

新型コロナウイルスの影響で、リモートワークが多くなる企業で推進されている。常に顔を合わせていれば従業員のストレスに自然と気づけるが、リモートワーク中は難しいのではない。

リモートワークは通勤のストレスがなくなり気楽に働けると思われがちだが、メンタルヘルスケアの観点では留意する必要がある。同僚や上司と顔を合わせて直接話すことが少なくなるので、孤独感が増しやすいからだ。その他にも、ウェブや電話越しの会話では伝えたいニュアンスが伝

えない、雑談や相談する機会が持ちにくく、必要な情報のやり取りがスムーズに分かれない、などのストレスが考えられる。そこで上司のケアが重要。リモートワーク中の部下には、意識的にコミュニケーションをとる必要がある。朝礼・夕礼などウェブ上でチームメンバー全員が必ず顔を合わせる機会を少なくとも1日1回は作りたい。また、個別の相談時間を確保し、体調の不安や困りごとがないか確認を定

非常時での従業員の心身へのケア

②

職場におけるメンタルヘルスケア

えきれない、雑談や相談する機会が持ちにくく、必要な情報のやり取りがスムーズに分かれない、などのストレスが考えられる。そこで上司のケアが重要。リモートワーク中の部下には、意識的にコミュニケーションをとる必要がある。朝礼・夕礼などウェブ上でチームメンバー全員が必ず顔を合わせる機会を少なくとも1日1回は作りたい。また、個別の相談時間を確保し、体調の不安や困りごとがないか確認を定

ために、部下に得意な仕事・やりたい仕事を申告させ、任せてみるのもお勧めだ。部下一人ひとりの状況を把握し、必要に応じて丁寧なマネジメントが、従業員のストレスを早期に発見する一番の鍵だ。感染症がまん延している今、従業員の安全と健康が阻害されるリスクを軽減するため、健康診断の事後措置をぜひ見直していた



桜又 彩子

SOMPOヘルスサポート シニアゼネラル
コンサルタント

リモート中の疎外感緩和

身長	総コレステロール
体重	HDLコレステロール
腹囲	LDLコレステロール
標準体重	non-HDLコレステロール
BMI	LH比
肥満度	中性脂肪
体脂肪	

健康診断のデータを分析し情報
の把握が重要

健康診断のデータを行くもの「実際に病
院に行ったのか。どの
ような結果だったのか
(就業上の配慮が必要
か)」。までは聴取し
ていない。また、産業
医療・要保健指
導等の対象者、
産業医による判
定で就業上の配
慮が必要対象
者、持病により
治療中の対象
者、リスク別
(高血圧、高血糖
の状況下では、リス
クがさらに増大してい
る。健康診断のデータ
を分析し、安全配慮義
務遂行の観点から必要
な情報を把握しておく
こと。その重要性をい
ま一度検討していただ
きたい。(木曜日掲載)

だきたい。新型コロナ等)の人数などを把握
に関して、高齢者や基
礎疾患がある人などは
重症化しやすい可能性
があるとされている。
持病がある人や、健康
診断の高リスク者の人
数や詳細を把握してい
る。多くの企業では、健
診結果を通知し、受診
勧奨や面談勧奨までは
ききたい。(木曜日掲載)