

仕事と健康は

関係しています！

仕事で活躍するための大事な資源が健康です。健康だからこそ自分の能力を發揮できます。能力を100%發揮するために健康を守りましょう。

健康は能力を發揮するための土台。もし健康を損ない、体調不良であなたの能力が損なわれてしまつては、仕事だけでなく社会全体にとつても損失です。たとえ欠勤や休職に至らない場合でも、体調が悪い状態では100%の能力を發揮できず、働く能力が低下してしまいます。

100%の能力を發揮するためには、健康を守る必要があります。生活習慣病など予防できる病気は予防し、健診結果に異常があるときや体調の異常を感じたときは必要な医療をきちんと受けましょう。体調が悪いときは休養・治療に専念することも大事です。仕事で結果を出すためにも、あなたの体を大切に。

健康なら成果も大きい！

同じ能力を持っていても健康状態で得られる仕事の成果が違います。能力を發揮するための土台となるのが健康なのです。



「会社に来たけど仕事にならない…」それも損失です！

体調と仕事の損失

アブセンティズム (就業不能による生産性低下)

欠勤や休職、遅刻や早退など、働けないことによる損失。出勤できない日数や就労できない時間を数えるだけで済むので、数字で表しやすく明確に把握できる。



プレゼンティズム (体調不良による生産性低下)

出勤していても体調不良で業務能力が低下していることによる損失。「効率低下で残業が必要となり残業代が発生する」「ミスで対応が必要になる」など。

