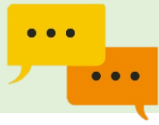


オフィス恩



ちょっと Chat

社労士事務所オフィス恩 代表 橋本 麻由美 (はつしい)
特定社会保険労務士・キャリアコンサルタント
行動指針作りアドバイザー・承認コミュニケーター
日本褒め言葉カード協会インストラクター
持ち味ファシリテーター
日本ストレスチェック協会ファシリテーター

あけまして
おめでとうございます
本年も どうぞ
よろしく願いいたします!



「心の病」は10～40代で共通課題

◆10代～20代では初めて3割超

日本生産性本部のアンケート調査によると、「心の病」の多い年齢層が10代～20代、30代、40代の各区分で約30%ずつを占め、50代を除き、10代から40代で共通の課題となっていることがわかりました。また、10代～20代での割合は増加し、初めて3割を超えています。

◆何かと苦勞の多い40代？

調査結果を見ると、10年ほど前の調査では、30代が6割前後を占めていたので、そのころの30代が40代になってもメンタルヘルスの問題が持ち越されているように見えます。一方、10代～20代については10年ほど前のおよそ2倍超となっています。

現在の40代には就職氷河期世代に該当する人たちがいます。年功制の崩壊とともに役割・権限の変化のなさ、人手不足と働き方改革等による現場への重圧といった要因もあり、心の病の増減について「横ばい」との回答が減少し、「増加傾向」が増えている調査結果もうなずけるものがあります。

◆ストレスチェックの課題

また、この調査では、ストレスチェックについての課題として、「集団分析結果の活かし方」を挙げている企業が3分の2を占めています。集団分析の結果を報告しても、あとの対応は個人任せとなっている状態では、効果的とは言えないでしょう。ストレスチェックを外部に委託する場合、見やすく活用しやすい結果をもらえる業者を選んだり、結果の経年変化も作成できるか、といった点にも気をつけると良いでしょう。



◆50代はメンタルヘルス以外の問題も多い

なお、この調査では50代の心の病は多くないとの結果が出ています。しかし、40代後半から50代にかけては親の介護や本人の健康問題などが多発してくる年代です。厚生労働省の調査でも、心筋梗塞や脳卒中は50代から急増するとされています。



現時点では、来年の東京オリンピックを前にした景気の良いイメージがまだあるようですが、景気減速のサインがちらほら出てきているようです。社員の健康リスクは経営リスクとなると認識も広まり、積極的に対策をとる企業が増えています。組織風土や仕事の見直しにより、長時間労働の抑制や健康経営の推進に取り組む必要があります。

【日本生産性本部「第9回「メンタルヘルスの取り組み」に関する企業アンケート調査結果」】
<https://activity.jpc-net.jp/detail/mhr/activity001577/attached.pdf>

※健康でなければ、「働く」ことが難しくなります。心身ともに、健康で、余力がある状態を維持できるように心掛けたいですね。障害年金請求業務を行っている、「精神」に関する疾患での請求が非常に多いことに驚きます。原因はさまざまですが、中には会社での人間関係が元になっている場合もあります。職場の風土改善は、働く人の健康を維持するためにも必要なことだと思います。



先月のオフィス恩の活動

◆社労士受験生用の雑誌でのお仕事(^▽^)



社労士試験の受験生向けの雑誌に、毎月チラッと登場しています。こちらのお仕事は、2年目に入りました。

受験生にとってまぎらわしい問題や、勉強のポイントなどを書かせていただいております。

原稿を書くためには、様々な確認作業が必要です。法改正の内容、数字に誤りはないか、用語は正しいか・・・など、とても神経を使います。しかし、この確認作業が実はとても勉強になるのです。もともと「書く」ことが好きなので、全然苦になりません。2020年度の社労士試験に向けて日々励んでおられる受験生の皆様にとって、少しでもお力になれる記事をお届けできればと思います。

※初校、再校、などの校正に関する用語や、校正記号の意味など、知らなかったことがたくさんありましたが、最近ようやく慣れてきました(笑)

～ON (オフィス恩) ⇒ OFF (プライベート)～

また1年が始まりましたね。始まったばかり・・・と思っていたら、きっとあっという間に12月になっているのでしょうね(笑)今年も、「1日1日を大切に」過ごしていきたいです！【私らしく】をキーに、お仕事を楽しみたいです！ほかの誰とも比べない。比べるのは去年の私と。少しでも成長できるよう精進いたしますo(^▽^)

★今月の御朱印★
奈良は有名な「東大寺」。もう何の説明も要りませんね(笑)
柱の穴をくぐるのに、行列ができていました。大人もくぐるのでしょうか??チャレンジしたい気持ちを抑えつつ、大きな大仏様に手を合わせてきました。鹿もたくさんいて和みました。



では、また来月もよろしく願いいたします！