

コンケアを活用したこころのセーフティネットと 職場環境改善の促進

社会背景

令和6年厚生労働白書によると精神疾患で治療を受ける人は増加傾向

出典:令和6年版厚生労働白書より

- ・うつ病や適応障害などの精神疾患で治療を受ける人が2020年にはおよそ586万人にのぼる
- ・多様化したストレスへの支援体制の構築の必要を提言している

職域における精神障害の労災請求および認定数増加傾向

- ・過去20年間※で10倍以上に増加 ※:平成14年～令和5年

出典:令和5年度「労働安全衛生調査」および平成25年度「労働安全衛生調査」

健康課題

メンタル疾患（罹病者・休業者）の急増

コロナ渦以前は順調に低下していたが、一転して
2022年メンタル休業者・罹病率ともに会社設立以来の最悪な状況

裏面:図1

進め方

プロジェクト発足、「セルフケア」「職場環境改善」の施策検討

2021年10月 健康経営推進プロジェクト発足
2023年07月～ 全従業員向け「こころのセーフティネット」をスタート

こころのセーフティネット

セルフケア

2023年7月～

メンタル不調の早期発見と早期サポート

毎日を記録

従業員は毎日のお天気マーク登録

- Point 登録のし易さ工夫
Teamsチャットまたはアプリ



職場環境改善

2023年11月～

タイムリーな職場実態の把握で
プロアクティブな職場改善

現状を知る

毎日のお天気マーク登録結果
を組織単位で毎月集計

裏面:図3

- Point ストレス度合やエンゲージメントを毎月見える化
- ・個人特定配慮から対象は7名以上の組織のみ
- ・お天気マークの確からしさ
ストレスチェックおよび従業員サーベイとの相関

裏面:図4

具体的な 施策内容

プッシュ型サポート

気分の落ち込み検知で本人をサポート

裏面:図2



アプリヘアラート通知



社外カウンセラーから声かけメール

- Point 予兆検知し早めのサポート
- ・社外カウンセラーからのサポート
- ・声かけメールは本人同意前提(個人情報の徹底)
- ・本人同意なしに情報は会社には共有されない(安心)

原因判明

お天気マーク集計結果など職場の
「健康・安心・安全」情報を可視化した
SHプラットフォームで課題を確認

裏面:図5



SHプラットフォーム
(Safety and Health Visualized Platform)

改善計画・実行

職場風土改善計画を策定・実行

SHアクションプラン (Safety and Health improving Actionplan)

※SHプラットフォーム・SHアクションプランは2022年1月からの取り組みです



最新の活用促進策

2024年10月～ポイント制開始

成果

多くの従業員を
メンタル不調から予防

多くの従業員の
ストレスの受け止め

メンタル罹病率と月平均
均休業者数の低下

コンケア
活用率70%
※2024年8月時点

パルスサーベイとしての
職場環境改善

日立システムズ 取締役専務執行役員 CHRO 健康経営推進プロジェクトリーダ 平岡 真一からのコメント

「健康と安全を守ることは全てに優先する」という基本理念のもと、「心とからだの健康づくり」に積極的に取り組んでおります。当社でも本取り組みによる効果が少しずつ出てきております。従業員の健康管理や職場環境の改善の一つとしてお役に立てください。

※コンケア®は東京メンタルヘルス(株)・エクスプレーン(株)の登録商標です。

図1

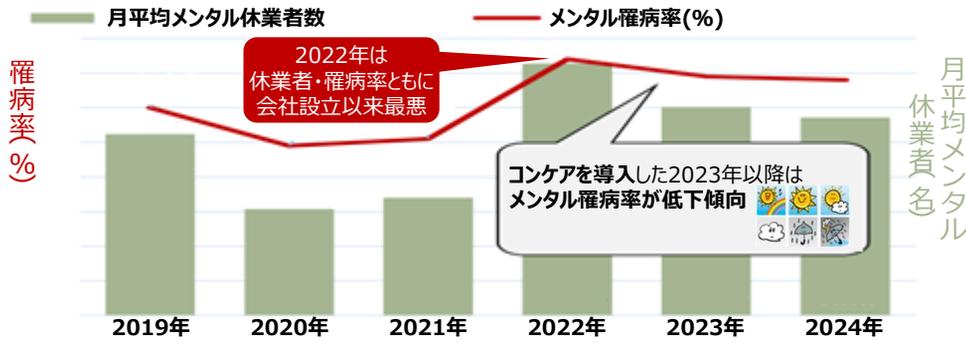


図2

【アラートと声かけメール実績】 2023年8月~2024年9月

| 区分 | コンケア利用者数 | アプリへのアラート配信 | カウンセラーから声かけメール配信 | うち本人から返信あり | うち相談件数 |
|-----|----------|-------------|------------------|------------|----------------------|
| のべ | - | 8,452件 | 6,170件 | 2,647件 | <19>61件 |
| 月平均 | 6,066人 | 604件 | 441件 | 189件 | <1>4件 |

※ < > は本人同意を得て会社の保健師に対応を連携した人数

図3

【コンケア天気マークの集計内容】

| 所属 | 前月/当月 | コンディション(%) | | | | | | アラート発生率(%) | 4以上比率(晴傾向)(%) | 2以下比率(雨傾向)(%) |
|-----|-------|------------|-----|------|------|------|------|------------|---------------|---------------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | | |
| 〇〇部 | 前月 | 雷雨 | 雨 | 曇 | 晴れ曇 | 晴れ | 快晴 | 3.9 | 59.5 | 13.9 |
| | 当月 | 雷雨 | 雨 | 曇 | 晴れ曇 | 晴れ | 快晴 | 8.4 | 57.3 | 15.0 |
| | 当月-前月 | 0.8 | 0.4 | 1.0 | 0.1 | ▲1.8 | ▲0.5 | 4.5 | ▲2.2 | 1.2 |
| ■部 | 前月 | 雷雨 | 雨 | 曇 | 晴れ曇 | 晴れ | 快晴 | 0.0 | 72.0 | 5.4 |
| | 当月 | 雷雨 | 雨 | 曇 | 晴れ曇 | 晴れ | 快晴 | 12.0 | 64.6 | 5.2 |
| | 当月-前月 | 1.4 | 3.8 | 30.1 | 48.4 | 7.9 | 8.3 | 12.0 | ▲7.3 | ▲0.1 |
| △△部 | 前月 | 雷雨 | 雨 | 曇 | 晴れ曇 | 晴れ | 快晴 | 4.8 | 68.5 | 9.5 |
| | 当月 | 雷雨 | 雨 | 曇 | 晴れ曇 | 晴れ | 快晴 | 9.2 | 63.8 | 10.9 |
| | 当月-前月 | 1.1 | 0.2 | 3.3 | 1.1 | ▲5.2 | ▲0.8 | 4.3 | ▲4.7 | 1.4 |

*アラート
・気分が下降傾向になるとアプリが検知して警告を通知。
・下降が顕著な場合、声かけメールが発信される。

アラート発生率(絶対値の高さ)と前月からの増がないかを確認

全体傾向として気分の状態が良くなっているか悪くなっているかを確認

気分の状態の悪い方の状況(絶対値の高さ)を確認

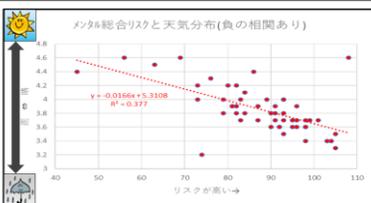
2023年11月から毎月部長以上に提供

図4

ストレスチェックと相関あり

2023年ストレスチェック結果とコンケア情報に高い相関がある

| No. | ストレスチェック項目 | 相関係数 | 判定 |
|-----|------------|-------|-------------|
| 1 | メンタル健康力総合 | -0.61 | ○ 負の相関あり |
| 2 | 同僚の支援 | 0.54 | ○ 相関あり |
| 3 | 仕事の量 | -0.52 | ○ 負の相関あり |
| 4 | 上司の支援 | 0.48 | ○ 一定の相関あり |
| 5 | 高ストレス者比率 | -0.42 | ○ 一定の負の相関あり |



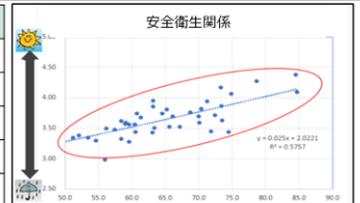
- + 同僚の支援が多いと晴れが多い
- 仕事の量が多いと雨が多い

ストレスが高い職場は雨が多い

従業員サーベイ調査と相関あり

2023年日立グループ共通の従業員サーベイ調査とコンケア情報に高い相関がある

| No. | サーベイ調査のカテゴリ | 相関係数 | 判定 |
|-----|-------------|------|----------|
| 1 | 安全衛生関係 | 0.76 | ○ 高い相関あり |
| 2 | サポート関係 | 0.70 | ○ 高い相関あり |
| 3 | エンゲージメント関係 | 0.66 | ○ 相関あり |
| 4 | 仕事の生産性関係 | 0.65 | ○ 相関あり |
| 5 | チームワーク関係 | 0.61 | ○ 相関あり |



+ 全20カテゴリ中14カテゴリと相関あり

心身共に健康な人が多い職場は晴れが多い

図5

