



NEWS RELEASE

2020.8.25

“with コロナ時代” の健康経営活動 日清食品グループ「テレワークうつ 予防チーム」を発足！

日清食品ホールディングス株式会社（社長・CEO:安藤 宏基）は、“with コロナ時代” の新たな健康経営活動として「テレワークうつ 予防チーム」を2020年8月に発足しました。

先手のアプローチで、従業員の Well-Being*¹ を実現します！

新型コロナウイルス感染症の拡大によって労働環境は大きく変化し、多くの企業がテレワークや在宅勤務を推奨しています。日清食品グループは、2016年度から「働き方改革」に取り組み、在宅勤務制度やリモートワークのための IT 環境を整備していたことで、先般の緊急事態宣言下においては、即席麺事業に従事する従業員の最大91%が在宅勤務で業務にあたりました。また、こうした新しい働き方について、従業員の約8割*²が「会社と従業員のどちらにもメリットがある」「心身への負担が軽減され業務が効率的になった」とポジティブに受け止めています。

一方で、従来とは異なる働き方への戸惑いもあり、「仕事とプライベートの境目が曖昧」「コミュニケーションが取りづらい」など、さまざまなストレス要因が生まれてきていることも事実です。そこで今回、“with コロナ時代” の新たな健康経営活動として、「テレワークうつ 予防チーム」を発足し、従業員の Well-Being の実現に取り組みます。まず、日清食品グループの従業員*³を対象として、「疲労ストレス計 MF100」（村田製作所製）を使い自律神経機能偏差値とバランスを計測し、ストレスに対する自覚や関心の強い従業員のみならず、「無自覚のストレス」を抱えた従業員も確認します。計測の結果、自律神経機能偏差値に注意が必要な従業員には、自律神経に関する基礎知識やセルフマネジメント法を身に付けてもらうべく、書籍の配布や弊社産業保健看護職によるオンライン面談を実施し、ストレスの改善、働きがいとワークライフバランスの向上を図ります。

日清食品グループは、これからの“with コロナ時代”に向けて、社員の健康活動の支援や、社員が健康に働ける労働環境づくりのため積極的に取り組んでいきます。

*1 個人またはグループが、身体的、精神的、社会的に良好な状態にあることを指す概念。

*2 在宅勤務者を対象に2020年5月と6月の計2回実施したアンケートの結果に基づく。

*3 日清食品籍の在宅勤務者（派遣社員含）の合計約1,360名。実際の対象者は、個人情報取り扱いについて同意した従業員のみ。

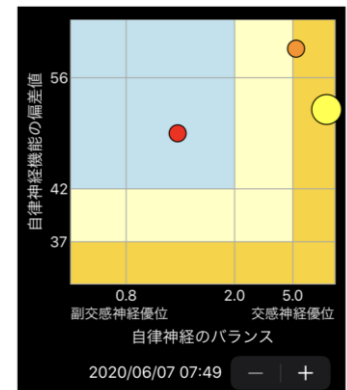
■「テレワークうつ 予防チーム」活動概要

- (1) 目的：コロナ禍による労働環境の変化に伴い、ストレスを抱える従業員を自覚の有無にかかわらず確認した上で、必要に応じて改善施策を実施し、ストレスの改善や働きがいとワークライフバランスの向上を図る。
- (2) 参加対象：日清食品グループ 国内従業員 約 1,360 名^{*3}
- (3) 計測方法：「疲労ストレス計 MF100」（村田製作所製）を使い、自律神経機能偏差値とバランスを計測。
- (4) 付随施策：自律神経に関連する書籍の配布
「睡眠の質」向上プログラムへの案内
弊社産業保健看護職によるオンライン面談

■実施方法

①対象従業員が「疲労ストレス計 MF100」を使用して「自律神経機能偏差値とバランス」を計測

脳が疲労すると自律神経機能が低下するため、「自律神経機能偏差値が低い状態＝脳が疲労している」と推測できます。この機器を使用することで、その偏差値とバランスを可視化できることから、測定された偏差値と本人が感じている疲労感との乖離などを発見し、「無自覚のストレス」を抱えた従業員を確認することが可能となります。計測した自律神経機能偏差値は、計測の際に使用するアプリで本人が即時に確認することができます。



②測定結果に応じて以下の施策を実施

自律神経関連書籍の配布

睡眠や運動に関する「セルフケア」や在宅勤務における「On-Off 切り替え」に加え、上司とのコミュニケーションに役立つ「対人関係」に関する書籍を配布予定です。

「睡眠の質」向上プログラムへの案内

弊社の広報部 CSR 推進室が実施する予定の“良質な睡眠をとる”ことを目的としたプログラムへの参加を促します。

弊社産業保健看護職によるオンライン面談

希望者を募って実施することが多い産業保健看護職との面談を、産業保健看護職のほうから対象者へ積極的に働きかけ、オンラインを通じて全国の従業員に広く実施していきます。

■「疲労ストレス計 MF100」について

株式会社村田製作所と株式会社疲労科学研究所が共同開発した、心拍変動解析による自律神経機能評価手法を用いた疲労ストレス測定システムおよび機器です。心拍と脈拍を高精度に測定し、その数値をビッグデータを用いて解析し、分析を行った上で、自律神経のバランス（交感 / 副交感神経優位）と偏差値を示します。

詳細は、村田製作所のウェブサイトでご確認ください。

[URL] <https://medical.murata.com/ja-jp/products/fatigue>





■日清食品グループの「健康経営」について

「健康経営^{*4}」という考え方は欧米が発祥で、その大きな目的の一つは医療費による経営破綻リスク低減です。この考え方は、日本においても超少子高齢化社会における医療費抑制・公的年金財政健全化などで注目され、昨今行政テーマにも上っています。

日清食品グループでは、創業者の安藤 百福^{あんどう ももふく}が掲げた「美健賢食」^{びけんけんしょく}（美しく健康な体は賢い食生活から）の精神に基づき、全従業員が心身の健康を保持・増進し、能力を最大限に発揮して業務にあたることを経営における最重要課題の一つに位置付けています。また、2018年8月には「日清食品グループ健康経営宣言」を策定し、健康経営を戦略的に推進しています。過重労働の抑制や人材確保といったメリットに加え、健康経営のコンセプトを“おせっかいな予防”とし、全従業員が、就業時における自らの心身の調子と仕事のパフォーマンスレベル^{*5}の連動を意識して行動する状態を目指しています。

従業員に対するさまざまな健康経営活動は、総務部内の“健康経営プロジェクト”が企画の立案から実施までを担っており、今回の「テレワークうつ 予防チーム」もその一環として取り組むものです。

*4 英語表記は「Health and Productivity Management」

*5 学術用語でプレゼンティーズム