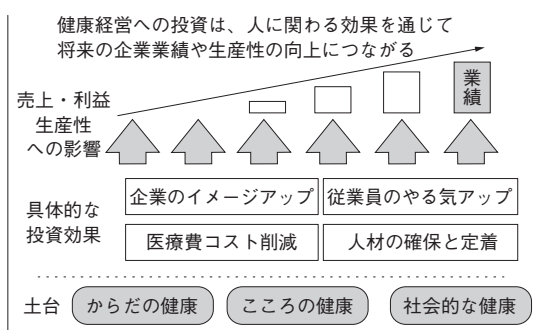
#### (1)からだの健康

病気や体の不調を感じることなく、毎日元気に仕事に打ち込める状態を維持することができる。

#### (2)こころの健康(メンタルヘルス)

仕事から過度なストレスや悩み・不安を感じるものがなく、穏やかに過ごすことができる。

図1 健康経営を支える考え方



### (3)社会的な健康

職場や家庭での人間関係が良好で、共に仕事や生活を良くしていこうという意欲が持てる。また、夢や目標、やりがいを持ち、未来に向かって成長していこうという意欲が持てる。

### 3. 健康経営とリーダー

健康経営を実現する上で、職場のリーダーが果たすべき役割は大きい。なぜなら、リーダーは職場の人々を日々観察し、共に仕事を成し遂げる存在であるため、職場やそこで働く人々の変化を感じ取れるからである。そのため、経営戦略としての健康経営を現場に浸透させるとともに、現場の実情に応じて健康経営を実践する支援がリーダーに求められる。リーダーが取り組むべき具体的なテーマとしては次のようなものがある。

#### (1)組織に関すること

人々が共に働く場としての職場をより良くしていこうとする役割(以下の項目を参照)。

「労務管理」「チームビルディング」

「目標管理プロセス」「指示命令と報連相」

#### (2)個人に関すること

部下と人間的な関わりを持ち、生産性の向上や仕事へのやりがい・誇りを高め、仕事を通じた部下の成長を促す役割(以下の項目を参照)。

「動機づけ」「能力開発」「気づき」

### 4. 健康経営を有効に活用するために

健康経営は、実践することで企業業績や生産性の向上に役立つものであるが、その効果は現在ではなく将来に現れるものであり、はっきりと目に見える形で捉えることは難しい。ただ、「からだの健康」「こころの健康」「社会的な健康」が満たされている職場は、そこで働く人々の士気(モラール)も高く、皆いきいきと仕事に取り組んでいる。

これからのリーダーには、職場の人々(上司・同僚・部下など)をよく観察し、働きがいのある人間らしい魅力的な職場をつくり上げることに取り組み、職場(現場)の士気を維持することが求められる。このような重責を担う主役であるという自覚が立派なリーダーの資質といえる。

(小西 英一)