

健康意識調査・結果発表

第10回 株式会社コスモネット 健康意識調査アンケートより

実施期間:2023.05.29~2023.06.05 回答数:2680人

過去4週間の仕事のパフォーマンス

68.5点

過去4週間の仕事の
パフォーマンス得点

パフォーマンス得点とは

心身の不調による損失が無い場合のパフォーマンスを100点とした場合の、過去4週間の業務パフォーマンスに関する自己評価

低下者
40%

パフォーマンス
発揮者の割合

発揮者
60%



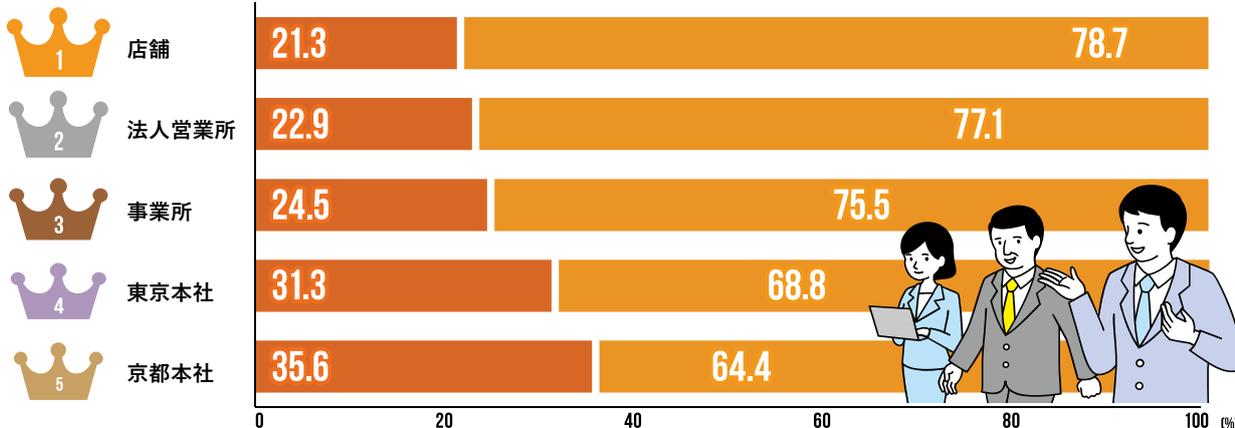
60%の社員がパフォーマンスを
発揮できています。

※パフォーマンス発揮者:パフォーマンス得点を70点以上と評価した人の割合

職場の一体感が高い部署TOP5

■ ... 低評価者:「あてはまらない」「あまりあてはまらない」と回答した者

■ ... 高評価者:「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した者



所属別では上位3部門で高評価者の割合が7割を超え、性年代別では男女ともに20代以下が他の年代よりも高評価者の割合が高い結果となりました。一体感が高いと職場の雰囲気が良くなり、モチベーションや生産性の向上につながります。



社内コミュニケーションについての評価が高い部署TOP3

■ ... 低評価者:「あてはまらない」「あまりあてはまらない」と回答した者

■ ... 高評価者:「あてはまる」「ややあてはまる」と回答した者



店舗

15.9

84.1



法人営業所

18.8

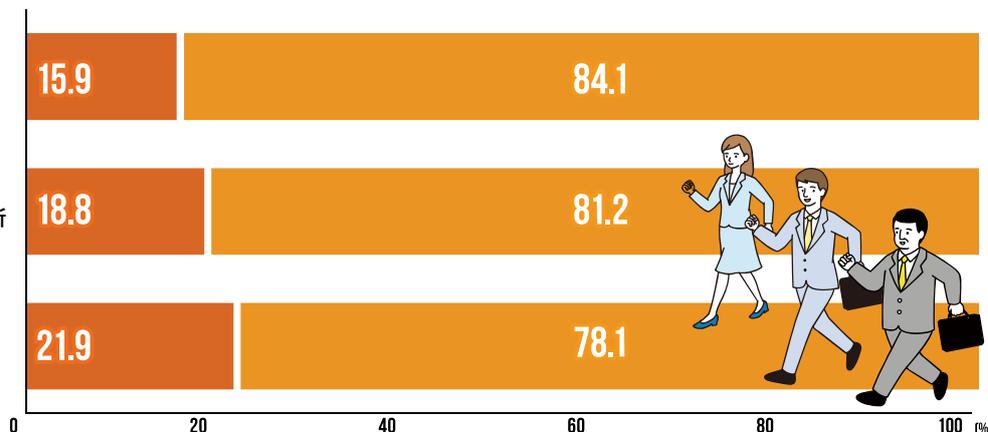
81.2



東京本社

21.9

78.1



店舗と法人営業部では、社内の人とコミュニケーションが取れているということに対する高評価者の割合が8割を超えています！
社内コミュニケーションが活性化すると、仕事の相談がしやすくなるなど社員のストレスが軽減され、パフォーマンスの向上や離職率の低下につながります。

パフォーマンスに影響していると考えられる活動



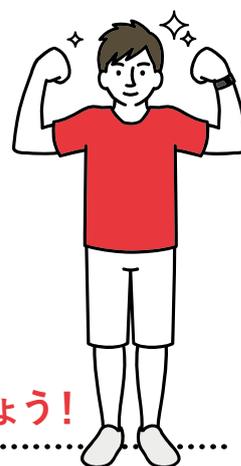
睡眠による休養が十分に取れている



昼食の時間が十分に取れている



主食のみで食事を済ませない



始めた人は実感しています！**あなたも健康活動を始めてみましょう！**



カラダのお悩みが多く、パフォーマンスを発揮できていない方たちは上記と反対の行動をとることが多く、これ以外にも「定期的に運動ができていない」と感じている方も多数いらっしゃいました。
仕事帰りにウォーキングをして、ぐっすり眠ればパフォーマンスが上がるかも!?

アンケートにご協力いただきありがとうございました。

これら数値の改善を指標に、引き続き健康活動を支援していきます！