

2018年10月11日  
株式会社こどもみらい

## 退職を就職前に予防する

～離職リスクを生活習慣と睡眠で算出する技術、特許査定取得のお知らせ～

株式会社こどもみらい（本社：東京都世田谷区）は「離職リスク・生産性低下リスクを生活習慣と睡眠で推測するシステムおよびその質問票」について特許査定を受けたことをお知らせします。（発明の名称：人事管理支援システム / 起案日：平成30年10月1日 / 特許出願の番号：特願2018-120658）

### ■離職リスクを生活習慣と睡眠で推測する技術

生活習慣・睡眠習慣は、ストレス反応の増加や心身の不調、生産性低下をきたすのみならず、その後の不適応を誘発し、離職確率を引き上げてしまいます。

今回、特許査定を取得した「離職リスク・生産性低下リスクを生活習慣と睡眠で算出する技術」（以下、「本技術」といいます）は、コホート調査※によって、生活習慣と睡眠から、具体的な離職リスク（他の人と比べた時に問題がある人は何倍辞めやすくなってしまい、かつ、具体的に何%くらいになるか）を導出することを可能としました。かつ、その確率は、職務を開始する前、つまり仕事が決まる前から算出することが可能です。

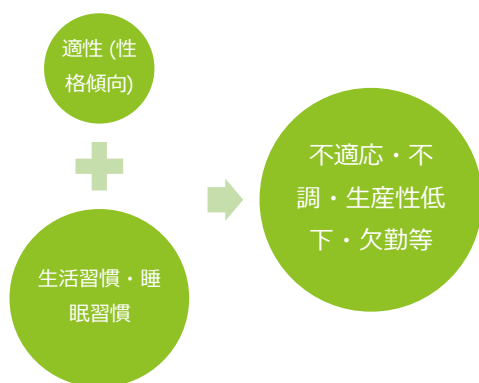
※コホート調査：ある特性を持った集団について長期間について観察し、その特性と何らかの疾患・イベントとの関連性を明らかにする研究方法

### ■適性検査および離職予防ツールとしての優位性

従来の適性検査は、「性格傾向の判定」や「スキルマッチ」に重きが置かれていましたが、これらは離職や生産性低下をあまり鋭敏に推定できないという現状と、そして何より「判定ができるだけであり、問題自体の予防はできない」という問題がありました。

当社の調査によって、職場不適応や欠勤・休職・離職、そして生産性低下・プレゼンティズムに与える影響は、職場のストレス状況や本人の性格傾向・スキルマッチより、食生活・運動などの「生活習慣」、睡眠の時間・質・リズムなどの「睡眠習慣」の方が大きいことが明らかになりました。（弊社による研究論文の例：「睡眠はストレスチェックの結果に大きな影響を与える」（「精神医学」60巻7号：2018年7月））

重要なのは、性格などと異なり、生活習慣・睡眠習慣は個人々人での対処と変容が可能であることです。本技術は、離職や不適応に至りやすい者を高精度で発見できるのみならず、発見した時に、先回りして離職の予防ができるというアドバンテージを持っています。



- ▶ 職場要因や性格要因(心理尺度)より、生活習慣・睡眠習慣の方が、不適応・離職・欠勤・遅刻等(アブゼンティズム)や生産性低下(プレゼンティーズム)に与える影響が大きい
- ▶ →生活習慣・睡眠習慣も把握する指標の採用で、現状を大きく上回る適性検査の開発に成功
- ▶ しかも性格とは違い、指導や個々人の工夫によって「対処」が可能

### ■例

- ▶ Aさん(30歳男性)
- ▶ 朝は6:30に起きて朝食を食べ、余裕を持って8:30には会社に着く
- ▶ 夜は自炊した栄養バランスのとれた食事をとり、軽い運動もする
- ▶ 23:00には寝床に就いて眠る
- ▶ 土日は友人とテニスなどをたしなんでいる

- ▶ Bさん(30歳男性)
- ▶ 朝はギリギリの7:55に起きて、時々遅刻しつつ、9:00の始業を迎える
- ▶ 夜はカップラーメンとビール。飲み過ぎを健診で医者から指摘される
- ▶ 夜中までゲームをしていて、3:00に眠る
- ▶ 土日は基本的に引きこもっている

これだけで離職リスクは3.1倍! (全業種)

### ■本技術を用いて作成した質問票

当社では、本技術を用いて、「早期離職リスク」「生産性低下リスク」を導出するまったく新しい適性検査の質問紙（以下、「本適性検査」といいます）を開発いたしました。この質問紙は最大 50 項目から成りますが、適宜短縮して利用することが可能で、10 分ほどで回答が可能です。

本質問紙は現在クローズドで OEM 提供を行っており、今般、外資系人材会社と離職予防効果のランダム化比較試験を実施しております。

### ■会社概要

株式会社こどもみらい(<https://cfltd.co.jp/>)は、科学的根拠に基づいた健康経営を推進する、産学連携のプロフェッショナルチームです。睡眠改善プログラム「eSLEEP」を中心とした予防医学、多面的なストレス対策の要となるストレスチェック「STRESCOPE」などを提供しています。

 Sleep & Health Research  
Protect Your Life & Performance

 **STRESCOPE**  
preventative stress check system

**eSLEEP**

### ■お問い合わせ

株式会社こどもみらい 広報部 [info@cfltd.co.jp](mailto:info@cfltd.co.jp)