

注目のキーワード「プレゼンティーズム」

「プレゼンティーズム」とは、一見仕事をしているように見えても、病気や心身の不調などにより十分なパフォーマンスを発揮できていない状態を指します。休務・欠勤などの「アブセンティーズム」とは異なり、表面上は働いているため、本人も周囲も問題の大きさに気付きにくいことが特徴です。

インフルエンザや風邪が流行し、花粉症の症状も出始める2月は、体調が万全でないまま「年度末も近いから休めない」と無理をして働く場面が増えがちです。多少の発熱や頭痛、だるさを抱えながらも仕事を続けるうちに集中力が落ち、判断ミスやヒヤリ・ハットにつながった経験がある方もいるのではないのでしょうか。

これらの原因としては、感染症や花粉症に加え、頭痛や腰痛といった慢性的な身体の不調、睡眠不足やストレス、メンタルヘルスの不調など、日常的によくあることが多くを占めると言われています。「これくらいなら休むほどではない」「忙しくて病院に行く時間がない」と我慢を重ねるうちに、気付かないまま仕事の質やスピードが低下してしまうのがプレゼンティーズムの厄介な点です。

一人ひとりの不調は小さく見えても、企業全体では大きな損失となる可能性があり、プレゼンティーズムによる経済的損失がアブセンティーズムによる損失を上回るとも言われています。日本でも、働き盛り世代のメンタルヘルスや生活習慣病などが企業の業績や社会全体の生産性に及ぼす影響は課題として指摘され、「健康経営」の取り組みが広がる1つの要因となっています。

対策としては、従業員が不調を抱え込まずに相談できる体制づくりが重要です。定期健診やストレスチェックの実施に加え、産業医や保健師、外部の相談窓口などと連携し、早めに相談・受診につなげることが求められます。また、長時間労働の是正や休暇の取得促進、リモートワークを含む柔軟な働き方の導入など、働き方そのものを見直すことも有効です。

私たち一人ひとりにとっても、「多少無理をするのが当たり前」という意識を見直し、睡眠や食事、運動など日々のセルフケアを大切にすることが欠かせません。自分や同僚のちょっとした不調のサインに目を向けることが、結果として仕事の質を高め、組織全体の健康にもつながるのではないのでしょうか。

(総合調査部 政策調査グループ長 水澤 太一)

時事雑感

2026年の世界は、米国によるベネズエラへの空爆とマドゥロ大統領の拘束、夫妻の米国への移送で幕を開けたと言って良い。国連憲章に抵触し、国際法に違反するとの批判が多い今回の一件は、一方的な理由でウクライナへの軍事侵攻を行っているロシアと同列に扱われてもおかしくはない。「ロシアは悪くても米国は良い」(あるいはその逆)というダブルスタンダードに対する批判も起こり、当事国以外も微妙なバランス感覚が問われている。

かねてよりトランプ米大統領は米国第一主義を掲げ、米国以外への介入(支出)を極力控えることを主張、米国以外の米軍基地への当事国の負担金を引き上げ、国際機関への拠出金を抑制してきた。これに対し、ベネズエラの一件は矛盾するようにも見える。トランプ大統領は米国の安全保障の観点から西半球における米国の優位性を強めることは重要だとして、欧州に対する南北米大陸における米国の勢力圏を尊重するモンロー主義に例えて“ドンロー主義”としている。ベネズエラをはじめとした中南米諸国の反米・親中露の動きを警戒し、ベネズエラの原油やグリーンランドの資源を確保する野心を隠さない。

こうした動きの背景には、経済・軍事面で巨大な力を持つ中国への対抗に、米国が限界を感じているからではないかとの見方がある。西半球に資源を集中しなければ、米国の地政学的リスクを抑えることは難しくなっているとすれば、日本を含む東半球は米国に“おんぶに抱っこ”ではいられなくなる。

折しも、中国政府は日本への経済制裁として、軍民両用品の輸出抑制方針を打ち出した。軍事利用に当たらないかどうかの審査に時間がかかれば、実質的な禁輸に繋がり、レアアースなどの輸入が滞る。これは、自動車を始めとした日本の基幹産業に影響を及ぼすリスクがある。圧力をかける中国に対し、米国のサポートが弱くなることを覚悟して、日本は独自のスタンスを模索する必要があるかもしれない。

(鳶峰 義清)