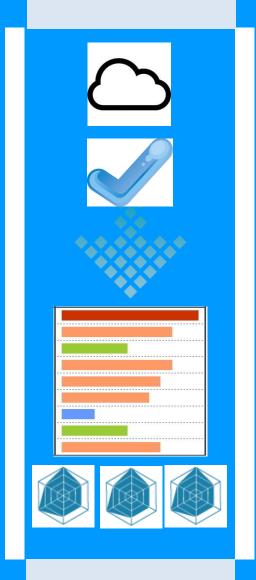
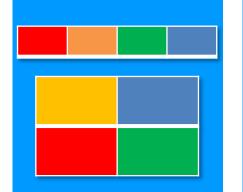
# マストレスチェック診断プログラムウェブサービスのご案内









# ストレスチェック制度への対応と 本気のメンタルヘルス対策をご支援します。

本プログラムはクラウド環境(Microsoft Azure )下でWEBネットワークによって提供されます。WEBを活用することで、スムーズに、効率的に、秘密保持しながらストレスチェックの実施と運営を行うことができます。

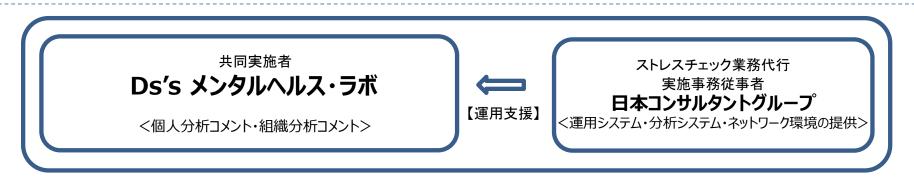
ストレスチェック実施に関するすべてのことを、安心してお任せいただけます。

改正労働安全衛生法により平成27年12月から50名以上の社員が在籍する事業場でストレスチェック制度が義務付けられました。

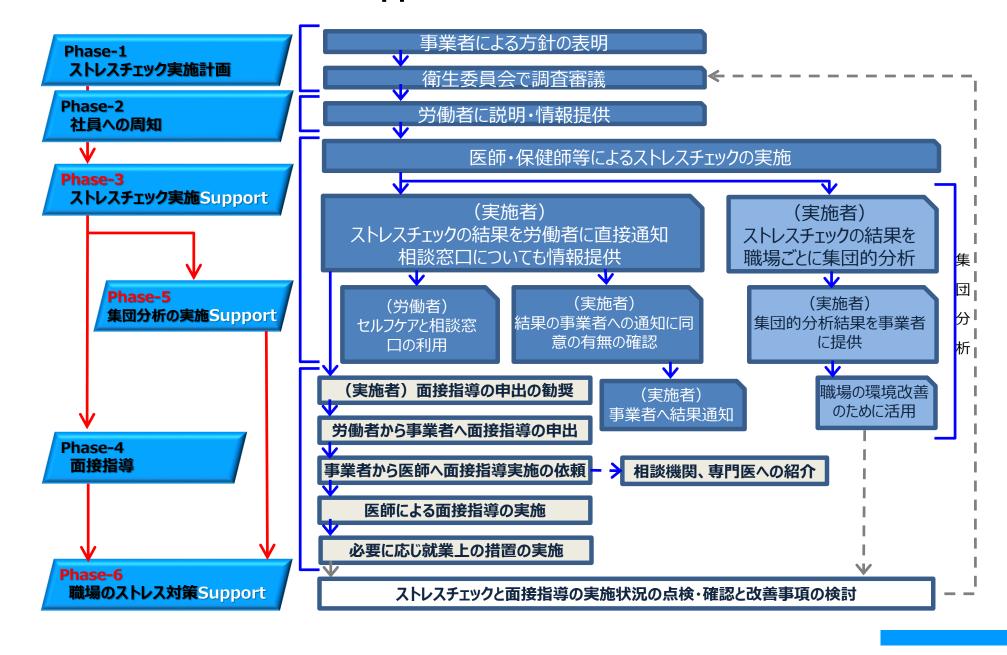
Ds'sメンタルヘルス・ラボと日本コンサルタントグループは、ストレスチェックの実施、受検勧奨、面接勧奨、集団分析(組織分析)、アフターフォロー(研修の実施)まで行う「ストレス診断プログラム」をご提供しています。

Webによるストレスチェック実施、勧奨の実施より受検結果の秘密保持し、貴社ご担当者の業務軽減に加え、義務化対応をスムーズに行うことができます。

また集団分析(組織分析)を活用して貴社の職場環境改善、さらには組織活性化にもつなげていただくことができます。



### ストレスチェック診断の実施 Supportフロー



### きめ細かくメンタル状況を分析しコメントします。

12段階でストレスを評価することで、的確なストレス対策を実施できます。



### 総合判定は12段階で評価

ストレスの低い方から順番にA.B.C.D.E1.E2.F1.F2.G1.G2.H.Xの12段階の判定を実施し、個々に応じた分析とコメントにより受検者のメンタルヘルス対する意識の醸成を促進させます。

### 3つのカテゴリーで要因を分析とコメント解説

「仕事のストレス要因」「心身のストレス反応」「周囲のサポート」から分析

### 診断分析コメントは専門の精神科医が実施

D'sメンタルヘルスラボ 原先生 鄭先生 等精神科医がノウハウを提供

### 組織のイキイキ度を判定。

貴社組織のメンタルヘルス対策の方向性をご提案します。



### 組織をわかりやすく判定 組織分析

組織を「ウツウツ」「イライラ」「ダラダラ」「イキイキ」に分析 4セル12の評価から、メンタルヘルス対策の優先順位と方向性を分析コメントします

### 経年の変化も一目で把握。

個々人のストレス状況の進捗が確認でき、個々人のストレスへの気付きを促します。

### 5年間の推移を表示

評価項目や各カテゴリの得点の推移をグラフで表示
※クラウドシステムを活用して診断結果データの安全な保管を確保します。



いつでも、どこでもチェックが可能



### 画面はスマホやタブレットに対応

診断プログラムの画面はレスポンシブウェブを採用。スマートフォン、タブレット、PCなどマルチデバイスに対応。

\*Webを活用できない従業員についてはチェック用紙を準備します。 (貴社内の実施事務従事者が代行入力用として)

職場改善の多彩な研修を用意



### 職場のメンタルヘルス対策

研修やeラーニングを通して職場の環境を改善

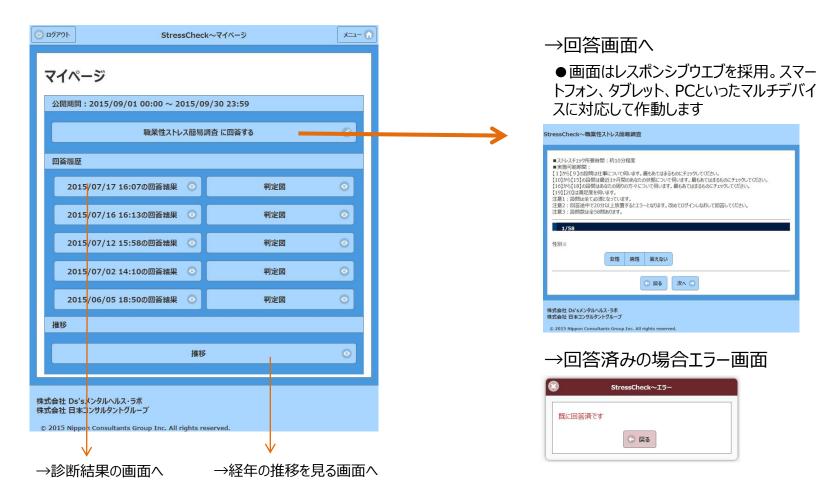
# ストレスチェック診断プログラムの流れ

# マイページにログインして指示に従うだけ。 パソコン、タブレット、スマホで簡単にチェックが行えます。

※活用される診断票は厚生労働省が推奨する職業性ストレスチェック簡易調査57項目準拠しています。

### ログインして診断をスタート

配布されたログインIDとパスワードを入力し、マイページにログインするところから診断が始まります。



### 回答画面へ

利用者が画面に表示される質問に答えていきます。



全ての設問が必須項目→未回答、チェック漏れが あった場合未回答マーク\*\*がついて次に進まない



# 診断結果の表示〜総合判定

### 職業性ストレスの状況を12段階で評価。 きめ細かな総合判定を行います。



### ■高ストレス者の判定基準をプログラム上で設定することができます

「抑うつ」「不安」「疲労」という3つの尺度を基準にした場合、高ストレス者(E2.F1.F2.G1.G2.H.X)までの出 現率は10%です。 一般にこうした高ストレス者は面接指導の対象となりますが、貴社の受検者数、職場環境等 により高ストレス判定基準を変更設定することができます。



高ストレス者の判定基 準設定は実施前、実施 後まで任意に変更がで きます。

出現率は 1.8% 10%

# 診断結果の表示~各カテゴリ

# 「仕事のストレス」「心身のストレス」「周囲のサポート」からストレスの状況を診断します。



#### ○ 仕事のストレス要因の説明

仕事の負担も適切で、仕事の負担に見合った裁量があり、理想的な状況です。仕事の適性があり、働きがいのある職場です。このような良い状態を維持する秘訣は何だと思いますか?これからもずっと良い状態で働くためのコツを再確認しましょう。

心身のストレス反応									
No.	評価項目	点数/満点	傾向	グラフ					
10	活気	24/100	[良好]						
11	イライラ感	100/100	【要注意】						
12	疲労感	72/100	[注意]						
13	不安感	48/100	[普通]						
14	抑うつ感	48/100	[普通]						
15	身体的愁訴	63/100	[注意]						

#### ○ 心身のストレス反応の説明

(要注意)様々なストレス反応が出ているようです。ストレス反応は大きなストレスがかかった際に一時的に生じるものです。ストレスの原因が無くなればストレス反応も無くなることが多いのですが、反応が持続してしまうとストレスに関連した様々な心身の病気(うつ病や胃潰瘍など)に進展してしまうことがあります。心配があるようでしたら、まずは産業医等の産業保健スタッフや主治医と相談してみると良いでしょう。

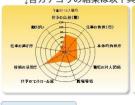
周囲のサポート								
No.	評価項目	傾向	グラフ					
16	上司からのサポート	56/100	[普通]					
17	同僚からのサポート	64/100	[注意]					
18	家族・友人からのサポート	64/100	[注意]					

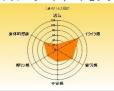
#### ■ 周囲のサポートの説明

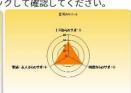
【不均衡型D2】上司との関係は良好でサポートが得られているようですが、同僚からはサポートが得られていない状況です。またプライベートでも家族や友達のサポートがない状況です。上司が唯一頼れる存在といえますが、同僚のサポートが得られないと仕事がうまく進められず、ストレスに感じることが多々あると思います。職場の人間関係やサポート体制について上司と相談してみるとよいのではないでしょうか。また、プライベートが充実してくると仕事のストレスを発散することもできますし、イキイキと生活できるようになります。お忙しいと思いますが、地域の活動に参加したり、スポーツをしたり、語学を習ったりと、プライベートにも目を向けるようにしてはいかがでしょうか。

満足度								
No.	評価項目	点数/満点	傾向	グラフ				
19	職場の満足度	60/100	[普通]					
20	生活の満足度	24/100	[良好]					

↓各カテゴリの結果は以下其々のレーダーチャートをクリックして確認してください。







印刷用ベージ 🙆

**仕事のストレス要因**(ストレスの要因となりうる因子の状況をみる)カテゴリ9つの評価項目ごとのストレス度を**赤り緑青**表記し、その状況を説明(コメント)します。

**心身のストレス反応**(心身のストレス反応の状況をみる)

カテゴリ6つの評価項目ごとのストレス反応を**赤資縁**表記し、その状況を説明(コメント)します。

満足度 (家庭と仕事の満足度の状況をみる)

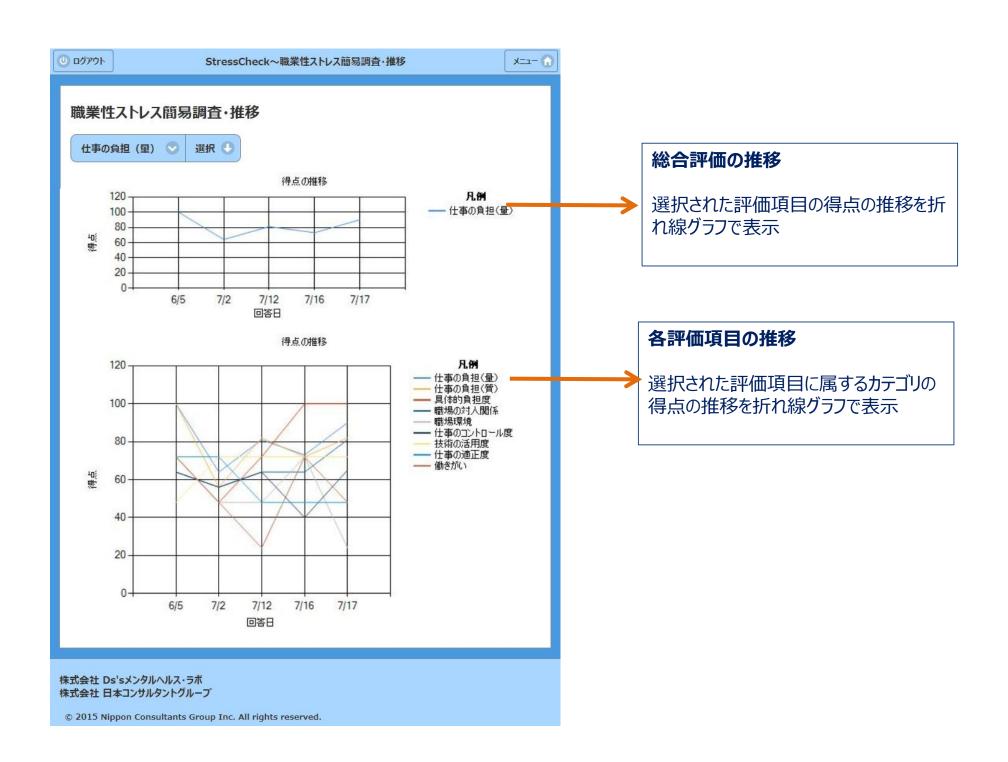
カテゴリ2つの評価項目ごとのストレス度を**赤**賞**禄言**表記します。

仕事のストレス要因・」心身のストレス 反応・周囲のサポートの3つのレーダー チャートサムネイル

各ボタンをタップすると各々の診断結果を 確認することができます。

# 診断結果の表示~5年間の結果の推移

経年の変化を確認することで メンタルヘルスの傾向を把握することができます。



# 組織分析に関する結果の表示

### 集団分析の結果を通して 職場のイキイキ度を診断します。

貴社の組織(集団)に関する分析結果をわかりやすく判定。

NIOSH職業性ストレスモデル\*1に独自のイキイキ指標(心身の健康と活力に注目した分析軸)を加えて組織の健康度を分析 → 組織を「ウツウツ」「イライラ」「ダラダラ」「イキイキ」に分析することで、メンタルヘルス対策の優先順位と分析をコメントします。





職場の健康リスクの状態を判定します。

### \*1:NIOSH職業性ストレスモデル (Hurrell & McLaney, 1988) を改変

#### 職場のイキイキ度診断(組織分析)

仕事の負担(量)

職場を以下の4つのセルに分析。それぞれの組織の特徴とそれを改善するための処方箋を提示します。

ピリピリ組織 (疲弊予備軍組織) うつうつ組織 (不活性組織) だらだら組織 (低モチベーション組織) イキイキ組織 (活性化組織)

※各組織判定は3段階で評価分析コメントづけを行います。(都合12パターン)

# 職場のメンタルヘルス対策 組織分析結果からの提案

### 組織分析の結果を踏まえて 職場の環境改善、組織活性化をご提案します。

組織分析の結果を踏まえて、貴社の職場の環境改善、さらには組織活性化施策をご提案いたします。

# ワーク・エンゲイジメントに注目したコースを提案

職場環境に焦点を当てた組織志向アプローチ

ラインケア研修

緩衝要因の向上:サポート・モチベーションを向上



個人要因に焦点を当てた個人志向アプローチ

セルフケア研修

ストレス反応の低減とコーピングカのアップ

<各種の研修> eラーニングコースは6月よりリリース予定

	ラ・	インケア研修コース						
ķτ·	ーマ	によってeラーニングよる提供を検討						
基礎	<u>t</u>	ラインケアの基礎	90 min		応用	モチベーションアップの対話術	90 min	
	1	職場のメンタルヘルスはなぜ重 要か	10	lec	1	部下を不調にさせない上司の 能力・行動とは	30	le
:	2	管理監督者の役割	60					
		職場でのストレス要因の軽減		lec	2	リーダーシップとメンタルヘルス	20	le
		相談と助言 (Case Study)		GW	3	モチベーションアップのための対 話術	40	
		業務上の配慮		lec		ā <u>0</u> 17/I)		
						コーチング・モチベーショナルイン タビューのエッセンスを活用		le Pi
						ロールプレイング		rp
3	3	管理者自身のセルフケアの重 要性について	20	lec				

	セルフケア研修コース		※テーマによってeラーニングよる提供を検討						
応用	セルフケアの実践 イキイキ、モチベーションアップ、レジ リエンス強化研修	120 min			応用	セルフケアの実践 ジョブ・クラフティング研修	180 min		
1	自分の大切な「価値」を明確化して、	30	Lec		1	ジョブ・クラフティングとは	10	lec	
1	行動を起こす原動力とする		GW		2	ジョブ・クラフティングの効用	5	lec	
2	自分の価値を実現するために、 囚われから脱出する術を身につ	30	Lec GW		3	ジョブ・クラフティングの例	15	lec	
	ける				4	ジョブ・クラフティングをしてみよう	120	РИ	
3	自分の価値を実現しやすくする 力を養う (以下テーマの組み 合わせ)	60	Lec GW					GV	
	・問題解決スキル	20			5	ジョブ・クラフティングを継続する ために	30	lec PV	
	・ポジティブ感情	20							
	・強みの発見と強化	20							
	・自律訓練法	50							

#### セルフケア研修コース ※テーマによってeラーニングよる提供を検討 基礎 セルフケアの実践 90~120min 1 セルフケアの意義 2 ストレスとは 3 自分の対処方法とは 4 セルフケアの実践-考え方を工夫する 心を軽くする考え方について lec 認知行動療法のエッセンス 5 セルフケアの実践-行動を工夫する 60 アサーティブネスのエッセンス Lec GW 6 セルフケアの実践-リラクゼーション 30 60 lec リラクゼーションの具体的技法(自律訓練法、筋弛緩法など)

### <職場改善の支援>

職	職場環境改善 ワークショップコース					その他研修会			
実践	職場環境改善ワークショップ	120 min			研究	ワーク・エンゲイジメント への取り組み	90 min		
1	メンタルヘルスの重要性	5	lec			経営者・経営幹部を対象			
2	職場環境改善の効用について	5	lec		1	これからの新しいメンタルヘルス		lec	
3	職場環境改善の概要とメンタルへ ルスアクションチェックリストを用いた 職場環境改善	15	15 lec		2	の一次予防 ワーク・エンゲイジメントとは		lec	
4	模擬事例を用いた職場環境改善	80	GW		3	ワーク・エンゲイジメントの効用		lec	
	ミーティングのワークショップ		) GW		4	ワーク・エンゲイジメントを上げる ために職場ができること、社員 ができること		lec	
5	まとめ	15	lec						

# 料 金

初年度 基本設定費150,000円ストレスチェック受検・組織分析1人当たり 500円×受験者数次年度以降更新設定費50,000円

ストレスチェック診断プロラム 費用見積基進と実施内容 2016/4/1時点

ストレス	ナエツク診断ノロフム	、費用見槓基準と実施内容 2016/4/1時点
費用項目	費用に含まれる項目	金 額 ※組織分析(集団分析)範囲が第1,2階層以上に細分化する必要 ある場合、事業場単位で実施者が異なる場合など、実施計画に応じ
1.基本設定書		150,000 円 診断システムを複数設定する必要な場合は別途見積となります。
	■システムの基本設定	内容
		・クラウドのシステムに貴社専用領域のセットアップ
		・受検者のIDPWの設定
		・受検者IDPWメールアドレスのアップロード
		・実施者等の登録と実施者用ID 実施事務従事者ID 事業場ID等の発行
		・組織分析カテゴリ(第1階屆・第2階屆)の設定など(分析グループの人数10名以下に留意
	■システム利用料	内 容
	***	・ストレスチェック実施スタート1ヶ月前から1年間の受検サイトの稼動
		・受検1回 1年間受検結果(分析コメント等)の閲覧とプリントアウト
	■受検結果データのDB保管料	内容
		・ストレスチェック実施スタートから1年間の受検結果データの保管
		・面接指導結果の個人情報のアップロード機能の提供と保管
費用項目	費用に含まれる項目	金額
2.ストレスチェ	ック受検料 一人当たり	500 円 ※受検者が2,000人を超える場合別途見積を行います。
	■実施通知の配布	内 容
	①メールアドレス有り	・メールによる実施通知・IDPWURLの配布(メール配信の実施)
	②メールアドレス無し	上記追加金額
	一人当たり	100 円 ※本部への送料は別途ご負担いただきます。
		・実施勧奨用紙(受検通知書)の作成(ID·PW·URL·QRコードの記載)
		・上記通知書を封入し、各事業場単位に仕分けし、本部へ一括送付
	■実施勧奨の実施	内容
	①メールアドレス有り	[ - 1.15 ] [ - 1.15 ]
		計2回の実施勧奨メールの配信(未実施受検者に対して)を行います。
		·第1階屆第2階層単位の受験対象者数·受検者数·未受検者数
	実施事務従事者が対処する	のデータを確認して各職場に通知
		・各職場への実施勧奨通知文案を提供します。
	■個人別ストレスチェック診	内容
	断分析とコメントバック	・一人当たり1回の受検
	(受検者マイページにて)	・総合判定の実施と分析コメント
	各受検者が必要に応じて 診断分析コメント表を	・3つのカテゴリ毎の状態についての点数表記と分析コメント ①仕事のストレス要因
	プリントアウトする	②心身のストレス反応
	7971771798	③周囲のサポート
		④個人別健康リスク数値
		※2年目以降は
		評価項目毎・3つのカテゴリ毎の点数推移
		の確認(閲覧)
		過去の受検結果診断票の確認(閲覧)
	■高ストレス者への面接指	内容
	導申込み勧奨の実施	・高ストレス者に対して面接指導申込みの勧奨メールの配信
		・面接指導申込み(受診の意向確認)受付システムの提供
		・受診の意向についての未回答者への勧奨メールの配信(1回)
		※「メールアドレス無し」の高ストレス者の方については面接指導申込み勧奨通知
		書の送付並びに回収を実施事務従事者が実施するようにします。

# 料金

## 次年度以降の基本設定費について

費用項目	費用に含まれる項目	金額						
■更新設定費		50,000 円	※初年度の基本設定費にあたる部分は更新設定費として以 下の内容が含まれます。					
	■システムの更新設定		内容					
		・退職、除外受検者IDPWの抹消処理 ・追加された受検者のIDPWの設定 ・追加受検者IDPWメールアドレスのアップロード ・実施者等の登録と実施者用ID 実施事務従事者ID 事業場ID等の修正追加発行 ・組織分析カテゴリ(第1階層・第2階層)の改訂設定						
	■システム利用料		内容					
		・ストレスチェック実施スタート1ヶ月前から1年間の受検サイトの稼動						
		・受検1回 1年間受検結果(分析コメント等)の閲覧とプリントアウト						
	■受検結果データのDB保管料	内 容						
	100 10 100 100 100 100 100 100 100 100	・ストレスチェック実施スタートから1年間の受検結果データの保管						
		N. V. V. T. J. X. 00.	7 INSTITUTE OF THE STATE OF THE					

### オプション料金

費用項目	費用に含まれる項目	金額						
■用紙による? ストレスチェック	受検 7受検料 一人当たり	1000円	※各事業場に貴社の実施事務従事者を配置し回収と配 1000 円 行っていただきます。郵送配布・回収・診断票配布を行う は郵送費と発送作業費を別途ご負担いただきます。					
	■実施通知と受検用紙の配布と		内 容					
	回収	<ul><li>・上記通知書と受検用</li><li>・回収は専用封筒を</li></ul>	用紙の作成(名簿に基づくコードと宛: 紙を封入し、各事業場単位に仕分けし、 支給し各事業場で回収し本部に集め (※本部⇔ニッコン間の送付料は別途ご	本部へ一括送付 一括ニッコン				
	■受検データの登録と診断結果	内容						
	票の配布	<ul><li>・受検データの登録</li><li>・診断結果票の出力</li><li>・専用封筒への封</li></ul>						

費用項目	費用に含まれる項目	金	額			,		
	集団分析) 結果に基づく 策のご報告会の実施	300,0	00円	※1日3時間以内 ※ラインケア報告会 ※旅費交通費は別	を実施する場合は予めお申出く 途実費請求となります。	ださい。		
	■組織分析データ統合と報告書			内	容			
	作成	•各職場の組織分析結果抽出と統合 一覧化						
		·各診断線	果ごとの対	対策コメント				
		・各職場(	)改善対策	後の優先順位の記	<b>设定</b>			
	■報告会の実施			内	容			
	■牧口云の夫心	・メンタルへ	ルス対策専	門コンサルタントが担	当 1名			
		・各職場の	課題と改善	対策の優先順位つい	て報告と協議を実施			
	ja di	161 E0E CD CO		の方にもラインケアの 度)(別途資料を準	ポイントと今回の診断結果につい (備いたします)	てのご報		

費用項目	費用に含まれる項目	金	額		
■各種セルフケ	ア・ラインケア研修	300,0	000	円	※1日3時間以内 ※旅費交通費は別途実費請求となります。 ※テキスト代は別途見積となります。@1,000円~3,000円
<u> </u>	■研修会プログラムの設定				内 容
	■別隊最大日グノムの設定	・プログラ	ムのけ	内容は	別紙研修コース案内を参照
	■研修会へ専任講師を派遣	・必要に応	ちじて	テキス	トを活用します。



#### ストレスチェック診断判定

### 株式会社 Ds'sメンタルヘルス・ラボ

#### 代表取締役社長 鄭 理香(精神保健指定医、精神科専門医、産業医、児童青年精神医学会認定医)

東京女子医科大学病院、東京都立梅ヶ丘病院、東京都立松沢病院などを経て現職。東京大学・職場のメンタルヘルス専門コースTOMH修了。臨床診療を行うとともに、産業医・顧問医・研修講師として、様々な企業や教育・医療機関等でメンタルヘルス対策に従事。発達障害(ユニーク・パーソン)の執筆活動を行うなど幅広く活動中。

#### 代表取締役 原 雄二郎(精神保健指定医、精神科専門医、産業医、公衆衛生学修士)

東京女子医科大学病院、東京都立松沢病院、東京都立広尾病院などを経て、東京大学大学院に入学。卒業後、同大学院医学系研究科精神保健学分野(川上憲人教授)客員研究員。同教室と連携し、株式会社Ds's(ディーズ)メンタルへルス・ラボを設立、共同代表に就任。臨床診療を行うとともに、様々な企業や独立行政法人等で産業医・顧問医や研修講師として、職場のメンタルヘルス対策に従事。職場のメンタルヘルスに関する執筆活動を行うなど幅広く活動中。

ホームページ: http://mhlabo.jp/

### *ロオ*スンサルタントク"ループ

#### ストレスチェック業務代行

### 株式会社 日本コンサルタントグループ

代表取締役社長 清水秀一 創業:1956年12月 資本金:5千万円

業務内容:人材アセスメント、階層別研修・テーマ別(リーダーシップ開発・コミュニケーションスキル開発・問題解決等)の各種人材育成の研修支援

業界別経営コンサルティング(流通・サービス業、建設業、情報通信業、飲食サービス業、自治体等) eラーニング、各種人材育成支援のためのメディアコンテンツ作成

ホームページ: http://www.niccon.co.jp

#### 【お問い合わせ、お申し込み先】

株式会社 日本コンサルタントグループ 営業本部 〒161-8553 東京都新宿区下落合3-22-15

TEL: 03-5996-7541 FAX: 03-5996-7542

E-mail: tsd@niccon.co.jp http://www.niccon.co.jp/

札幌	TEL	011-251-7564	新潟	TEL	025-384-8098	大阪	TEL	06-6312-0974
北東北	TEL	019-601-8200	東京	TEL	03-5996-7541	福岡	TEL	092-413-7823
仙台	TEL	022-227-8486	名古屋	TEL	052-563-0641	金 沢	TEL	076-256-2569
福島	TEL	0242-23-4348						

上記、全国営業所でもお問い合わせ、お申し込みを受け付けております。