

# 幸福度・健康意識調査 結果発表

第1回 株式会社キャプティエンジニアリング 幸福度・健康意識調査アンケートより

実施期間:2023.12.4~2023.12.17 回答数:531人

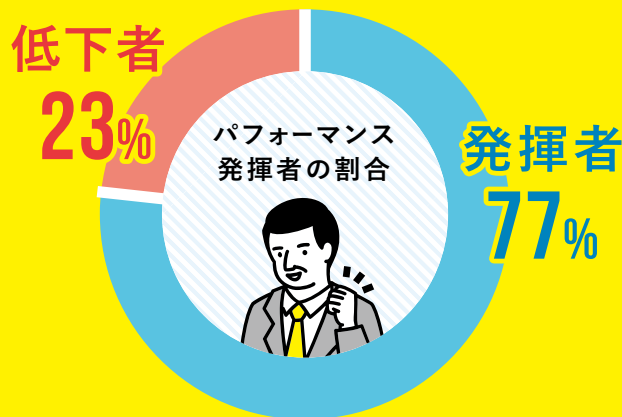
## 過去4週間の仕事のパフォーマンス

**75.5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

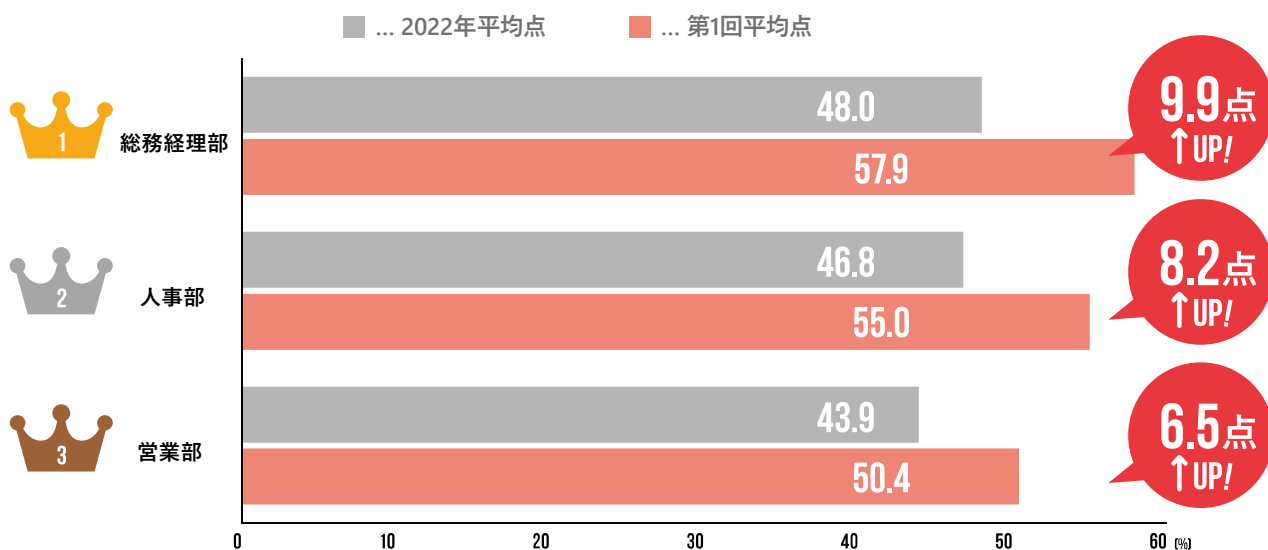
心身の不調による損失が無い場合のパフォーマンスを100点とした場合の、過去4週間の業務パフォーマンスに関する自己評価



77%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

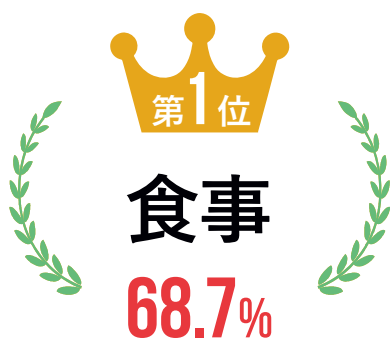
## 健康意識スコアがアップした部署TOP3



性年代別では30~40代の女性従業員の健康意識スコアが特にアップしているようです。

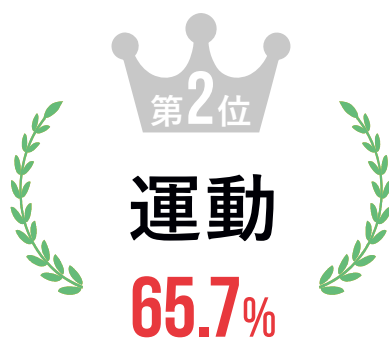
※健康意識スコア:健康維持・増進に対する総合的な意識を個人ごとにスコア化したもの。スコアは0~100で、食事と運動に関する健康行動を両方とも半年以上続けていてかつ睡眠・生活リズム・メンタルケアにも関心がある場合に100、食事・運動・睡眠・生活リズム・メンタルケア全てに関心がない場合に0となる

## 取り組みたい健康活動



健康に関する食事指導をしてほしい

50代女性



ウォーキングイベント等を定期的に行ってほしい

40代男性



睡眠時間の確保を推奨してほしい

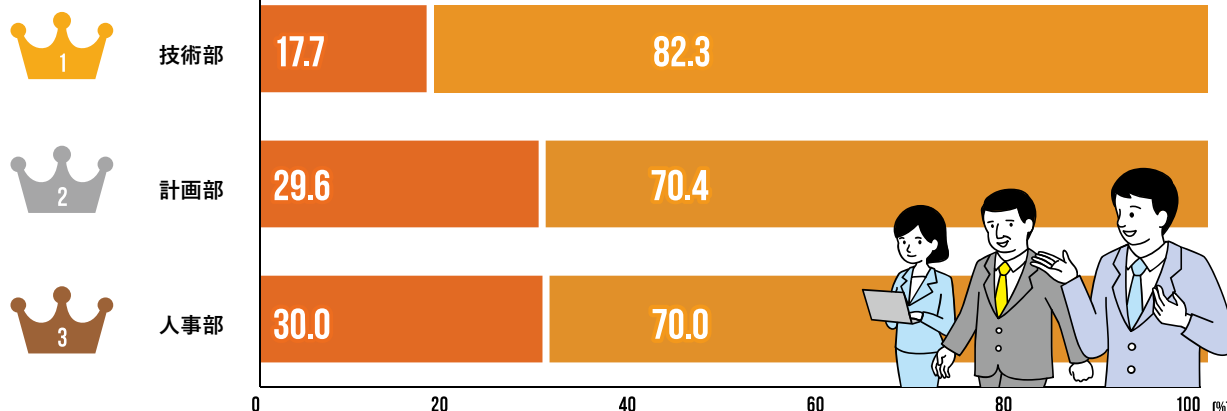
20代男性

パフォーマンス発揮者は低下者よりも「食事」「運動」への関心が高いようです。逆に低下者は発揮者よりも「メンタルケア」への関心が高くなっているようです。

## 職場の一体感が高い部署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



職場の一体感に対する高評価者の割合が高いのは**技術部**で8割を超えています!生活リズムが不規則な人よりも規則的な人のほうが、職場の一体感に対する評価が高い傾向にあるようです。

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!