

2023 年 12 月 6 日

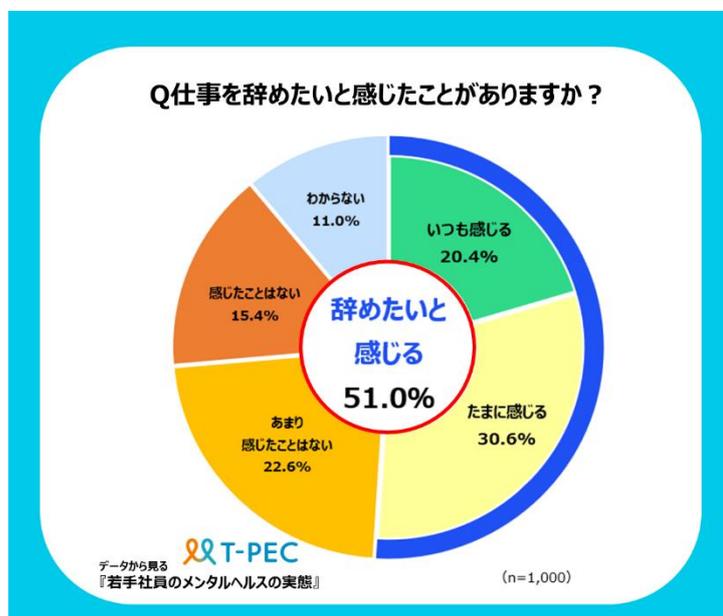
ティーパック株式会社

## 【資料・動画公開】コロナ禍入社した若手社員 1,000 名の

### メンタルヘルス実態調査から考える早期離職対策

51%が仕事を辞めたいと感じている／社外の相談窓口の設置が有効

ティーパック株式会社（本社：東京都台東区、代表取締役社長：鼠家 和彦）は、若手社員のメンタルヘルス問題の実態把握にむけて、コロナ禍（2020 年以降）に入社した若手社員 1,000 名を対象に「若手社員のメンタルヘルスに関する調査」を実施しました。調査結果と当社のメンタルヘルスカウンセリング相談データから見えた早期離職対策をまとめた資料と、ポストコロナにおける企業のメンタルヘルスの実態を紹介するセミナー動画を公開します。



#### ■コロナ禍に入社した若手社員 1,000 名のメンタルヘルス実態調査の概要と結果

##### <調査概要>

期間： 2023 年 7 月 21 日～24 日

方法： インターネット調査（委託先調査会社：株式会社クロス・マーケティング）

対象： 2020 年～2023 年に入社した回答時 18～25 歳・入社 3 年未満の会社勤務の男女 1,000 名（一般社員・管理職）

##### <結果概要>

- ・ 全体の半数以上がストレスを感じており、原因は社内の人間関係が最多。
- ・ 入社 1～2 年未満の社員が最もストレスを抱えている。
- ・ 51%が仕事を辞めたいと感じており、相談相手がいない人の方が仕事を辞めたいと感じている傾向がある。

## ■ 調査結果・ティーベック相談データからの考察資料配布

### 若手の早期離職をどう防ぐか!データからみる若手社員のメンタルヘルスの実態

若手社員の3年以内の早期離職は3割を超えているといわれており、多くの企業で若手社員の早期離職が課題となっています。その中でも、健康経営に取り組む多くの企業がコロナ禍に入社した若手社員のメンタルヘルスケアに関して課題を感じている傾向があります。

調査結果より、相談相手が社内にいる方が、いない場合よりも仕事を辞めたいと感じにくい傾向があり、相談体制を整えることが早期離職防止の重要な施策の一つとわかりました。

また、上司等との人間関係がデリケートである場合は社内相談が難しいこと、若手社員の年代ならではの悩み・多様な人生観をもつ若手世代への適切な対応が求められることを考慮すると、専門家が対応する社外の相談窓口が効果的であると考えられます。

本調査結果および当社の相談データをもとに若手の早期離職問題に有効な対策を下記資料にまとめました。若手社員のメンタルヘルスについてはセミナー動画でも紹介しています。

- ・ 【調査結果詳細お役立ち資料】若手の早期離職をどう防ぐか!データからみる若手社員のメンタルヘルスの実態  
<https://www.t-pec.co.jp/contents/useful-materials/mentalhealth-youngemployees/>
- ・ 【関連テーマセミナー動画】「ポストコロナにおける企業のメンタルヘルスの実態 ～コロナ禍入社の若手社員は今～」  
<https://ws.formzu.net/dist/S60971735/>  
(視聴には申し込みが必要です※視聴期間：12/6～12/26)

※「健康経営(R)」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

## ■ ティーベックについて

<https://www.t-pec.co.jp/>

24 時間健康相談事業のパイオニアとして 1989 年に設立。医師・保健師・看護師などの医療資格者を有するコンタクトセンターを運営し、セカンドオピニオン手配サービスやメンタルカウンセリング、生活習慣病の重症化予防など、健康・医療分野における社会課題の解決を目的とした事業を多数展開。2017 年から 7 年連続で健康経営優良法人『ホワイト 500』に認定。

### 【本リリースに関するお問い合わせ先】

ティーベック株式会社 <https://www.t-pec.co.jp/> (担当：経営企画部)

〒110-0005 東京都台東区上野 5 丁目 6 番 10 号

メール：[info-pr@t-pec.co.jp](mailto:info-pr@t-pec.co.jp)