

ワーク・エンゲイジメント ①

今後のメンタルヘルス対策のあり方「ポジティブ・メンタルヘルス」

職場のメンタルヘルス対策では、うつ病などのメンタルヘルス不調の未然防止(第一次予防)、早期発見・早期対応(第二次予防)、休業した従業員の復職支援・再発予防(第三次予防)が行われています。これらの対策に加えて近年注目されているのが、「第0(ゼロ)次予防」です。

本日の講師 慶應義塾大学総合政策学部・教授 島津明人 先生

2000年早稲田大学大学院文学研究科心理学専攻博士後期課程修了、博士(文学)。公認心理師、臨床心理士。早稲田大学助手、広島大学専任講師、同助教授、オランダ ユトレヒト大学客員研究員、東京大学准教授、北里大学教授を経て、2019年4月より、慶應義塾大学総合政策学部教授(現職)。専門は産業保健心理学、行動科学。主な著書に「新版ワーク・エンゲイジメント：ポジティブ・メンタルヘルスで活力ある毎日を」(労働調査会、2022年)など。



ポジティブ・メンタルヘルス

従来のメンタルヘルス対策は、不調かどうかを起点とし、「マイナスをゼロに近づける」ことが主な目的でした。しかし、今後の対策で重要なのは、一人ひとりの健康度をゼロからプラス方向に底上げし、さらには「いきいきと働くこと(ワーク・エンゲイジメントの高い状態)」をも視野に入れたポジティブメンタルヘルスです。

今後のメンタルヘルス対策の領域

従来の領域

4つのD

Disease (疾病) Damage (損害)
Disorder (障害) Disability (不具合)

個人・組織の弱み

治療 → 予防

ポジティブな結果

パフォーマンス・キャリア・
動機づけ

個人・組織の強み

成長(well-being)

「弱みを支える」+「強みをのばす」活動へ！産業保健と経営とが協調し取り組んでいきましょう。

ポジティブ・メンタルヘルスが求められる背景

1

健康経営の推進など、経営戦略の一部として労働者の健康支援に取り組む動きが挙げられます。国際連合(国連)による持続可能な開発目標でも健康、働きがい、経済成長は世界共通の開発目標に位置づけられています。

2

日本政府による「経済財政運営と改革の基本方針(骨太方針)2022」では、労働者を新しい価値を生み出す「人的資本」ととらえ、人的資本への投資を積極的に促しています。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

3

すべての人に健康と福祉を

8

働きがいも経済成長も

健康でいきいきと働く従業員こそが、企業の持続的な発展に不可欠な要素なのです。

健康でいきいきと働くキーワードとして注目されているのが「ワーク・エンゲイジメント」です。これまでに心身の健康や生産性(従業員のパフォーマンス、売上高、利益率、GDPなど)との関連が明らかにされています。次号でお伝えします。

「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

監修：慶應義塾大学総合政策学部・教授 島津明人 先生

お問合せ先・担当者



アクサ生命保険株式会社

〒108-8020 東京都港区白金1-17-3

TEL 03-6737-7777 (代表)

www.axa.co.jp/