on.cc 東網
2026年5月30日 (六)
繁體 简体
爆料 6500 6500 3600 3600
視頻
電子報·刊物
即時新聞
中港台
國　際
評　論
產　經
東方日報網頁
搵樓18
東方融資
分類廣告
廣告價目
版權收費
聯絡查詢
會員通訊
企業關係
免責聲明

徇離世享年87歲　羅家英悲慟：我後半生藝術成就拜他所賜！　葛民輝「音波功」進襲　謝君豪諗計避難　張曦

調查：香港打工仔快樂指數僅65分　近八成曾出現情緒耗竭

新聞觀看次數：554

05月18日(一) 11:26 Post



友邦香港及澳門首席企業業務總監沈韜表示，「MindAid」的推出有助支援打工一族的心理健康。

友邦香港公布首份「AIA港人職場健康調查」，受訪者本港打工一族的整體在職快樂指數平均僅約65分（滿分為100分），當中職位較低受訪者的快樂指數相對較低。

其他熱爆話題：

Powered by GliaStudios

調查顯示，近八成受訪者於過去一個月曾感到焦慮、過度疲勞或工作動力顯著下降，當中逾一成表示，每月有超過10個工作日出現相關情況。受訪者普遍指出，「工作量大及工時過長」以及「難以平衡工作與生活」是導致疲倦或抑鬱的主因。

28 產評：中港股滯後有因　脫鉤美股抗不穩 [港澳評論]
29 【多相】連露台新界私宅購入3年淪銀主盤　低買入價3成推拍 [產經]
30 新C朗自爆有曼聯情意結　等待召喚 [體波]

調查發現，約五分之一受訪者過去一年曾因心理或精神健康問題而請病假；當中約七成人表示，即使曾因精神健康請病假，亦擔心被標籤，因而不會向身邊人尋求協助。近半受訪者表示，當出現心理或精神健康問題時，不清楚可如何尋求專業支援。逾三成受訪者曾於網上搜尋精神健康相關支援或資訊；另有約三成半因認為心理輔導或諮詢費用高昂，而曾延遲或避免接受相關服務。近七成受訪者認同，應將「心理治療或心理諮詢」納入公司醫療保險或員工福利之中。

其他重點方面，調查指出，逾七成半受訪者認同進食早餐有助提升上班時的精神狀態，惟僅六成人於工作日每天進食早餐，近兩成人表示偶爾吃甚至幾乎不吃。逾四成受訪者通常選擇獨自進食午餐，近四成人認為此舉有助「充電」及調整狀態。同時提及即時通訊軟件帶來壓力，近八成受訪者表示下班後仍需處理工作訊息，半數人因「已讀不回」或延遲回覆而感到壓力。逾半受訪者曾因感到與團隊文化格格不入而考慮離職，Z世代（18－24歲）中更有兩成曾因此離職。

友邦香港及澳門首席企業業務總監沈韜表示，打工一族在急速的生活節奏下，往往未能及時察覺自身的情緒需要。友邦香港推出「MindAid」，正希望透過貼近現時溝通習慣的數碼平台，讓打工一族能更自然地抒發情緒，並在有需要時獲得專業支援。友邦香港與市場領先的數碼醫療健康科技公司WhiteCoat合作，推出為指定AIA團體保險成員而設的創新線上心理健康支援平台「MindAid」，透過便捷的數碼支援方式，降低求助門檻，鼓勵有需要的用戶更主動及適時尋求合適的心理健康支援。

「AIA港人職場健康調查」於2026年2月5日至11日期間進行，透過網上問卷訪問共804名18歲或以上成年人。調查數據已按香港就業人口分佈作加權處理，由獨立市場顧問公司YouGov進行。

----------營業資訊----------
利嘉閣地產45周年真盤源【香港樓市進入上升周期，自住上車、買樓收租黃金時機！】

請輸入搜尋字眼 搜尋

大事件

- 國際金融
- 黃金牛市
- 數碼資產
- 塞錢入你袋
- 科技商機
- 貼市貼士
- 新盤風雲
- 二手風潮

日短暫時間有陽光　有一兩陣驟雨　最高氣溫約31°C

陳自瑤玩「轉水杯挑戰」不科學身材Big爆白背心

華姐亞軍街頭「倒奶」Deep V跌出半球

[廣告]adidas 香港官方網上商店
【adidas 豈止5折！】官網限定 超抵年中折上折 最...

無綫小花黑紗內衣襯皮靴玩SM風　網民驚呼：睇到...

報告：香港跨境財管規模勝瑞士成全球之冠　料內地...

鍾麗緹火辣泳裝　深V盡顯豐滿上圍

[廣告]投委會 IFEC
貸款及債務計算機，助你管理債務

Recommended by Taboola

•全港減價盤•真盤源幫您Flat Checked

•24小時自助網上放盤

利嘉閣地產提供全港各區真盤源，二手放盤備有VR睇樓、AI裝修、KOL介紹盤、即時估價服務、按揭計算機及成交數據等。
另有全港新盤資訊、樓市數據及屋苑專頁。

關鍵字

保險

相關新聞 | 最高瀏覽



05月29日(五) 18:21
富衛暫無回購股份計劃　另任命曾承德為董事會成員
富衛集團(01828)今舉行上市以來首次股東大會，公司管理層表示，暫未有回購股份的計劃，...



05月22日(五) 10:00
紀榮道獲任命為宏利香港及澳門行政總裁　接替白凱榮
宏利香港及澳門宣布高層管理團隊的策略性人事調整，委任紀榮道(Wilton Kee)出任宏...



05月21日(四) 11:56
調查：近兩成人料退休後將資產保留MPF帳戶繼續投資
據「AIA理想退休生活調查」顯示，港人退休準備仍面對明顯落差，逾七成受訪者表示退休儲備不...



05月18日(一) 16:08
富衛委任Mark Bensman為高淨值總監
富衛集團(01828)公布，就其持續增長的高淨值業務作出重要人事任命，委任Mark Be...

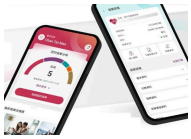


05月18日(一) 14:00
中銀人壽夥深圳幸福健康集團推跨境養老體驗
中銀人壽夥拍深圳幸福健康集團旗下的「深業頤居坪山康養中心」，推出「安心灣區·享老頤居」深...



05月12日(二) 12:15
調查：8成高淨值人士已建立至少一項財富延續安排
友邦香港專為高淨值及超高淨值客戶而設的策略「友邦峻宇」宣布，推出「友邦峻宇高淨值極臻長壽...

05月11日(一) 19:00
中銀人壽全新流動應用程式對接手機銀行平台



中銀集團人壽保險推出全新「中銀人壽流動應用程式」（中銀人壽App），為全港首個與中銀香港...



05月08日(五) 14:29

富衛去年新業務年度化保費升41%

保監局數據顯示，富衛香港去年新業務首年保費按年升59%，新業務年度化保費按年升 41%，...



05月07日(四) 14:54

保誠：去年危疾理賠近3成屬乳癌　夥乳癌基金推及早檢測

保誠財險總經理韓金樑指，據內部理賠數據，去年個人危疾理賠中，最主要的危疾理賠原因為乳癌及...



04月28日(二) 15:36

保聯：醫療開支5年間飆6成　住院保障索償頻率增近70%

香港保險業聯會委託香港理工大學專業及持續教育學院老齡化和醫療管理研究中心進行的「疫情後醫...



04月24日(五) 21:08

永明去年新造業務年度化標準保費按年升46%　創新高

Sun Life永明公布，於保監局最新公布的2025年香港長期保險業務臨時統計數字中，該...



04月24日(五) 19:30

中銀人壽去年新造標準保費升5成　涉258億創新高

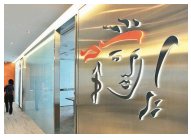
中銀集團人壽保險宣布，截至2025年12月底止全年，新造標準保費為港幣258.62億元，...



04月24日(五) 16:17

去年保險業毛保費總額8270億元　按年升近3成

保監局公布2025年臨時統計數字，期內毛保費總額達到8,270億元，按年上升29.7%。



04月16日(四) 11:25更新

復星健康旗下所有大灣區醫院全面納入保誠醫療網絡

保誠宣布與復星健康深化合作，將復星健康旗下所有大灣區醫院全面納入保誠醫療網絡。除早前已合...



04月15日(三) 16:31

富衛：下半年加強IUL產品發展　持續優化醫保計劃

富衛香港及澳門首席產品方案及醫療保健總監余栢堅回顧指，去年首3季新業務首年保費按年升93...



04月14日(二) 13:26

保險投訴局去年接857宗投訴按年升3成　兩類保單最常引發索償

保險投訴局去年共接獲857宗投訴個案，按年上升約32.7%，在已審結的447宗與索償相關...



04月01日(三) 19:00

周大福人壽與按證公司合作　轉介保單逆按及安老按揭計劃

周大福人壽宣布與香港按揭證券公司展開合作，透過轉介「保單逆按計劃」及「安老按揭計劃」，為...



04月01日(三) 13:48

調查：72%人認同家居保險重要　為何卻近6成人未購買？

一項調查發現，港人對家居意外的風險意識有所提升，但認知與行動之間存在巨大落差，儘管逾七成...



03月23日(一) 21:34

宏利委任港澳首席AI及數據總監　亞洲AI總監調回香港

宏利金融(00945)宣布，委任劉宏隽為香港及澳門首席人工智能(AI)及數據總監；宏利亞...

更多>

摩通：下半年黃金需求加速　年底目標價6000美元

小米本周四新品發布會　新車YU7 GT及大屏手機17 Max登場

版權所有 © 2026 ON.CC LIMITED. All rights reserved.