

－ 「first call」、産業医500名へアンケート調査 －

産業医から見る「リモートワーク」活用のメリット、 1位は「対人ストレスの軽減」

～メリットの方が大きいと考える一方、「個人の自立」など適用には条件が必要との声も～

メドピア株式会社（東京都中央区、代表取締役社長 CEO：石見 陽）の連結子会社で、産業保健支援サービス「first call」（※）を提供する株式会社Mediplat（東京都中央区、代表取締役 CEO：林 光洋、以下当社）は、この度、産業医500人を対象に、近年導入する企業が増えている「リモートワーク」に関するアンケート調査を実施し、産業医から見る活用のメリットやデメリットに関して取りまとめました。

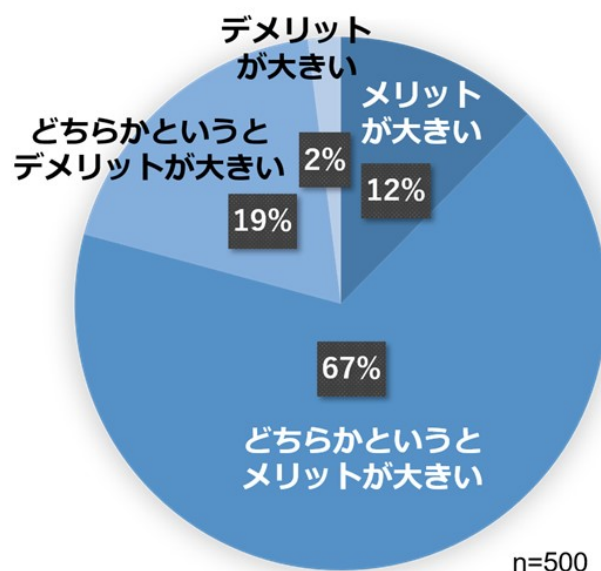
※「first call」では、産業保健支援サービスとして「オンライン医療相談」「オンライン産業医」「ストレスチェック」を提供しており、現在300社以上に導入いただいています（2019年6月時点）。

■ 調査結果のサマリー

- ✓ 産業医視点での「リモートワーク」活用のメリットとデメリット、**産業医の7割が「どちらか」といってメリットが大きい**と回答した。
- ✓ 具体的な**メリットは、1位「対人ストレスが軽減される」、2位「自分のペースで仕事ができる」、3位「通勤ストレスが軽減される」**であった。対人ストレスはメンタル不調の原因が多いため、うまく活用すれば予防や復職支援になるという声が挙がった。
- ✓ **デメリットには、1位「コミュニケーションが不足する」、2位「人間関係が希薄化する」、3位「コミュニケーションエラーが起きやすい」**が挙がった。リモートワークは個人の自己管理が強く求められるため、自立していないと難しいという意見もあった。

■ 調査結果の詳細

Q1. 「リモートワーク」を活用するメリットとデメリットは、産業医の視点でどちらが大きいと思いますか？（単一選択式）



Q2. リモートワークを活用する「メリット」は？（選択式/1～3つまで選択）

順位	リモートワーク活用のメリット	件数
1	対人ストレスが軽減される	334
2	自分のペースで仕事ができる	280
3	通勤ストレスが軽減される	229
4	自分の好きな場所で仕事ができる	93
5	家庭・プライベートとの両立がしやすい	89
6	業務効率、生産性が向上する	54
7	休職者が復職しやすくなる	39

<補足コメント>

- ・ 対人関係が原因のメンタル不調にはよい。
- ・ 復職出来ないリスクを軽減している。復職に向けた日常生活支援に有効なプログラムと思われます。
- ・ 自立している社員にとっては自由度が増すと思います。
- ・ 働き方のオプションが増えるのはよい。
- ・ 人としゃべることはストレス発散になるひともあれば、却ってストレスという人もいて、一概にいうのは難しい。
- ・ 大企業では通勤片道2時間という人が多い。
- ・ 子供や介護問題など、プライベートが多忙で通常勤務が難しい方は、リモートワークは本人と職場にとって Win-Win になると思っています。
- ・ 共働き、片親等が増えているので、家庭とプライベートの両立がしやすいのは良い。

Q3. リモートワークを活用する「デメリット」は？（選択式/1～3つまで選択）

順位	リモートワーク活用のデメリット	件数
1	コミュニケーションが不足する	235
2	人間関係が希薄化する	209
3	コミュニケーションエラーが起きやすい	153
4	勤務時間が把握しにくい	139
5	生活のリズムが崩れる	94
6	メンタル不調に気づきにくい	81
7	サボりやすくなる	75
8	長時間労働になりやすい	61
9	成果主義になる	49

<補足コメント>

- ・ やはり実際に顔を合わすのとは大きく異なると思います。
- ・ 顔を見ないと疑心暗鬼になる。
- ・ 時間管理をパソコンで客観的にできればいいが、自分で自己管理がしっかりできないとだらけるし、効率も悪くなる。メンタル面も含め、自己管理ができることが条件。
- ・ 生活リズムを自己管理できない人にはデメリットが多い。
- ・ 適応できる職種はわずかで、フォローもしにくいのが致命的な難点です。
- ・ かなりの計画性と公私の使い分けが求められる。
- ・ 周囲からの目がないので、自分に甘えすぎてしまう傾向になる。
- ・ 個々が自立できていれば全く問題ないのですが、スキルの低い就労者には不適等な制度。
- ・ 無理をして過労にならないようフォローしていく必要がある。

■ 調査概要

- ・ 調査対象：医師専用コミュニティサイトMedPeerに会員登録をする医師の内、産業医資格があり、現在産業医として事業所で従事している医師
 - ・ 有効回答：500人
 - ・ 調査期間：2019/6/4～2019/6/7
 - ・ 調査方法：インターネット調査
- ※Q2、Q3の選択肢は、事前のサンプル調査（産業医50名）から抽出。

■ 記事引用時のお願い

本調査結果の引用・転載時には、必ず下記のとおりクレジットを明記いただけますようお願い致します。

- ・ **産業保健支援サービス「first call」調査**、と明記ください。
- ・ WEB上での引用に際しましては、「first call」に <https://www.firstcall.md/> へのリンク付与をお願い致します。

■ 「first call」の産業保健支援サービスについて

「first call」では、法人向けに以下3つの産業保健支援サービスを提供しています。従業員のメンタルヘルス対策や健康管理をワンストップでサポートすると同時に、オンライン化と管理システムの導入により人事労務担当者の業務負担を軽減いたします。



① オンライン医療相談

日常生活における自身や家族の健康上の不安や悩みについて、チャットやテレビ電話でいつでもどこからでも医師に相談ができるサービスです。一般内科や小児科、産婦人科、精神科など全12科目での相談に医師が実名で回答します。

② オンライン産業医

産業医の定期訪問からオンラインでの面談まで、産業医業務を受託するサービスです。産業医面談をオンラインでも可能とすることで、国内外の支社の従業員など、面談調整が困難であった従業員とも早期に面談が設定できることに加えて、日程調整など人事の業務負担も軽減します。

③ ストレスチェック

Webやアプリで簡単に従業員のストレスチェックや、部門やチームなど職場毎のストレス状況を可視化するサービスです。オンライン医療相談の無料オプションとして提供し、オンライン産業医と合わせて導入することで、ストレスチェック後の産業医面談までをオンライン上でワンストップで実施することが可能となります。

【メドピア株式会社の概要】

会社名：メドピア株式会社

所在地：東京都中央区銀座6-18-2 野村不動産銀座ビル11階

設立：2004年12月

代表者：代表取締役社長 CEO 石見 陽（医師・医学博士）

事業内容：医師専用コミュニティサイト「MedPeer」の運営、その他関連事業

URL：<https://medpeer.co.jp>

【株式会社Mediplatの概要】

会社名：株式会社Mediplat（メドピア株式会社子会社）

所在地：東京都中央区銀座6-18-2 野村不動産銀座ビル11階

設立：2015年11月

代表者：代表取締役 CEO 林 光洋

事業内容：産業保健支援サービス「first call」の運営、ライフログプラットフォーム事業

URL：<https://firstcall.md/Home/About>

本件に関するお問い合わせ先

メドピア株式会社・広報担当 | 電話：03-4405-4905 | メール：pr@medpeer.co.jp