

# 企業における健康づくりに関するアンケート調査 データ編

東京商工会議所  
国民健康づくり委員会

## 回答企業の概要について

### 【経営者の性別】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 男性	3807	94.1
2 女性	237	5.9
不明	156	
サンプル数・有効回答数	4200	4044

### 【経営者の年齢】

(数量回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 20～29歳	5	0.1
2 30～39歳	107	2.9
3 40～49歳	432	11.9
4 50～59歳	1084	29.8
5 60～69歳	1466	40.4
6 70～79歳	483	13.3
7 80～89歳	53	1.5
8 90歳以上	2	0.1
不明	568	
サンプル数・有効回答数	4200	3632

### 【業種】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 サービス	1145	28.9
2 製造	938	23.7
3 卸売	827	20.9
4 建設	494	12.5
5 小売	321	8.1
6 金融	56	1.4
7 その他	179	4.5
不明	240	
サンプル数・有効回答数	4200	3960

### 【資本金】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 1,000万円以下	1650	43.5
2 1,000万円超5,000万円以下	1295	34.2
3 5,000万円超1億円以下	370	9.8
4 1億円超3億円以下	179	4.7
5 3億円超	296	7.8
不明	410	
サンプル数・有効回答数	4200	3790

### 【従業員数】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 0～5人	889	22.4
2 6～20人	1341	33.9
3 21～50人	725	18.3
4 51～100人	397	10.0
5 101～300人	376	9.5
6 301～1,000人	146	3.7
7 1,001人以上	87	2.2
不明	239	
サンプル数・有効回答数	4200	3961

・企業における健康づくりの取り組みについて

【Q1. 従業員の健康の重要度】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 とても重要である	3834	94.5
2 まあまあ重要である	214	5.3
3 あまり重要ではない	6	0.1
4 全く重要ではない	2	0
不明	144	
サンプル数・有効回答数	4200	4056

【Q2. 企業として組織的に健康づくりに取り組む意義】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 大いにある	2533	62.6
2 まあまあある	1340	33.1
3 あまりない	165	4.1
4 全くない	8	0.2
不明	154	
サンプル数・有効回答数	4200	4046

【Q3. 1ヵ月以上の休職者】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 いる	477	11.8
2 いない	3574	88.2
不明	149	
サンプル数・有効回答数	4200	4051

【Q4. 「心の病」を抱える従業員数の過去3年間の推移】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 増えている	407	10.1
2 変わらない	705	17.5
3 減っている	44	1.1
4 3年間いない	2876	71.3
不明	168	
サンプル数・有効回答数	4200	4032

【Q5. 従業員が主に加入する健康保険の種類】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 組合管掌健康保険(組合健保)	1850	45.7
2 政府管掌健康保険(社会保険)	1673	41.3
3 国民健康保険	505	12.5
4 その他	22	0.5
不明	150	
サンプル数・有効回答数	4200	4050

【Q6. 従業員が健康を害した場合の業績への悪影響】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 大きな影響がある	2147	53.0
2 まあまあ影響がある	1580	39.0
3 あまり影響は無い	261	6.4
4 特に影響は無い	61	1.5
不明	151	
サンプル数・有効回答数	4200	4049

【Q7.(1)健康づくりに取り組んでいる分野】

(複数回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 予防医療面での健康づくり	2401	59.4
2 運動面での健康づくり	958	23.7
3 精神衛生面での健康づくり	791	19.6
4 食事栄養面での健康づくり	482	11.9
5 その他の分野	153	3.8
6 特に取り組んでいない	1197	29.6
不明	160	
サンプル数・有効回答数	4200	4040

【Q7.(2)実際に行っている取り組み(予防医療面)】

(複数回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 法定健康診断で定められた項目以外の独自の検診等の実	1488	36.9
2 時間外労働の管理・抑制	1300	32.3
3 生活習慣病予防等に関する情報提供	1096	27.2
4 医療費の補助や健康組合への補助拡充	520	12.9
5 その他	81	2.0
不明	172	
サンプル数・有効回答数	4200	4028

【Q7.(3)実際に行っている取り組み(運動面)】

(複数回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 スポーツイベントの開催(ボウリング大会・ゴルフコンペ等)	494	12.2
2 社外施設の活用(スポーツ施設の法人会員加入・利用補助)	382	9.5
3 クラブ活動の奨励	299	7.4
4 ラジオ体操等の導入	268	6.6
5 情報の提供	212	5.3
6 企業内フィットネスの実施	33	0.8
7 その他	56	1.4
不明	163	
サンプル数・有効回答数	4200	4037

【Q7.(5)実際に行っている取り組み(精神衛生面)】

(複数回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 情報の提供	347	8.7
2 リフレッシュ休暇制度の導入	280	7.0
3 心の健康対策を目的とするカウンセリング、対面相談の実	279	7.0
4 一般従業員に対するメンタルヘルス教育	246	6.1
5 管理職に対するメンタルヘルス教育	191	4.8
6 電話やメールによる相談窓口の設置	149	3.7
7 職場復帰を組織的に支援する体制づくり	84	2.1
8 その他	40	1.0
不明	190	
サンプル数・有効回答数	4200	4010

【Q7.(6)健康づくりの企業経営への貢献について】

(Q7.(1)で1～5を選んだ企業のみ)

(複数回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 業績の向上	472	18.3
2 生産性の向上	456	17.7
3 社員のモチベーションの向上	989	38.4
4 通院者、病人の減少	498	19.4
5 欠勤率の低下	727	28.3
6 ストレスの低下	451	17.5
7 雰囲気が明るくなった	563	21.9
8 社内コミュニケーションの向上	794	30.9
9 特になし	501	19.5
10 その他	73	2.8
不明	300	
サンプル数・有効回答数	2873	2573

【Q7.(7)健康づくりに取り組まない最も大きな理由】

(Q7.(1)で6を選んだ企業のみ)

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 企業として取り組む体制を構築できないから	563	49.3
2 健康は個人の責任で管理すべきものであるから	419	36.7
3 特に必要性を感じないから	88	7.7
4 具体的な効果が期待できないから	10	0.9
5 その他	63	5.5
不明	24	
サンプル数・有効回答数	1167	1143

【Q8.(1)従業員の喫煙率】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 低い(25%未満)	1400	35
2 やや低い(25%以上50%未満)	1416	35.4
3 やや高い(50%以上75%未満)	697	17.4
4 高い(75%以上)	363	9.1
5 その他	128	3.2
不明	196	
サンプル数・有効回答数	4200	4004

【Q8.(2)喫煙による健康被害を抑制するための取り組み】

(複数回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 職場内禁煙・分煙の実施	2656	66.9
2 禁煙希望者へのノウハウ提供・指導	124	3.1
3 禁煙の報奨金を支給	50	1.3
4 特に実施していない	1185	29.8
5 その他	101	2.5
不明	227	
サンプル数・有効回答数	4200	3973

【Q9. 利用したことのある、またはしてみたい地域産業保健センターのサービス】

(複数回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 健康づくりに関するセミナー等の開催	670	22.2
2 実施事業や産業保健等の情報提供	575	19.0
3 メンタルヘルス相談	454	15.0
4 夜間及び休日の健康相談窓口	355	11.7
5 個別訪問による保険指導等	290	9.6
6 特に興味がない	1094	36.2
7 その他	222	7.3
不明	1176	
サンプル数・有効回答数	4200	3024

【Q10. 企業における健康づくりに関して公的な支援策として求めるもの】

(複数回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 企業が健康づくりに取り組むための税制面での支援・助成	2257	58.1
2 従業員の健康障害を防止するための情報提供	1664	42.8
3 企業における健康づくりの助言・ノウハウ提供	1229	31.6
4 企業における健康づくりの成功事例の紹介	681	17.5
5 特に必要ない	420	10.8
6 その他	58	1.5
不明	313	
サンプル数・有効回答数	4200	3887

【Q11. 3年前と比較した利益推移】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 増えた	1387	34.9
2 変わらない	1173	29.5
3 減った	1343	33.8
4 その他	67	1.7
不明	230	
サンプル数・有効回答数	4200	3970

・経営者自身の健康づくりについて

【Q12. 経営者の現在の健康状態】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 とても健康である	795	19.9
2 まあまあ健康である	2897	72.6
3 あまり健康ではない	285	7.1
4 全く健康ではない	15	0.4
不明	208	
サンプル数・有効回答数	4200	3992

【Q13. 将来の健康上の不安】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 大いに感じる	495	12.4
2 やや感じる	2486	62.4
3 あまり感じない	903	22.7
4 全く感じない	102	2.6
不明	214	
サンプル数・有効回答数	4200	3986

【Q14. 仕事上のストレス】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 強く感じる	780	19.6
2 まあまあ感じる	2244	56.4
3 あまり感じない	860	21.6
4 全く感じない	97	2.4
不明	219	
サンプル数・有効回答数	4200	3981

【Q15. 健康の維持増進のために行っていること】

(複数回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 健康診断検査などを受ける	2587	64.8
2 休養や睡眠を十分とる	2489	62.3
3 栄養バランスの良い食事を取る	2384	59.7
4 趣味等で気分転換を図る	1820	45.6
5 気持ちを明るく持つ	1757	44.0
6 規則正しい生活を送る	1720	43.1
7 定期的にスポーツをする	1522	38.1
8 酒やタバコを控える	912	22.8
9 特にしていない	115	2.9
不明	208	
サンプル数・有効回答数	4200	3992

【Q16. 運動の頻度】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 ほぼ毎日	544	13.7
2 週に2回程度	693	17.4
3 週に1回程度	1142	28.7
4 月に1回程度	603	15.2
5 特にしていない	995	25.0
不明	223	
サンプル数・有効回答数	4200	3977

【Q17. 自分の健康への投資額(1ヶ月あたり)】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合(%)
1 5万円未満	3042	77.1
2 5万円以上10万円未満	733	18.6
3 10万円以上15万円未満	121	3.1
4 15万円以上20万円未満	26	0.7
5 20万円以上25万円未満	15	0.4
6 25万円以上	9	0.2
不明	254	
サンプル数・有効回答数	4200	3946

## 【Q18.(1)経営者の平均労働時間】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 8時間未満	934	23.4
2 8時間以上10時間未満	1923	48.1
3 10時間以上12時間未満	790	19.8
4 12時間以上14時間未満	264	6.6
5 14時間以上16時間未満	64	1.6
6 16時間以上	20	0.5
不明	205	
サンプル数・有効回答数	4200	3995

## 【Q18.(2)経営者の平均睡眠時間】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 4時間未満	29	0.7
2 4時間以上5時間未満	279	7.0
3 5時間以上6時間未満	1208	30.2
4 6時間以上7時間未満	1505	37.6
5 7時間以上8時間未満	830	20.7
6 8時間以上	150	3.7
不明	199	
サンプル数・有効回答数	4200	4001

## 【Q19.医療機関への通院頻度】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 ほぼ毎日	7	0.2
2 週に2回程度	67	1.7
3 週に1回程度	193	4.8
4 月に1回程度	1268	31.7
5 年に数回程度	1561	39.0
6 通っていない	902	22.6
不明	202	
サンプル数・有効回答数	4200	3998

## 【Q20.ここ3年間で連続3日間以上入院した回数】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 0回	3401	85.2
2 1回	454	11.4
3 2回	88	2.2
4 3回	39	1.0
5 4回	4	0.1
6 5回以上	7	0.2
不明	207	
サンプル数・有効回答数	4200	3993

## 【1日の喫煙本数】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 0本	2721	69.3
2 1～20本	750	19.1
3 21～40本	409	10.4
4 41本以上	43	1.1
5 60本以上	6	0.2
不明	271	
サンプル数・有効回答数	4200	3929

## 【1週間の飲酒頻度】

(単一回答)

カテゴリ	件数	割合 (%)
1 0日	804	20.4
2 1～3日/週	1029	26.1
3 4～5日/週	662	16.8
4 6～7日/週	1443	36.6
5 無効	8	0.2
不明	254	
サンプル数・有効回答数	4200	3946