



デンタルシステム株式会社

# ウェルビーイング経営

---

~ウェルビーイングの基礎から経営実践例まで~

# 1.ウェルビーイングについて

- ・ウェルビーイングとは？
- ・ウェルビーイングを構成する5つの要素

# 2.ウェルビーイング経営について

- ・ウェルビーイング経営とは？
- ・ウェルビーイング経営が注目される背景
- ・ウェルビーイング経営のメリット
- ・ウェルビーイング経営を成功させるためのポイント

# ウェルビーイングの意味と定義

ウェルビーイングは英語で「well-being」といい、直訳すると「幸福」や「健康」となりますが、瞬間的な幸せを意味する「Happiness」とは意味合いが異なります。

世界保健機関（WHO）憲章の前文では、

**健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること**とされています。



# ウェルビーイングを構成する5つの要素

## PERMA理論

ウェルビーイングの概念として有名なものに、「PERMA」という指標があります。これは、「ポジティブ心理学」という自己実現理論を唱え発展させた、**マーティン・セリングマンによって考案されたもの**です。

人は以下の5つの要素を満たしていると幸せである、とするもので、頭文字をとって「PERMA」と呼ばれています。



マーティン・セリングマン

**P**ositive emotion : ポジティブな感情 ⇒ ポジティブな感情で職場にいらることができるか？

**E**ngagement : 没頭、楽しいことに関わる ⇒ 仕事にはどのような状態に取り組んでいるか、没頭できているか？

**R**elationship : 豊かな人間関係 ⇒ 職場の人間関係は良好か？

**M**eaning : 人生の意味や意義を肯定的に捉える ⇒ 人生において仕事はどんな意味を持っているか？

**A**ccomplishment : 達成、マスター、やり遂げること ⇒ 仕事で達成感は得られているか？

# ウェルビーイングを構成する5つの要素

## ギャラップ社による5つの要素

アメリカの調査会社ギャラップ社により定義されている、ウェルビーイングを構成する要素は次の5つの要素です。

これら5つの要素については、国籍などのバックグラウンドを問わず、すべての人に当てはめることが可能です。

**Career Well-being**：「**キャリアの幸福**」⇒自分の時間を好きなことに使えているか、または毎日の仕事が好きか

**Social Well-being**：「**人間関係の幸福**」⇒人生のなかで強い人間関係と愛情を持っているかどうか

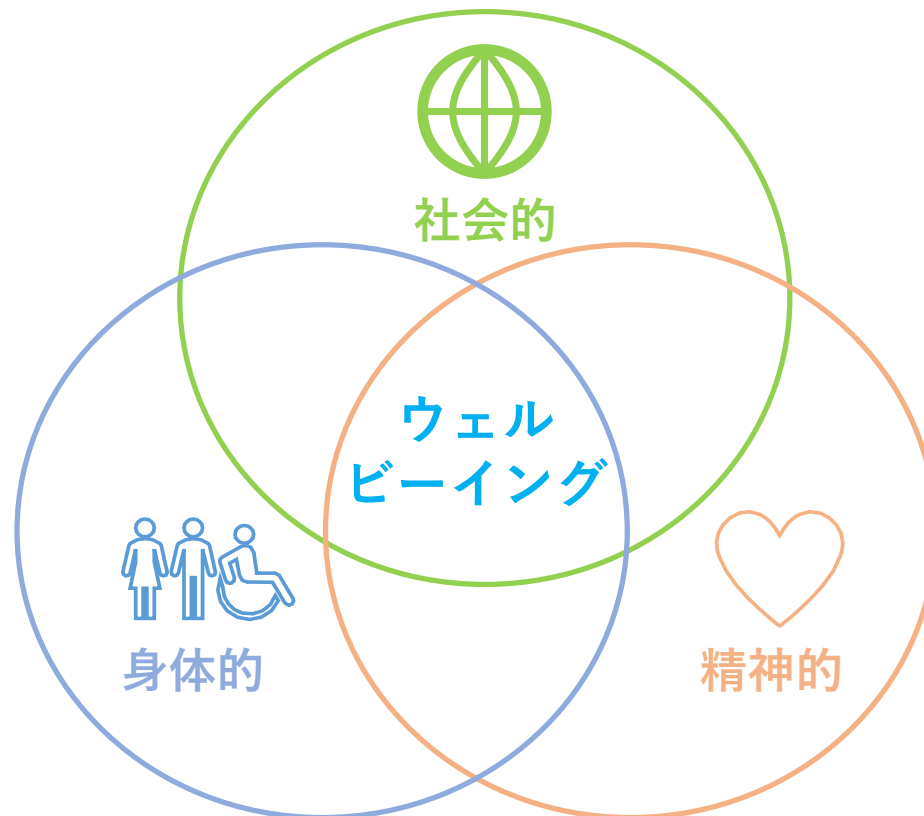
**Financial Well-being**：「**経済的な幸福**」⇒「**経済的な豊かさ**」があるかどうか

**Physical Well-being**：「**身体的な幸福**」⇒健康で、日常的に物事を成し遂げるのに十分なエネルギーを持っているかどうか

**Community Well-being**：「**コミュニティの幸福**」⇒住んでいる地域に関わっているという感覚があるかどうか

# ウェルビーイング経営とは？

社員が身体的、精神的、社会的に満たされるように  
組織の環境を整えていく経営



# 社会的に満たされるとは？

- ・ 家族、友人、職場の上司・同僚など  
自分を取り巻く人々との

## 良好な人間関係の構築

- ・ 社会的な**役割や貢献**を果たす



# 身体的に満たされるとは？

適度な運動やバランスの良い食事、

**健康的な生活習慣**

を送り、体力や免疫力を高める





# 精神的に満たされるとは？

- ・ **ポジティブな感情**を持つ
- ・ **自己肯定感**を上げる
- ・ 仕事や人生に **意味や目的**を見出す



# ウェルビーイング経営を導入するメリット

- ✓ 社員が**健康**になる（生産性向上）
- ✓ 社員の**離職率が低下**する
- ✓ **人材確保**がしやすくなる

# ウェルビーイング経営が注目される背景

## ①競争力の激化や人材不足

- ・ デジタル化の進展により、企業は高いパフォーマンスやイノベーションを求められる
- ・ 少子化や働き方の多様化により優秀な人材の確保や定着が難しくなっている。



## ②働き方改革の推進

- ・ 2019年4月から働き方改革関連法の施行され、労働時間や雇用形体に関する規制の強化。
- ・ 労働安全衛生法の改正により、従業員へのメンタルヘルス対策などの義務化



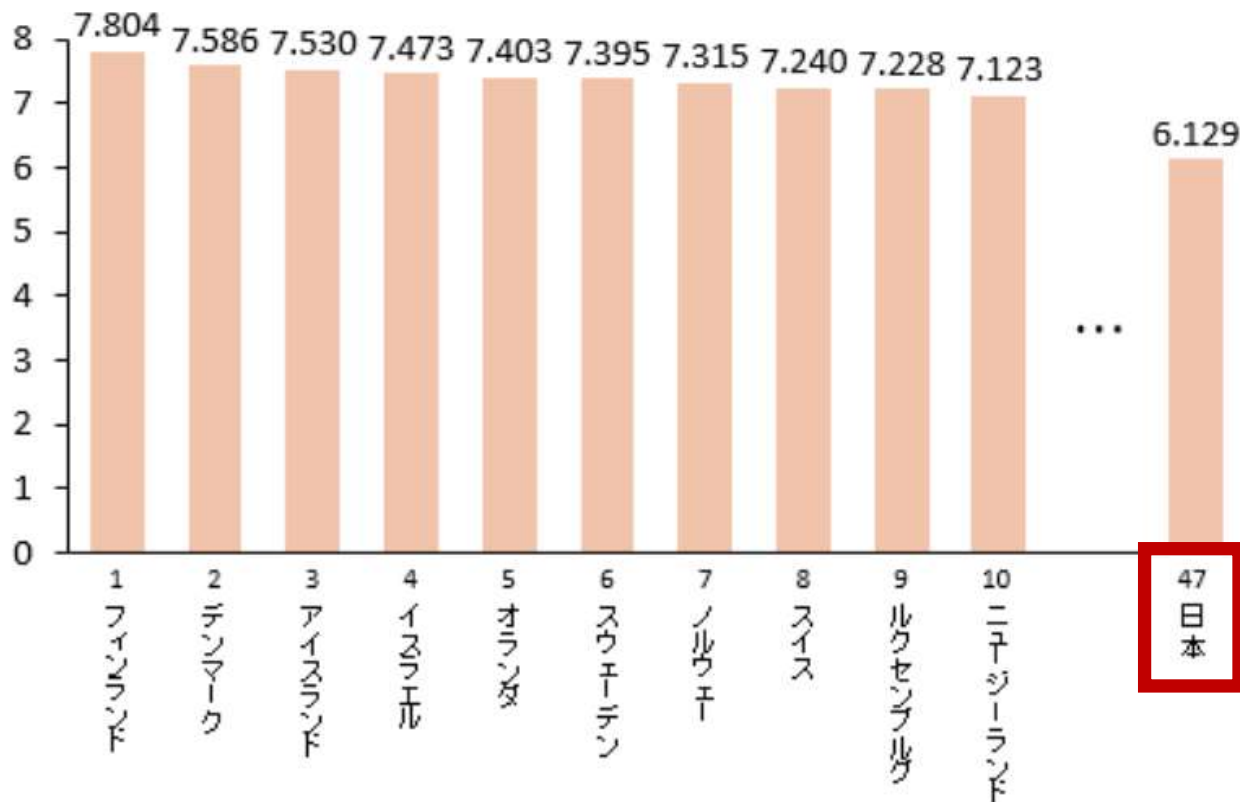
## ③ 価値観の多様化

- ・ 幸せや豊かさの価値観が多様化
- ・ 現在は「モノ」ではなく「心」の豊かさが重視されるようになった



# 世界幸福度ランキングでの日本のランキング

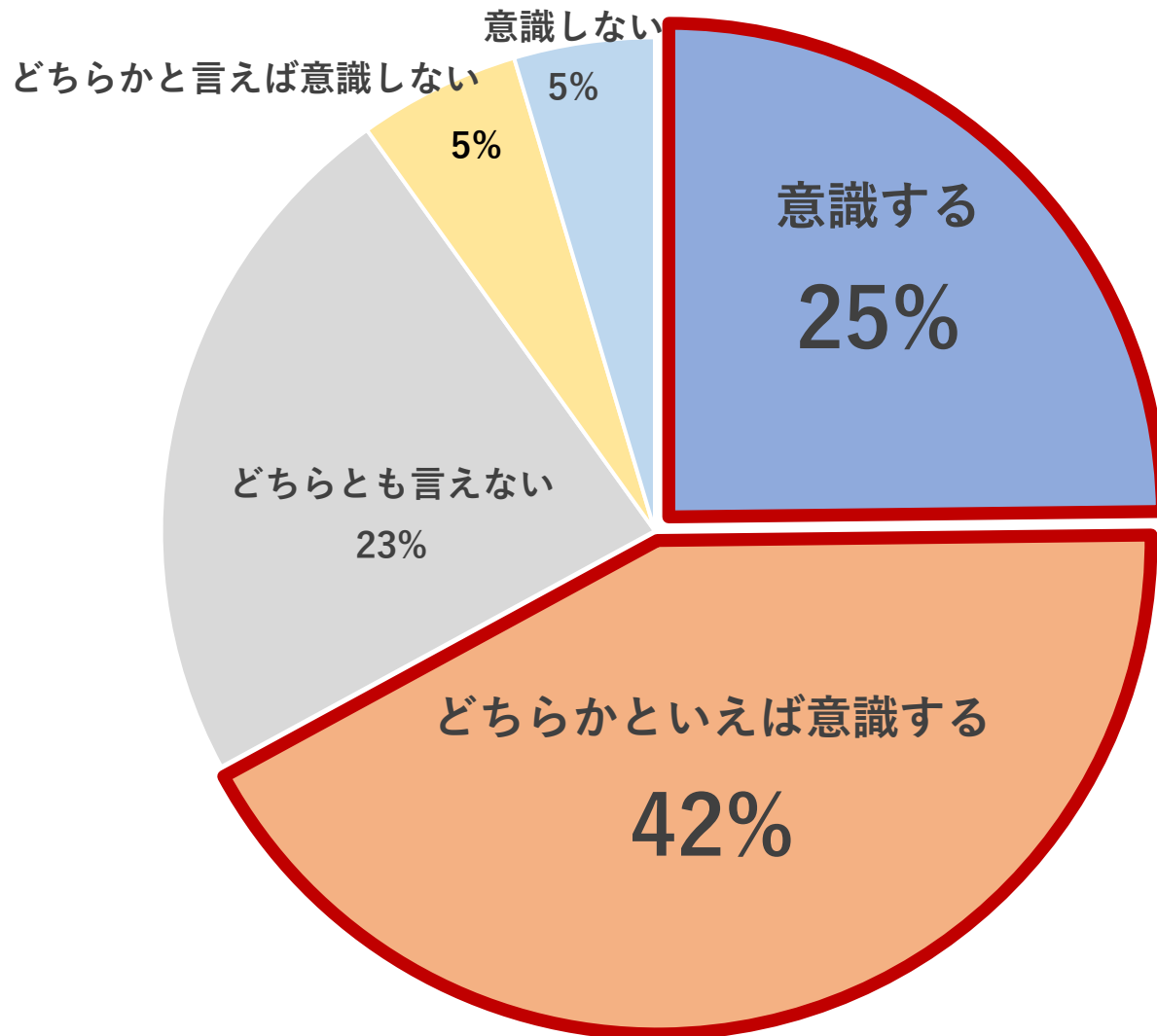
資料 1 世界幸福度ランキング(2020~2022 年の 3 年平均)



1人あたりGDP、社会的支援、健康寿命、人生の選択の自由度、寛容さ、腐敗の少なさという六つの変数を使えば、国や年による幸福度の違いの4分の3以上を説明できるとしている。日本と上位の国々を比べると、健康寿命では日本が上回り、1人あたりGDPにも上位と大きな差はなかったものの、**人生の選択の自由度や寛容さに課題がある**ことが示された。

# 就活生のウェルビーイングへの関心

就職活動においてウェルビーイングへの取り組みを意識しますか？



# ウェルビーイング経営を成功させる為のポイント

## 経営層、マネジメント層の意識改革

ウェルビーイング経営の導入は短期的には利益が減る可能性もあるが、中長期的な視点で見ると「**生産性向上**」や「**採用**」において多くのメリットが期待できる





# ウェルビーイング経営を成功させる為のポイント

## 労働環境の改善



### 柔軟な働き方の導入

さまざまな雇用形態やテレワーク環境を用意しましょう。  
柔軟な働き方ができると、ワークライフバランスも調整しやすくなります。



### 長時間労働の改善

労働時間を適切に記録し、残業が目立つ部署や人に関して、  
原因の特定および改善を実施しましょう。



### オフィスレイアウトの見直し

部署や職種によって、適したオフィスレイアウトが存在します。  
見直すことで、業務効率化がはかれるでしょう。

# ウェルビーイング経営を成功させる為のポイント

## 福利厚生充実

### 法定福利厚生

必須

#### 社会保険

- 健康保険
- 介護保険
- 厚生年金保険
- 子供・子育て拠出金

#### 労働保険

- 雇用保険
- 労災保険

### 法定外福利厚生

任意

- 住宅手当・家賃補助
- 食堂・食事補助
- 健康診断（法定外）
- リフレッシュ休暇
- 宿泊施設などの割引
- 育児休暇（法定外）
- 介護休暇（法定外）
- 資格取得手当  
など

# ウェルビーイング経営を成功させる為のポイント

## 従業員の声を可視化する

アンケートなどで得た  
「従業員の声」を可視化する



## コミュニケーションの活性化

コミュニケーションの活性化は、  
仕事を円滑にすすめやすくなり、  
人間関係の悩みへの解消にも  
つながる



# ウェルビーイング経営の事例



車の生産台数の維持を目的にするのではなく、  
「**幸せを追求することで、結果がついてくる**」を  
ポリシーとして掲げています。

- ・ アプリを活用し、肩こり解消チャレンジを実施
- ・ 昼休憩やスキマ時間を使った「健康レッスン」  
の受講を推奨
- ・ 「仕事以外の時間」を楽しむよう、  
ワークライフバランスの推奨



「**一人ひとりにウェルビーイングな日常を**」を  
コンセプトとして掲げています。データを踏まえ、  
健康リーダーが積極的なアクションを起こします。  
健康リーダーは、各現場の担当者であるため、現場  
の特性や状態を確認しながら「現場に合った施策」  
を実行する点が特徴です。

- ・ 定期健康診断などのデータを「見える化」する
- ・ 各現場に「健康リーダー」を配置する