

## 健康経営サポート

こんな悩みはございませんか？

“会社の健康施策をもっと充実させたい”  
“従業員の安全衛生に関わるリスク管理を行いたい”

そんなお悩みに、NTTビジネスアソシエ東日本がサポート！  
会社の健康経営に関わる各種サービスをご用意しております。

### 「健康経営サポート」各種サービス

#### 1. ストレスチェックサービス

自身の心理状態のチェックと、  
結果レポートを作成するサービス

▶ p.2

#### 2. メンタルヘルスカウンセリングサービス

こころの悩みや不安に、  
臨床心理士により応えるサービス

▶ p.3~

#### 3. マイヘルスウェブサービス

個人向け健康ポータルサイトを  
提供するサービス

▶ p.5~

#### 4. マイヘルスレポートサービス

一人ひとりに合わせた健康情報誌を  
提供するサービス

▶ p.7

#### 5. マイヘルスアップキャンペーンサービス

健康に関する目標を設定し、  
日々の取り組み状況をチェックする等のサービス

▶ p.8

#### 6. ファミリー健康相談サービス

24時間対応の専用ダイヤルで、  
家族誰でも健康に関する相談を受けられるサービス

▶ p.9

#### 7. 特定保健指導サービス

メタボリックシンドロームに着目し、  
生活習慣の改善に向けた保健指導を受けられるサービス

▶ p.10

各種サービスは弊社提携先においてサービス提供をいたします。

# 1. ストレスチェックサービス

自分自身の心理状態に目を向けるきっかけとして、個人・全体のレポートを作成します

労働安全衛生法の改正に伴い、労働者が50人以上いる事業場に対して、ストレスチェックと面接の実施が2015年12月から義務づけられました。「ストレスチェックサービス」は義務化された制度に対応したサービスをご提供します。

## ストレスチェックサービスの特徴

<b>安心</b>	厚生労働省推奨版を使用	<b>自動管理</b>	データ保存期間も自動で管理
<b>便利</b>	実施者はいつでもデータにアクセス	<b>簡単</b>	ストレスチェック制度に適した運用
<b>多機能</b>	充実の組織分析機能	<b>負担減</b>	ストレスチェックの結果情報について社外で管理
<b>高い汎用性</b>	紙版ストレスチェックも合わせてデータ管理		

## ■ 導入イメージ

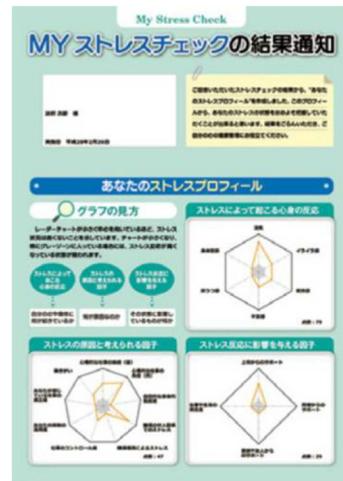
### 従業員（受検者）



### 実施事務従事者・実施者

#### ● 運用フロー

- 事業場登録
- 職場情報登録
- 対象者登録
- 高ストレス者判定
- 未受検者一覧
- 分析結果（個人）
- 労基署への報告データ



## 2. メンタルヘルスカウンセリングサービス

こころの悩みや不安に、臨床心理士がお応えするサービスです

### 臨床心理士が対応します

面接・電話ともに、カウンセリングはすべて臨床心理士が対応します。

※臨床心理士については、(公財)日本臨床心理士資格認定協会のホームページをご覧ください。  
<http://www.fjcbcp.or.jp/>

### 詳細な報告書をお届けします

カウンセリング内容を集計し、契約団体ごとに「利用状況報告書」(月間と年間)をお届けします。

#### ■ 相談内容

- 会社の仕事・人間関係の悩み
- 子どものいじめの悩み
- ハラスメント相談
- 性格等内面の悩み
- 家庭の悩み
- 理由のわからない不安等、ストレスを感じていること全般

## カウンセリングの受け方



### 電話カウンセリングの場合

全国どこからでも、夜10時まで相談できます。

**相談受付時間** 月～土曜日 10:00～20:00  
(日祝、年末年始は休み)

電話での相談で終わらないときや、面接を受けなくなったときは面接に移行することができます。  
希望の時間に相談が受けられる予約制電話カウンセリングの利用もできます(予約の受付は18:00まで)。

### ■ ご相談・ご予約

契約団体ごとの専用番号により、通話料無料でご利用いただけます。  
携帯電話からも相談できます。(標準契約)



### 面接カウンセリングの場合

全国のカウンセリングルームで、臨床心理士によるカウンセリングが受けられます。

#### 電話で予約

初回受付はすべて東京カウンセリングセンターで行います。

#### 書類送付 (ご希望者のみ)

予約確定後、希望者には「各地カウンセリングセンター所在地」等をお送りします。

#### 面接

面接は1人年間5回まで無料。  
6回目からは有料となります。(標準契約)



### 面接場所

- 提携カウンセリング施設 全国160カ所(2016年9月現在)に設置、47都道府県を網羅しています。

### Webによるメンタルカウンセリングサービス

こころのWeb相談では、24時間こころのお悩みに関するご相談をお受けしています。お受けしたご相談には臨床心理士がお応えします。

#### 特長

##### ■ アクセスのしやすさ

仕事中にカウンセリングに行けない方や、周りの目が気になり電話での相談ができない方でも、いつでも相談ができます。

##### ■ 文章にすることの大切さ

頭の中でなかなか整理できなかった自分の考えや不安に対する理解が、文章にすることによって深まります。

##### ■ プライバシーの厳守

こころのWeb相談へのアクセス記録を含め、ご利用者の相談等の内容はすべて暗号化されますので、安心してご利用いただけます。



▲ こころのWeb相談 ホームページ

## メンタルヘルスセミナー

---

臨床心理士によるメンタルヘルスセミナー、およびケースカンファレンス・コンサルテーション等を承ります。組織内の人間関係・コミュニケーションをよりスムーズにするための、実践的なプログラムをご用意しております。

職場環境の改善・組織の活性化にぜひお役立てください。

### 3. マイヘルスウェブサービス

個人向け健康ポータルサイトをご提供するサービスです

#### 導入のメリット

##### ■ 「データヘルス計画」に対応

ポピュレーションアプローチからハイリスクアプローチまでワンストップで対応。

##### ■ コラボヘルス（事業主との連携）の実現

保険者さま・事業主さまの相互運用が可能。医療費や健診結果の分析結果を共有し、事業主さまの参加により効率的・効果的な保険事業運営を実現します。

##### ■ 保険者さまと事業主さまの連携モデル

- ・ 事業主さまと保険者さまごとの権限設定による登録情報の利用
- ・ 産業医さま、保健師さまの健康・医療情報の共有
- ・ 保健指導管理機能を利用した事業主所属産業医さま、保健師さま等の面談、予約、指導履歴の共有

##### ■ 各種医療費通知や健診結果をWEBで閲覧、ペーパーレス化でコスト削減

医療費情報・給付金支給額明細情報・ジェネリック医薬品差額情報や健診結果をいつでもどこでもパソコン・スマートフォン・タブレット端末から閲覧可能。利用者が各自でPDF保存や印刷をすることもできますので、配送や印刷費等コスト削減が可能です。

##### ■ 専用アプリを提供。スマートフォン・タブレット端末のプッシュ通知にも対応

「MY HEALTH WEB」専用アプリを提供。スマートフォン・タブレット端末のホーム画面からすぐにご利用いただけます。医療費情報等の更新情報をプッシュ通知でお知らせすることも可能です。



▲ スマートフォンアプリ/プッシュ通知イメージ

#### 利用者のメリット

##### ■ PC・スマートフォン・タブレット端末対応

医療費情報・健診結果をはじめ個人の健康情報をいつでも確認することができます。また、保健指導の予約や指導履歴の確認も簡単です。

##### ■ 健康管理に役立つコンテンツ

日々の体重・血圧・歩数を記録できるバイタル機能、健康に関する目標を決めてチャレンジするミッション機能を実装しています。また、生活習慣病に関する情報掲載や医療費節約法等も紹介しています。

##### ■ ポイント（インセンティブ）付与

バイタル登録やミッション記録、医療費情報閲覧等サイト利用に応じてポイントを付与します。貯まったポイントでさまざまなアイテム（健康グッズ・調理器具等）に交換することができ、健康づくりに興味を持っていただける仕組みを作っています。

※マイヘルスアップキャンペーンとの連携も可能です。



個人向け通知機能

医療費情報



医療費情報を掲載します。月単位・受診した医療機関での検索も可能です。

健診結果情報



健診結果を経年で掲載します。数値をグラフ化、解説を表示します。また、疾病リスク・傷病情報も掲載します。

生活習慣病リスク判定/改善アドバイス



健診結果をもとに生活習慣病リスク判定・改善アドバイスを掲載します。

健康支援ツール

体重/歩数/血圧 登録・管理



記録した数値はグラフ化して表示されます。スマートフォンの歩数計アプリと連携し、歩数を自動登録します。

健康目標設定・記録



生活習慣改善のためのミッションを設定し、日々の生活に取り入れることで生活習慣の改善を図ります。

保健指導管理



保健指導の予約や指導履歴の確認ができます。Web相談も可能です。

## 4. マイヘルスレポートサービス

### 健診受診者一人ひとりに合わせた、オンリーワンの健康情報誌をご提供いたします

健診結果を基にしたアドバイスを中心に対象者の健康状態に合わせたオンリーワンの健康情報を提供します。

健診結果過去3年分を掲載し、時系列で健康状態をチェック。ビッグデータを活用したオリジナル判定と、厚生労働省の基準に基づいたアドバイスで健診後のフォローアップも万全です。

健康情報は出版社ならではの「タイムリー」で「分かり易い」紙面構成になっており、読者の行動変容を促します。

### 健診結果を最大限に活用。健診受診者の「いま」を伝えます



- 特定健康診査の項目をベースに健診結果を経年で3カ年表示します。
- 健診結果毎のアラート機能とアドバイスを記載
- 健診結果ごとに基準値を超えた値に、アラート ⚠️ 印を表示し、対象者の注意喚起を促します。

- (基準値)
- 保健指導レベル
  - 医療機関受診レベル
  - 早急に医療機関レベル

### 健診受診者の健康状態に着目した記事で健康をサポート



豊富なコンテンツから、健診受診者にぴったりの健康情報をピックアップしてページを構成。健診結果にそって選ばれた内容なので、より効果的に伝えたい内容を伝えられます。

### Webと連動した継続的な情報提供も可能



ジェネリック医薬品の情報や医療費の情報など、個人ごとの情報も掲載したWebサイトで「MY HEALTH WEB(マイヘルスウェブ)」で、最新情報を提供することもできます。

## 5. マイヘルスアップキャンペーン

### 生活習慣を改善したい方必見！！ 「マイヘルスアップキャンペーンサービス」のご案内

マイヘルスアップキャンペーンは、数ある目標の中から任意にコースを選択し、継続的に記録することで健康的な生活習慣の定着を図ることを目的とした商品です。Webを基本に、紙でも対応しています。

#### Web版・マイヘルスアップキャンペーン

##### 主な機能

##### ① 日々の状況チェック機能

選択したコースの実施の記録と状況の確認を行います。

##### ② 状況チェックとリンクする面白コンテンツ

入力状況に応じてパネルがオープンになる、キャラクターが成長する等ユーザーが興味をひくコンテンツを各種ご用意しています。

##### ③ 参加者同士の状況確認および達成状況の確認

他参加者の状況や入力状況に応じて加算されるポイントでのランキングが表示されます。

##### ④ 定期的なメール配信

参加者にとって有益な情報やモチベーション持続のための記事を配信できます。



#### キャンペーンのチャレンジコース（例）

##### 食生活編

- LOVEベジタブルコース
- お控えなすって！塩コース
- 飲み物は無糖コース
- おやつは我慢コース
- 腹八分目がベストコース
- 噛む噛むゆっくりコース

他

##### 運動編

- 毎日、ラジオ体操コース
- 毎日、8000歩コース
- 階段を使おうコース
- いろいろ運動コース
- 腰痛・肩こり改善コース
- 15分deストレッチコース

他

##### 日常生活編

- タバコよ、さらばコース
- 飲むなら適量コース
- 歯を大切にコース
- おはよう&ありがとうコース
- 手洗い・うがいコース
- いい湯だな～コース

他

## 6. ファミリー健康相談サービス

24時間対応の身近なツールでご家族のみなさまに安心感を

契約団体ごとの専用番号で相談を受けられます

専用  
ダイヤル

**通話料無料**

(携帯・PHSからでも無料)

**365**  
days

**年中無休**

**24**  
hours

**24時間サービス**

### ご家族みなさままでご利用いただけます

健康保険組合や共済組合、企業の被保険者・組合員・従業員ご本人と、そのご家族を利用対象として、団体単位でご加入いただけます。

### 健康相談内容

- 健康づくり
- メンタルヘルス
- 妊娠・出産・育児等
- 家庭内看護・介護
- 医療機関案内

## 7. 特定保健指導サービス

### メタボリックシンドロームに着目した「特定保健指導サービス」でモチベーションアップ

「気づき」と「やる気」を引き出す

#### 初回面接

初回面接は、特定保健指導対象者がこれからメタボ改善に取り組むための第一歩。生活改善の重要性を十分に理解してもらい、着実に実行できる目標を設定します。

※初回面接のご案内文書の作成・発送、日程調整、申し込み受付等の代行もします。

#### ここがポイント！

- 個別面接で、面接時間は納得の「45分」
- 個々に継続支援のスケジュール表を作成します
- その場で、体重・腹囲を測定し、測定法のコツ等もアドバイス
- オリジナルテキストと使いやすい記録用ノートで改善をサポート

電話でのきめ細やかな

#### 継続支援

特定保健指導では、従来の保健指導とは異なり、専門の指導員が特定保健指導対象者と頻りにコンタクトを取りながら継続的にサポートすることが特徴です。「あれもダメ」「これもダメ」といった指導ではなく、対象者のライフスタイルに合わせて、実行しやすいように一緒に考えながらサポートします。

#### 継続支援のイメージ（積極的支援例）

電話により指導員と親密なコミュニケーションが図れるため、モチベーションの向上・維持にもつながります。



面接から2週間後～3か月

#### 電話アドバイス

行動計画の進み具合を確認し、対象者の状況や質問内容に応じてアドバイス



レポート提出（4週目、8週目、12週目等）



レポート確認

確認後、電話アドバイス



#### 電話アドバイス

行動計画の進み具合を確認し、対象者の状況や質問内容に応じてアドバイス

#### 追加の支援

継続支援の進み方が厚生労働省の定めた基準に満たない場合は、追加支援を行い、達成率の向上を図ります。



最終レポートの提出



6か月後 レポート確認

確認後、電話アドバイス 最終評価

（個々に継続支援のスケジュール表を作成します）

お問い合わせ先

---

**株式会社 NTTビジネスアソシエ東日本 営業推進部**

〒143-0016 東京都大田区大森北2-1-1 アーバンネット大森ビル

TEL 03-5767-8464

URL : <http://www.nttba-east.co.jp>

E-mail : [info\\_solution@nttba-east.co.jp](mailto:info_solution@nttba-east.co.jp)