



# Press release

2024年5月31日

## 世界16の国と地域で実施、アクサのマインドヘルス調査

### 「心の健康」日本は最下位

### 持続可能な企業経営へ職場のサポート体制が重要

アクサは、心の健康に欠かせない要素を調査する「マインドヘルスに関する調査 2024」の結果を発表しました。調査はヨーロッパ、アジア、北・中米など計 16 の国と地域を対象に実施されたもので、世界のマインドヘルスの状況が明らかになりました。調査結果から、マインドヘルスが不調な人の割合は、対象国中で日本が最下位になりました。また、従業員のマインドヘルスに対する企業のサポート体制構築の重要性が改めて示され、職場における対策が大きな課題として浮き彫りになっています。

主な調査結果は以下のとおりです。なお、アクサは、心の健康をよりポジティブに捉え、本調査においては、「メンタルヘルス」に代えて「マインドヘルス」という用語を使用しています。調査の詳細は別紙をご覧ください。

世界的に、「心の健康」の状況は悪化の傾向にあります。世界:各国比較 マインドヘルス・インデックス(調査 1)によると、全体的に「不調」の割合が増加していることが明らかになりました。国別ではタイが最も良好である一方で、日本は前年の 15 位から最下位に後退し、半数以上が「やや不調」(35%)「不調」(22%)と回答しています。現在のマインドヘルスの状況(調査 2)からは、特に女性や 18-24 歳の若年層が、全体よりも高い割合で何らかのメンタル不調を抱えており、前年から悪化していることがわかりました。

職場のマインドヘルス支援体制の有無(調査 5)によると、日本においてマインドヘルス支援に取り組む企業は、対象国中で最下位の 36%でした。従業員が企業に期待するマインドヘルスのサポート内容(調査 7)によると、具体的なサポートとして、メンタルヘルス・ケア・デイ<sup>\*1</sup>の導入(全体 25%、日本 33%)、外部相談体制の整備(全体 20%、日本 20%)が求められており、メンタルの状態に応じて仕事とのインターバルを設けたり、産業医のような専門家による相談窓口を設置したりするなどのオプションの必要性が示されています。

東京大学 未来ビジョン研究センター データヘルス研究ユニット 古井祐司特任教授は本調査結果について次のようにコメントしています。

「マインドヘルスに関する調査 2024」によると、従業員の心の健康状態は世界的に低下傾向にあり、中でも日本は 16 国中で最下位となった。メンタル不調は労働生産性の損失や離職につながるということがわかっており、専門家や企業による支援が不可欠だが、今回の調査ではメンタル不調を抱える人のうち、専門的なサポートを受けている人は半数に満たないこともわかった。特に日本の企業では支援体制が弱く、若年層と管理職が孤立しがちな様子がうかがえる。今回の国際比較は、日本の企業がマインドヘルスを含む健康経営に取り組む意義を改めて示す結果となっており、持続可能な企業経営を目指す上での課題を提起したという点で、大きな一歩であると考えます。」

アクサ生命は、「すべての人々のより良い未来のために。私たちは皆さんの大切なものを守ります。」というパーパス(存在意義)を体現するため、健康経営の普及推進を通じて、企業の生産性向上と持続的発展、従業員とご家族の心身および社会的な健康づくりに働きかけることで、人々と地域社会のウェルビーイングの向上を目指しています。

健康経営は、従業員の健康管理を経営的な視点で捉え戦略的に実践する取り組みです。健康経営を導入した企業には、従業員が主体的に人生の目標をもって、それを実現するための手段として、自らの人生を主体的に経営することができるようアクサ生命がライフマネジメント<sup>®</sup>コンサルティングを提供しています。自らが人生を主体的に経営することで従業員には生きがいや働きがいもたらされ、職場には活力が、地域社会においては選ばれる会社としての企業イメージの向上が、さらにはサステナブルな企業の基盤となる業績の向上を期待することができます。



アクサ生命は、企業が永続的かつ実効性の高い健康経営に取り組めるよう、「健康経営サポートパッケージ\*<sup>2</sup>」を提供し、健康経営の導入から実践までサポートしています。

\*<sup>1</sup> メンタルヘルス・ケア・デイ: 月 1 回の半日休暇など企業独自の人事制度の事例

\*<sup>2</sup> 健康経営サポートパッケージの詳細についてはこちらのサイト[健康経営サポートパッケージ | アクサ生命保険株式会社 \(axa.co.jp\)](https://www.axa.co.jp/health-support)をご参照ください。

## アクサのマインドヘルスに関する調査 2024 について

今年で 4 回目となるアクサの「マインドヘルスに関する調査」の 2024 年度調査は、調査協力会社イブソスのモニター対象にインターネット調査で 2023 年 11 月、12 月に、ヨーロッパ、アジア、北・中米の 16 の国と地域で実施され、各国 1,000 人合計 16,000 人が参加しました。(対象国: 英国、フランス、イタリア、スペイン、スイス、ドイツ、アイルランド、ベルギー、米国、メキシコ、タイ、中国、フィリピン、香港、トルコ、日本)

調査結果は、マインドヘルスに対する理解促進や、心の健康の保持・増進に役立つ知見を個人や企業に提供することによって、社会に変化をもたらし、人々のより良い心の状態の実現に寄与することを目的としています。

### アクサ生命について

アクサ生命はアクサのメンバーカンパニーとして 1994 年に設立されました。アクサが世界で培ってきた知識と経験を活かし、301 万のお客さまから 546 万件のご契約をお引き受けしています。1934 年の日本団体生命創業以来築いてきた全国 511 の商工会議所、民間企業、官公庁とのパートナーシップを通じて、死亡保障や医療・がん保障、年金、資産形成などの幅広い商品、企業福利の増進やライフマネジメント<sup>®</sup> (人生を経営する) \*に関するアドバイスをお届けしています。2023 年度には、2,402 億円の保険金や年金、給付金等をお支払いしています。

\*ライフマネジメント<sup>®</sup>はアクサ生命保険株式会社の登録商標です。

本件に関するお問い合わせは下記までお願いいたします：

アクサ生命保険株式会社 広報部

電話：03-6737-7140

<https://www.axa.co.jp>

### アクサグループについて

アクサは世界 51 の国と地域で 147,000 人の従業員を擁し、9,400 万人のお客さまにサービスを提供する、保険および資産運用分野の世界的なリーディングカンパニーです。国際会計基準に基づく 2023 年の売上は 1,027 億ユーロ、アンダーライティング・アーニングスは 76 億ユーロ、2023 年 12 月 31 日時点における運用資産総額は 9,455 億ユーロにのびります。アクサはユーロネクスト・パリのコンパートメント A に上場しており、アクサの米国預託株式は OTC QX プラットフォームで取引され、ダウ・ジョーンズ・サステナビリティ・インデックス (DJSI) や FTSE4GOOD などの国際的な主要 SRI インデックスの構成銘柄として採用されています。また、国連環境計画・金融イニシアチブ (UNEP FI) による「持続可能な保険原則」および「責任投資原則」に署名しています。

\*アクサグループの数値は 2023 年 1 月～12 月の業績です。

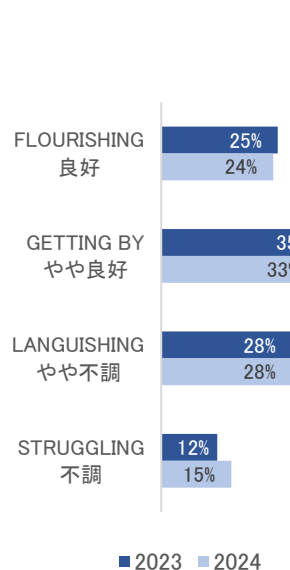


別紙: 詳細

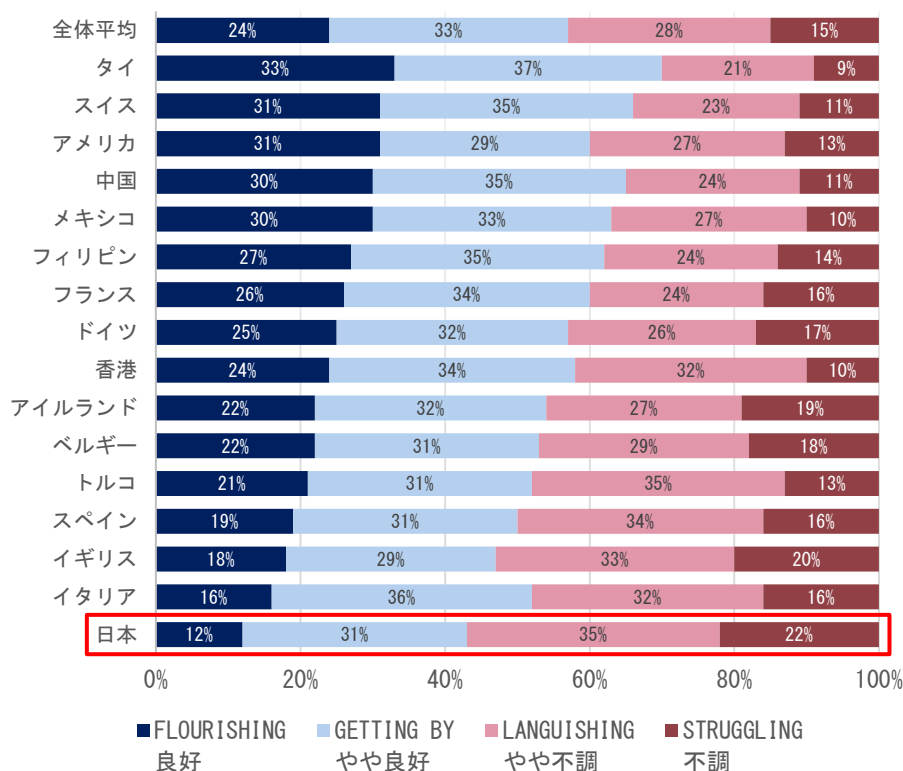
■世界: 各国比較 マインドヘルス・インデックス(調査 1)

2024 年版マインドヘルス・インデックスの結果によると、「不調」と回答した人の数が増加しており、全体で 3 ポイント増の 15%だった。一方、「良好」と回答した人は、4 分の 1 以下で、昨年から 1 ポイント減の 24%。「良好」と「やや良好」と回答した人は 60%から 57%に減少した。日本においては、「良好」と「やや良好」についてはともに前年比 6 ポイント減、「やや不調」は 4 ポイント増、「不調」は 8 ポイント増となり、対象国中最下位となった。

世界対象国 前年比較



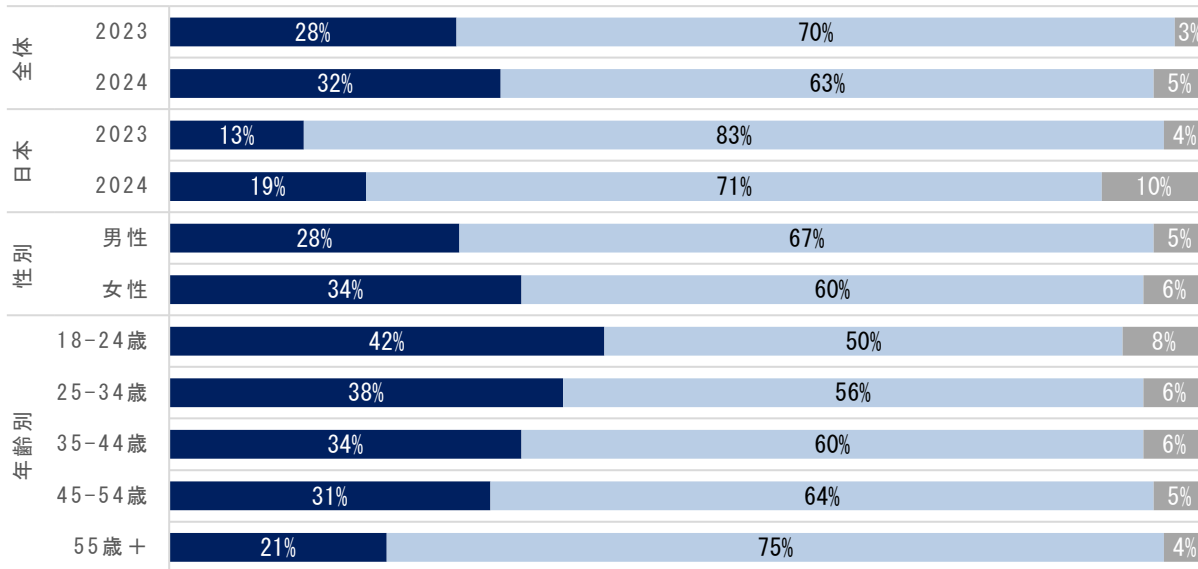
世界対象国 各国比較





### ■現在のマインドヘルスの状況(調査2)

何らかのマインドヘルスの不調を抱えながら生活している人の数は、前年比4ポイント増の32%と悪化。女性(34%)と18-24歳の若年層(42%)は全体より引き続き高い傾向にある。日本は全体平均と比較すると低い傾向にあるが、前年比6ポイント増の19%と悪化している。

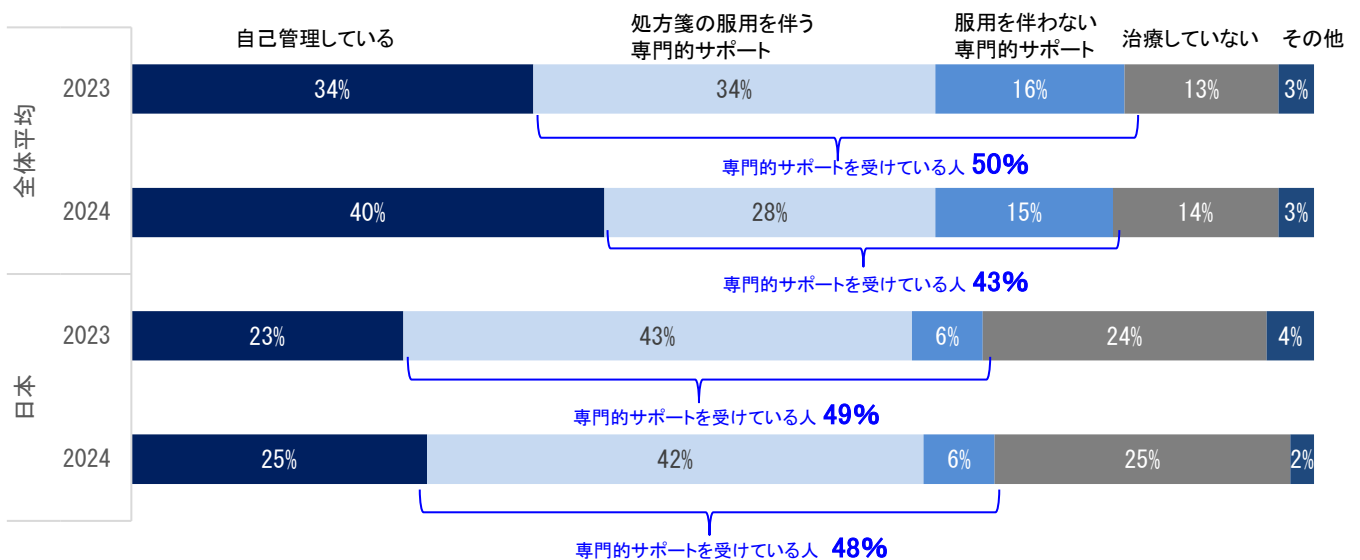


■何らかのメンタルヘルス症状を抱えている ■現在、問題はない ■回答したくない

### ■マインドヘルスに課題を抱える人のマインドヘルスの管理状況(調査3)

マインドヘルスに課題を抱える人の数は増加しているが、専門的なサポートを受けている割合は減少。自己管理していると回答した人が40%おり、昨年と比べて6ポイント増加、専門的なサポートを受けている人は半数にも満たず(43%)昨年より7ポイント減少した。

日本では昨年と変わらず約半数(48%)の方が、何らかの専門的サポートを受けている。うち、「処方箋の服用を伴う専門的サポート」を受けている人は対象国で最も高く42%、「服用を伴わない専門的サポート」を受けている人が6%。一方、「自己管理している」人の割合は全体平均と比べて低く、「治療していない」人の割合は25%と対象国で最も高かった。



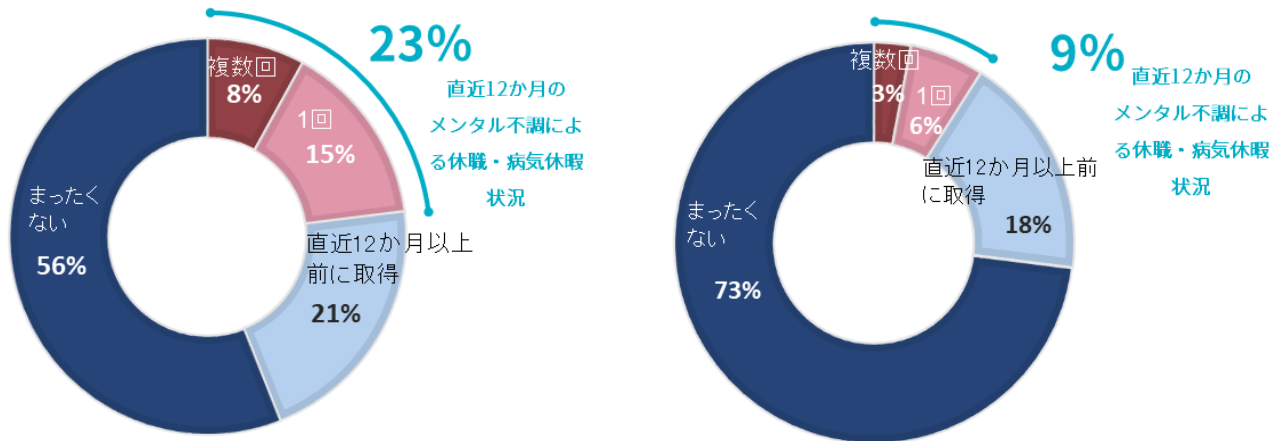
■直近1年のメンタル『不調』による休職状況(調査4)

過去12か月間に心の健康を理由に休暇を取得した従業員の割合は、全体では4分の1近く(23%)であったが、日本は9%となった。

直近1年のメンタル不調による休職状況の内訳

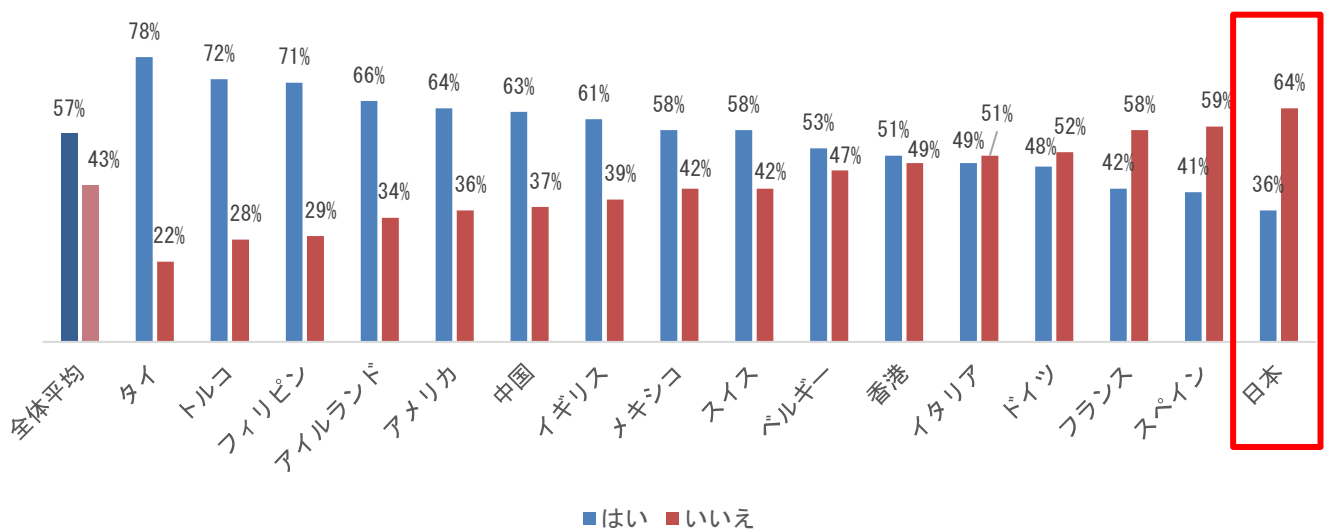
全体

日本



■職場のマインドヘルス支援体制の有無(調査5)

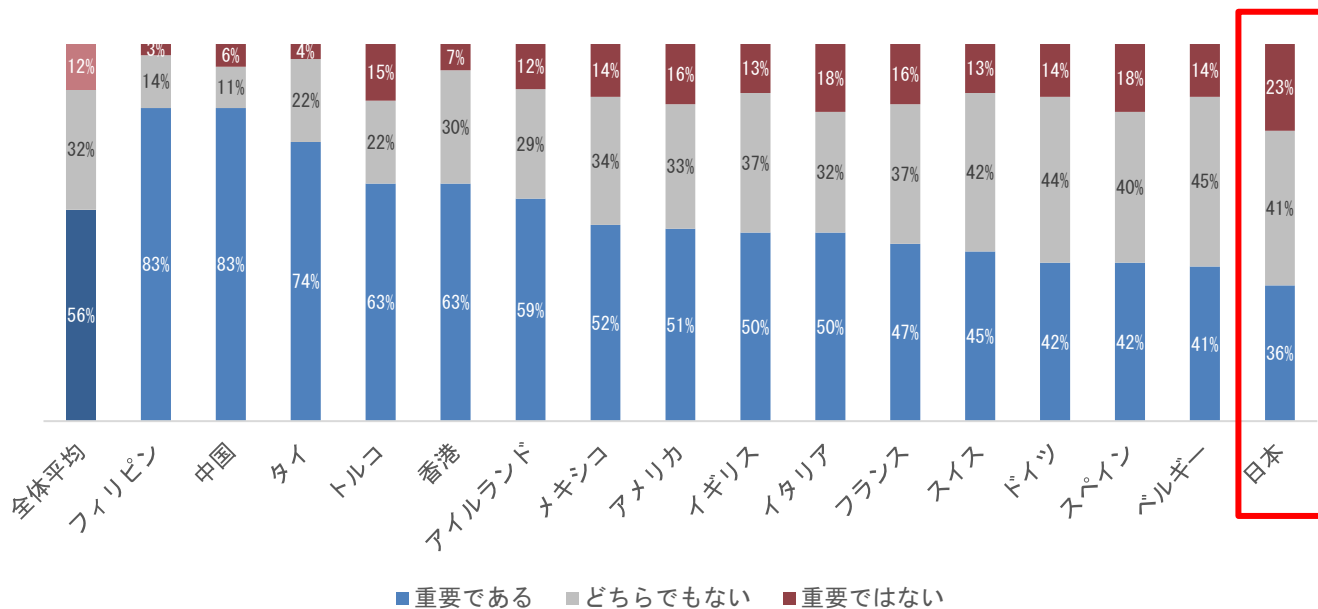
全体の半数以上(57%)が職場でマインドヘルス支援を提供しているが、日本において職場でのマインドヘルス支援体制がある企業の割合は、対象国中で最下位の36%となった。



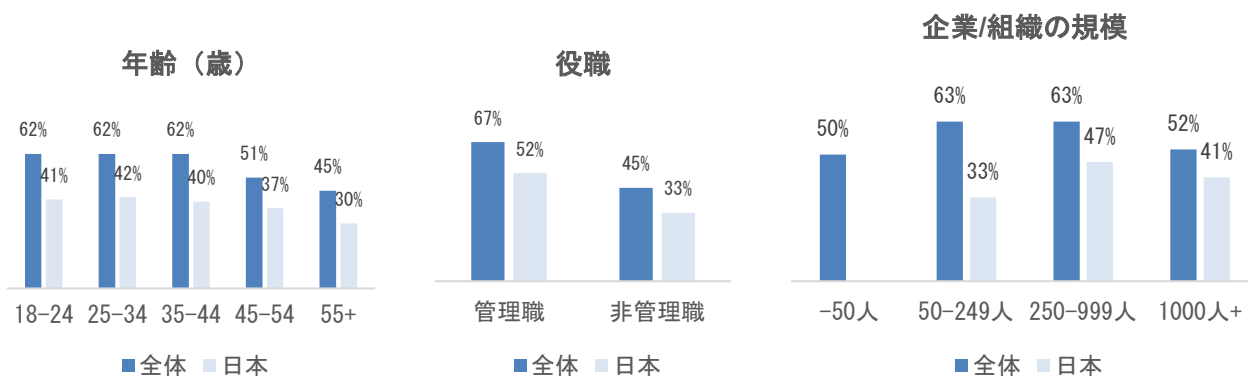


■「職場でのマインドヘルスに関する福利厚生や取り組みが重要だと考える人の割合」(調査 6)

福利厚生としてのマインドヘルスの取り組みが「重要である」と答えた人の割合は全体では半数以上(56%)であるが、日本では「重要である」と回答した人は 36%だった。



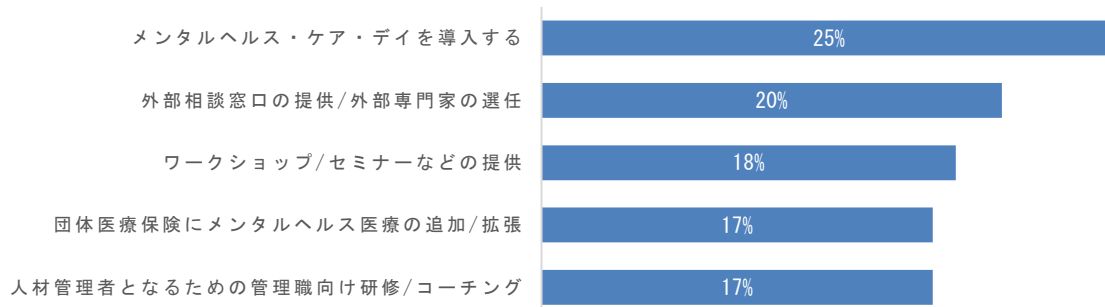
「職場でのマインドヘルスに関する福利厚生や取り組みが重要である」と答えた人の内訳



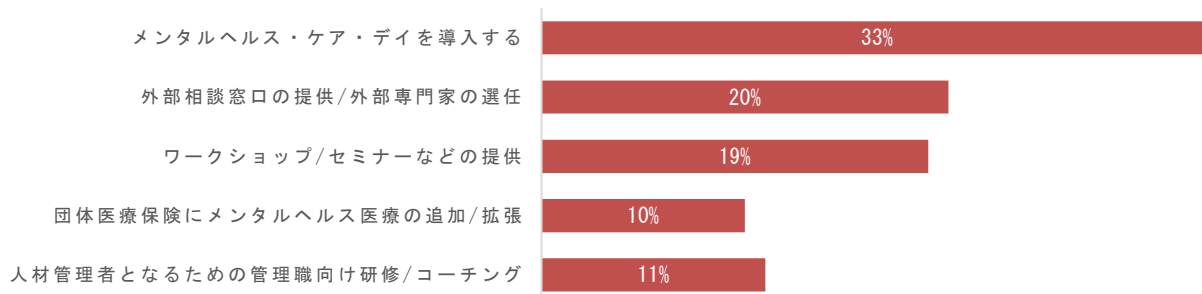
■従業員が企業に期待するマインドヘルスのサポート内容(調査7)

「企業に期待するマインドヘルスのサポートは？」という設問(複数回答可)への回答から得られた調査結果によると、企業に期待される具体的なサポートは、「メンタルヘルス・ケア・デイの導入」(全体 25%、日本 33%)、「外部相談体制の整備」(全体 20%、日本 20%)の順に高い。

全体



日本



調査概要:「アクサ マインドヘルスに関する調査 2024」

グローバルの調査結果の概要(英語)は <https://www.axa.com/en/about-us/mind-health-report> をご参照ください。