

# 健康意識調査・結果発表

第4回 株式会社中山製鋼所 健康意識調査アンケートより

実施期間:2022.7.29～2022.8.7 回答数:738人

## 過去4週間の仕事のパフォーマンス

# 72.0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



70%の社員がパフォーマンスを  
発揮できています。

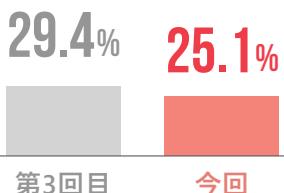
※パフォーマンス発揮者:パフォーマンス得点を70点以上と評価した人の割合

## 生活習慣の変化



### 昼食時間が不十分

4.3%改善!

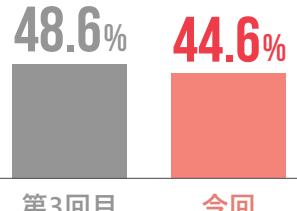


食事を  
ゆっくり取ろう



### 間食をとることがよくある

4.0%改善!



間食を  
減らそう!

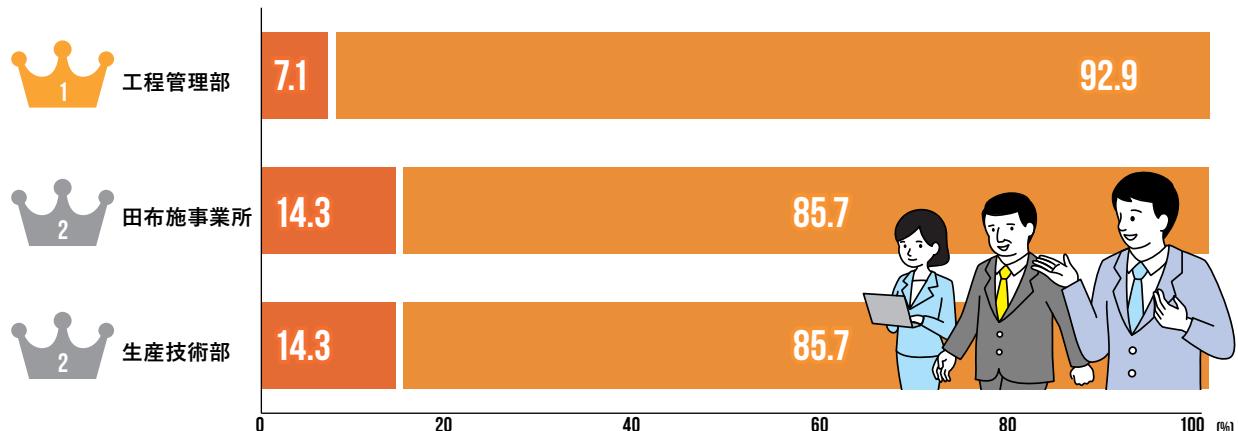


前回から大幅に改善した項目は「昼食時間が不十分」「間食をとることがよくある」という食生活に関するもので、4ポイント以上改善されていました！

## コミュニケーションがとれている部門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



工程管理部では、コミュニケーションに関してポジティブに評価している人の割合が9割を超える結果となりました。  
田布施事業所は「あてはまる」とより積極的に評価している人の割合が4割超えと1番高い結果となりました。

## 取り組みたい健康活動



第1位

食事

66.5%



第2位

運動

62.5%



第3位

睡眠

39.2%

ダイエット(身体を絞る)に関する食べ物についてのセミナーを開いてほしい。間違えた食べ方をしているような気がします。

50代以上

社内で簡易トレーニングスペース等設置  
(ルームランナー等)

20代以下

睡眠セミナー

50代以上

性年代別でみると、女性30代以下では「睡眠」「生活リズム」「メンタルケア」への関心が高く、男性では若年層で「睡眠」、高年齢層で「食事」への関心が高いことが分かりました。

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!