

# ストレスチェックフォローパックB

## ▶ 目的

ストレスチェックテストをされていることを前提に、職場のメンタルヘルス対策として、4つの支援（セルフケア、ラインケア、事業場内ケア、事業場外ケア）の補完のための支援システムです。

社内人材の心身の健康管理を会社のシステムとして安心して使っていただけるものです。

## 【メニュー】

### ▶ **メンタルヘルスカウンセリング（月1～2人 年間15コマ分）**

長時間労働の社員さんや希望する社員さん等の面談（心理カウンセリング）

上司や幹部社員の部下育成相談や目標管理コーチングとして活用いただくことも可能です。

### ▶ **訪問人事相談（毎月1回）**

ストレスチェックテストの結果の組織分析共有や長時間労働者の確認、社内での状況の相談と対策提案

会社の状況を報告書として書類を提出いたします。

### ▶ **部署リーダーアンケート（毎月）**

ラインケアの実施（会社としての対策記録の明確化）としても活用いただき、

また人事問題の早期発見と予防、リーダーのマネジメント意識変容にもつながります。

### ▼ 部署リーダーアンケートの例

### ▶ **メンタルヘルス（環境）アンケート実施（年3回）**

職場環境や人間関係、自身のセルフケアの進捗として、記述式も含めた簡単な

アンケートを実施、集計し、組織分析と改善提案します。また、会社の

対応策資料としても活用いただけます。

職場の安全衛生（ラインケア実施アンケート）

部署・課 \_\_\_\_\_ 記入者 \_\_\_\_\_

年 月 日記録（ 月 日～ 月 日）

番号	内容	回答
1	部署内での仕事の量に変化がありましたか	増えた 変わらない 減った
2	部署内での仕事の質に変化がありましたか	あった 変化なし
3	部署内で、長時間勤務の社員はいましたか。	人 なし
4	体調不良を訴える人はいましたか。	いる わからない いない

