

巻頭言

健康経営とニュートラルな視点

一般財団法人 日本建築総合試験所
常務理事 河津 龍大



平素は当法人の業務に格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

近年、企業の「健康経営」という言葉が注目されるようになってきました。経済産業省ヘルスケア産業課の資料によれば、健康経営とは「従業員等の健康保持・増進の取組が、将来的に収益性等を高める投資であるとの考えの下、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践すること」と定義されており、組織を活性化して結果的に業績向上や組織としての価値向上へ繋がるのが期待されています。健康経営の実現は組織の成長のために必要であるとともに、従業員のQOL (Quality of Life: 生活の質、人生の質) の向上にも直結しています。人生の大部分を占める仕事にやりがいを持てるか、仕事とプライベートの良いバランスを保てるかと言うことは、企業と個人にとって重要なテーマです。当法人におきましても働きやすい職場環境の提供やWLB (Work Life Balance) の充実などを柱として、経済産業省が推し進める「健康経営優良法人」の認定取得を視野に種々の検討を進めているところです。健康経営がカバーする範囲は時とともに変化・多様化しており、法人と職員がwin-winの関係となる健康経営の実現を目指したいと考えます。

一方、私自身の健康管理を問われるとお恥ずかしい状況にあります。体重は微増ですが右肩上がりが続いており、週一回のウォーキング程度では実感できる減量効果もありません。量は減ったものの好きなものを好きだけ飲み食いしてしまいます。中性脂肪の数値が許容上限を超えた健康診断結果をそっと閉じ、「細かな数値を気にし過ぎてストレスをため込むことこそ心身に良くない！」と主張する方の書き物に強く同意してしまいます。これは一種の認知バイアス (自分の信念を裏付ける情報を重視し、それと異なる情報を軽視・無視してしまう等) が働いているということです。この認知バイアスはたいそう厄介なものであり、何らかの意思決定が必要な場面において無意識に出てくるものです。人間である以上、感情や経験を持ち合わせており、これらを一切排除することは不可能ですが、事実と論理に基づいて客観的な判断を下すことや感情的な反応や偏見を抑え相手の立場を理解して対立を和らげるためにも、ニュートラルな視点を持つことは重要です。判っていても実践は容易でない、長年の私のテーマです。