

データでみる海外赴任者のココロとカラダの健康 —プッシュケアの必要性

(株) MD. ネット
専務取締役 **渡辺ユキノ**
Watanabe, Yukino

(表1~4) については日外協ホームページ内「『月刊グローバル経営』参考データ一覧」
<http://www.joea.or.jp/publication/globalmanagement/referencedata> をご参照。

健康管理は誘惑との戦い、我慢・忍耐の連続である。われわれは、海外赴任者の健康維持のためには「プッシュケア」と呼ぶ能動的な健康管理システムを構築し、赴任者個々の情報を基にメンタルヘルス障害の発症リスクを測定し個別管理を実施しているが、2006年から取り始めた統計の一部をご紹介します。

ココロ：メンタルヘルスの傾向

(1) 既往歴を抱えた赴任者が7年間で52倍

赴任前に実施する面談、研修、適性検査などで、精神疾患の既往歴、通院歴の有無を聞いているが、06年当時は0.1%、およそ1000人に1人くらいの割合であり、1年に1人いるかどうかだった。ところが、リーマンショック後の11年には2.3% (表1) に上昇した。折しも11年は厚労省が4大疾患に「精神疾患」を加え、5大疾患として発表した年だ。精神疾患の患者数は、それまで患者数No.1だった糖尿病の100万人を上回る323万人にも上った。

この既往歴は今年春の調べでは5%を超えたが、決して大げさに言っているわけではない。実際、20人もテストをすれば、必ず1人は既往歴がある。家族については8%以上だ。生涯有病率が6%とも8%とも言われるので、こうした数字はあながち的を外れてはいまい。会社を休まずに不眠の薬をもらいにいくことにも抵抗がなくなった。患者数が約3%といわれる時

代、本社や担当者が知らなくても、メンタル不調のリスクを持った赴任者、家族は確実に存在するのだ。

海外では一部の都市に限定されるが、ここ数年、日本人医師による心療内科も増えてきた。また、世界中で精神疾患の患者数増加は問題になっているので、以前に比べれば現地で外国人医師による治療を受けられる都市も増えた。われわれは、薬を日本から持参し継続して服薬するよう助言し、現地の医師に依頼するなど、ありとあらゆる方法を駆使して、予防的に服薬を継続させたり、経過を管理したりして、就業に問題のない状態が維持できるよう取り組んでいる。それでも (表2) に示すように、何かしらの医療的支援を必要としている人は13年には2.5%も存在している。医療的支援を提供していない企業での発症割合はこれよりも多いはずである。

ちなみに当社のクライアント企業に限れば、新規発症 (海外で初めて精神疾患を発症) はぐんと減って、今ではほとんどいない (表2)。

「現地から相談がないから自社には問題はない」。これは誤った認識である。たいていこの主の問題は本社に報告せず、現地通院や、自分で解決するか、何か理由をつけて早期帰任させたりしているのが実態だ。

(2) 海外で発症する4つのタイプ

「メンタルヘルス不調」では、とかく性格要因(ス

トレス耐性が低い、悩みを抱えやすい、神経質、真面目など) が想起されることが多い。しかし、これまで対応してきた海外の発症例では、事情はやや異なっており、以下4つのタイプがある。

〈図〉 海外で精神疾患を発症する4つのタイプ



出所：株式会社 MD. ネット

これらのうち最も多いのが、上の図で3番目のPre-TYPE。既往があり、海外で生活環境の違いや仕事の負荷量の変化、季節的要因などで再び調子を崩すタイプである。一方、新規発症として多いのはOver-Work-TYPE。中国ではOver-Drink-TYPEが多く、50歳以上のベテランでトップの赴任者に多いのがMetabolic-Syndrome-TYPE。生活習慣病とうつ病併発の関係はさまざまな研究で取り上げられているので詳しくは述べないが、実際にわれわれが対応する例でも多い。

Over-Drink-TYPE と Metabolic-Syndrome-TYPE については、本人でさえ自分はメンタルヘルス不調になりにくい人間だと思っているケースが多い。よって、病識がなかったりして分かったときは症状がかなり進んでいることも珍しくない。今後は特にMetabolic-Syndrome-TYPEについて、循環器疾患の注意だけでなく精神疾患のリスクも高いとして管理が必要だ。

カラダ：「不定愁訴」の多い中国

当社クライアント企業における海外赴任先は、今では100拠点に増えている。赴任先別の不調の訴えでは、中国が最も多かった (表3)。また、帰任者の相談も中国からの帰任者が70%だった。原因不明の熱、甲状腺疾患、眼の病気、消化器系の疾患など症状はさまざま。出張者からの相談に限れば、ほぼ100%が中国出張者である。胃やのどの調子が悪くなり、熱っぽいなどと訴えている。大気汚染だけでなく、水質、土壤汚染の問題も表に出ている以上に深刻だ。中国で一定期間生活すること自体、身体にとって大きなリスクといえるのだろう。リスクとチャンスが混在する今、中国の赴任者の葛藤は非常に高まっている。もちろん、他の地域もそれぞれに問題を抱えているので、健康面にさまざまな症状が出ていることを重く受け止めていただきたい (表4)。

健康は事業発展の原動力

表現は悪いが「金も手も出さないが口は出す」という企業の赴任者は、体調をくずす割合が高い。本人たちが口にするストレスの主因は「ジャパnstress (日本側からのプレッシャー)」。日本側の事情で赴任者に負担を強いていないか、再考をお願いしたい。

健康を管理されることによって、自己管理意識が芽生える。また、そうした取り組みに熱心な赴任者、事業所、企業ほど、事業も好調に推移し発展していることを (決算数字、事業成績、マスコミ評価などで) 実感してきた。それがこの10年間の大きな確信である。事業を発展させていくためのヒントは無数にあるが、「健康」も大きな力を持つことに気付く必要がある。 ■