

# 海外駐在員・出張者のメンタルヘルス対策

## —— 企業ができることは何か

めじろそらクリニック 院長  
精神科専門医 松永優子

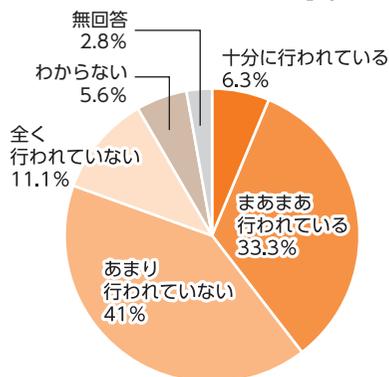
多くの企業で体制づくりが進んでおらず、事後対応となってしまう。

職業性ストレスの程度を考える際は、各従業員の個人特性や職場環境など、純粋な業務以外の要因を無視することができない。海外に派遣された従業員は、公私ともに環境が大きく変化するため、ストレスが増大することが予想されるが、こうしたストレスが引き起こすメンタル不調に対し、企業は十分な対策を立てられているだろうか。

### 問題が起きても不思議ではない

筆者が兼任講師を務めている東京医科大学病院渡航者医療センターで、海外に従業員を派遣している都内の企業144社を対象に行った調査がある。その結果、海外駐在員に対するメンタルヘルス対策が、自社では「十分に行われている」と回答した企業は、わずか6.3%、「まあまあ行われている」と回答した企業と合わせても4割に満たなかった(図表1)。

図表1 自社の海外駐在員に対するメンタルヘルス対策



一方、日系企業の海外拠点は、2012年から毎年増加を続けている。過去最多を更新した17年

は、10月1日時点で7万5531拠点。10年前と比べると約1.5倍の拠点数となった。

先に述べた調査では、これまで海外駐在員に「メンタルヘルスの問題が起きたことがあった」と回答した企業は、全体の51.4%だった。しかし、50人以上という多くの従業員を海外に駐在させている企業に限ってみると、「あった」と回答した企業は79.4%にもものぼる。この結果が示唆するのは、海外に進出している企業であれば、いつメンタルヘルスの問題が起こっても不思議ではない、ということである。

例えば、海外赴任後に問題が明らかとなった以下のような事例がある(個人が特定できないように変更を加えてある)。

- 20代女性：もともと日本にいる時から、体重増減が激しく、神経質なところがあった。海外赴任後しばらくして、朝一度出社するものの、その後どこかに出かけてしまう。
- 20代男性：赴任してから、携帯電話で話しながら運転、デスク周りの片付けができないなど業務に支障をきたす行動が目立ち、現地の社員から心配される。
- 30代男性：日本にいる時から、情動不安定なところが見られた。赴任してから体重30kg増。毎日泣いて本社に電話してくる。
- 40代女性：英仏語堪能で渡航体験もある優秀な人材。業務立ち上げのため、単独アジアに駐在。周囲の期待に応えられず申し訳ないと述べ、休みがちとなる。