

KIRIHARE for Business

オンラインカウンセリングの KIRIHARE
KIRIHARE

デジタルEAPプラットフォーム

～心の健康を大切にできる社会に～

心の健康を大切にできる社会のために生まれた**メンタル不調改善**プラットフォームです



目次

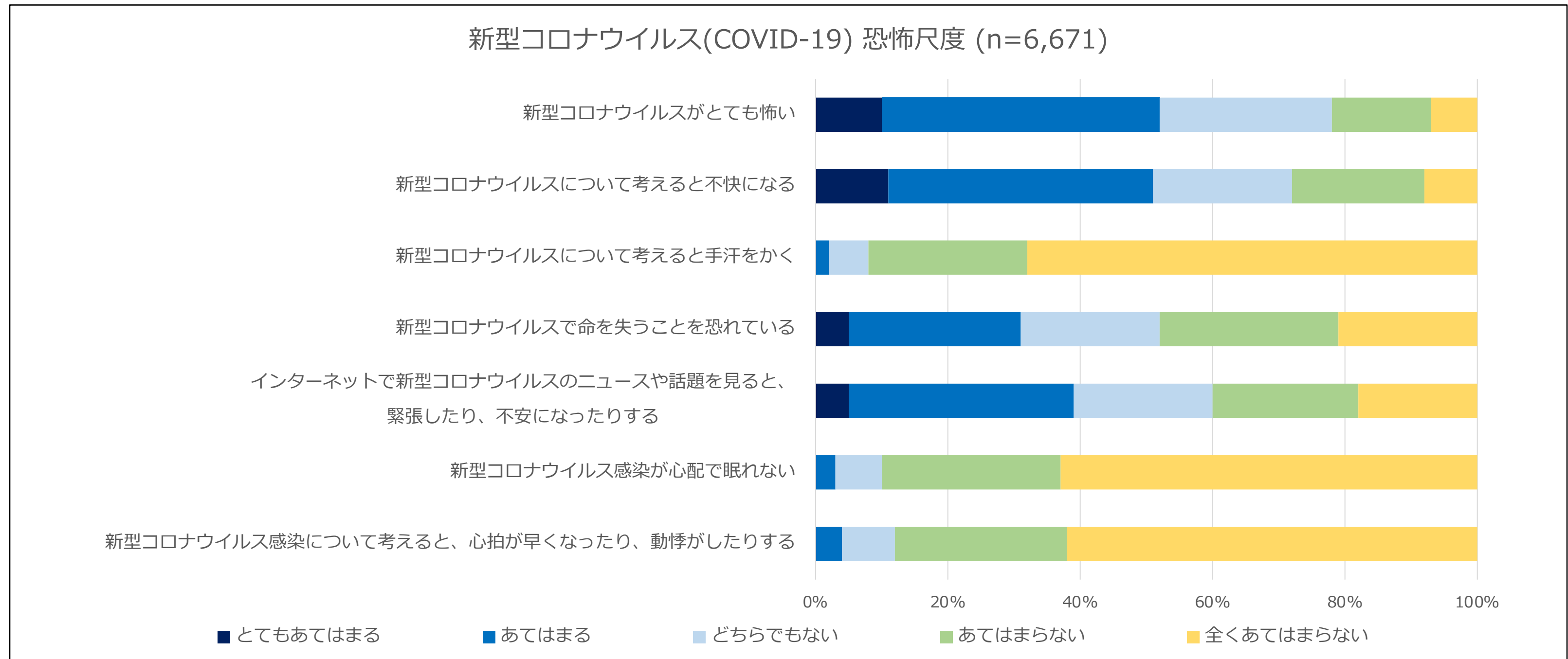
1. メンタルヘルスケアの必要性
2. KIRIHARE for Businessの特徴
3. KIRIHARE for Businessのご利用方法
4. KIRIHARE for Businessの機能概要
5. KIRIHARE for Businessの料金プランのご案内

1.

メンタルヘルスケアの必要性

メンタルに不調を及ぼす原因

業務とは直接関係のない「**社会情勢の変化**」を原因として、メンタル不調を引き起こすことがあります。



メンタルヘルスケアを怠る損失

従業員のメンタル不調を放っておくと・・・

- ・ 休職コストの増加 約 1,500 万円/年
- ・ 新規採用コストの増加 約 500 万円/年

そのほかにも・・・

- ・ 訴訟リスク
- ・ イメージダウン

独自でメンタルヘルスケアを行う難しさ

メンタルヘルス対策を企業が独自で対策することは困難。

専門家の不足

- 心の病気は仕事のストレスだけが原因で生じる訳ではありません。コロナに代表されるような社会情勢の変化、離婚や死別などの大きなライフステージの変化にも対応する必要があります。
- 心の不調は自分自身で気づくことが難しく、気づいたら手遅れになっていることもあり、不調の早期発見が大事になりますが、どのように検知すべきかなどの仕組みをゼロから考えるのは困難です。

社会のニーズ

- 厚生労働省の「労働者の心の健康の保持増進のための指針」では、包括的対応が必要になりますが、弊社サービスを活用することによって、自社での工数を大幅に削減できます。
- ハラスメント窓口の義務化(2022年4月より中小企業も義務化)

プライベートとの区分

- プライバシーやハラスメントに配慮しつつ、従業員のメンタルケアを行うことが難しい。(管理者(上司)が個々の社員の問題に踏み込めない)。
- 心の不調は、仕事の悩みだけではなく、プライベートの悩みと複合して発生する場合があります。

では、
具体的に何をすれば良いのか？

何をすればよいのか？

メンタルヘルス対策は、不調者だけではなく健康な方にも必要です。
ひとりひとりに合わせて、次の4つの対策を行います。



① 予防

風邪と同じで、健康管理を行うことで、メンタルヘルスの悪化も防ぐことができます。



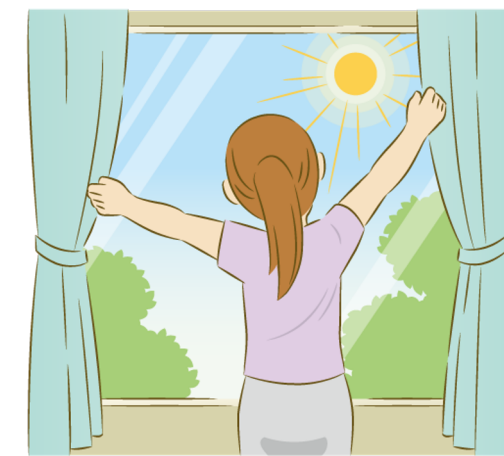
② 早期に気付く

自分のストレス状況について気付くことを促します。そのためには、**定期的**なチェックが必要です。また、自分がストレスが高い状態にあることに**気づく**しくみが必要です。



③ 早期介入

ストレスの高い状態になってしまった時、自分自身でストレスの高い状態にいることを**自覚**することは難しいものです。②で気づけない場合、第三者の目線で高ストレス状態であることを気づいてもらう仕組みが必要です。



④ 早期回復

高ストレス状態になってしまった場合、**早期の対応**が必要です。

メンタルヘルス対策のポイント

①主体的に個々人がメンタルヘルスを管理すること

多くの場合、早期に専門的な対応を受けた方が早く良くなります。

②個別対応の充実

職場環境の改善や職場内コミュニケーションの充実も大切ですが、メンタルヘルス対策は、ひとりひとりの状況に合わせた対応が必要です。

例)

風邪は、市販薬よりも医療機関の治療を受診したほうが早く治ることが多いです。
また、早期に受診することで重症化を防ぐことができます。

2.

KIRIHARE for Business の特徴

KIRIHARE for Businessのサービス

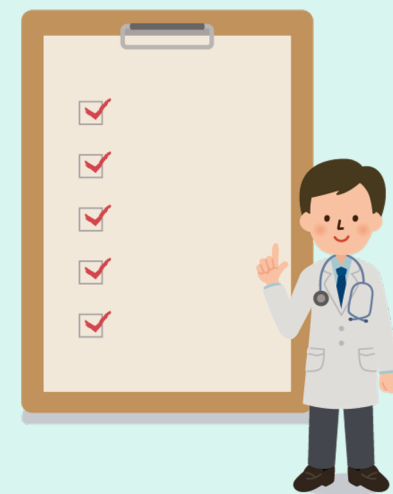
メンタルの予防から改善までトータルサポート

KIRIHARE for Businessでは、従業員の個々の状況に合わせた4つのメンタルヘルス対策サービスを提供し「早期対策」を実現します。



① 予防

- セルフケア用アプリケーション
 - ・ LINEアプリケーション
 - ・ iOS/Androidアプリケーション
- セルフケア用のコンテンツ（マインドフルネス等）の配信
- ヘルスケア用動画（自律訓練）



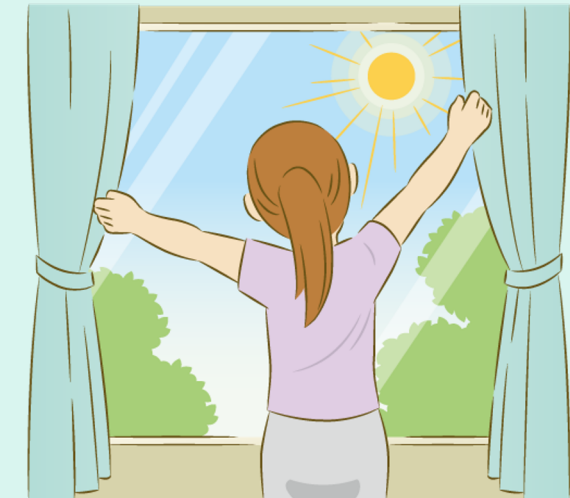
② 早期に気付く

- 心理テスト
 - ・ うつ
 - ・ ストレス
 - ・ 家族関係等
- ストレスチェック



③ 早期介入

- カウンセリングの定期的な提案
- 心の不調の相談
- LINEでのアセスメント
- ハラスメント相談

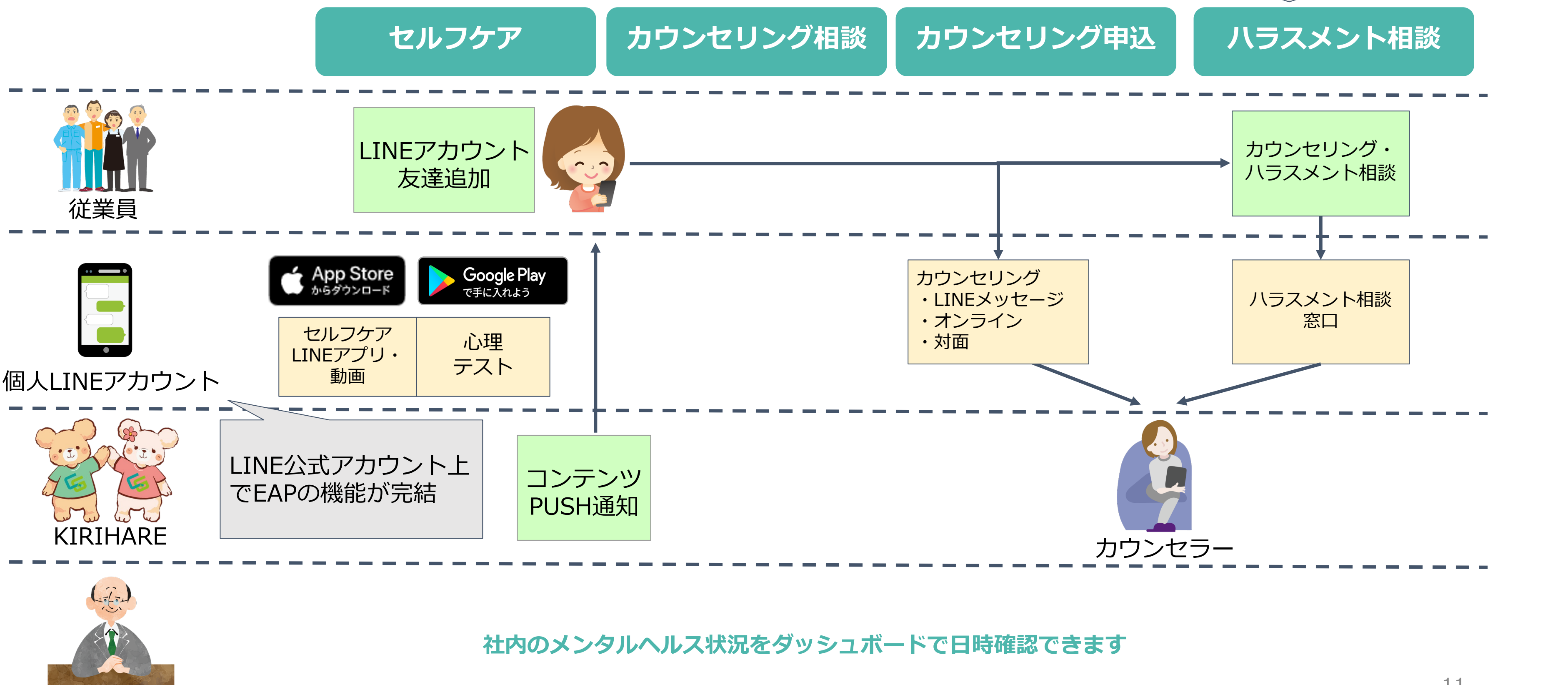


④ 早期回復

- 対面カウンセリング
- オンラインカウンセリング
- LINEメッセージカウンセリング

KIRIHARE for Businessの全体図

ヘルスケアスマートフォンアプリの表現に
(LINE公式アカウントからリンクが表示され
ます)iOSとAndroidストアを追加したいです



KIRIHARE for Business 4つの特徴

双方向 コミュニケーション

LINEプラットフォーム

- LINEのプラットフォームを利用することによって、カウンセリングの事前相談を行うことができます。また、セルフケアアプリの結果を通じて、必要な対処法をPUSH配信します。一方的なカウンセリングの申込ではなく、ひとりひとりに合わせた

継続したくなる 仕組み

心理テスト

- ストレスチェックは、定期的な診断によってストレスの推移を検討ことで、早期対応を可能にします。定期的な診断を促すため、ストレスチェックの質問は4つに厳選しています。
- 継続的に診断できるようにPUSH配信で利用者にストレスチェックの利用をご案内します。

心理安全性の配慮

LINEアカウントの利用

- 新しいプラットフォームに慣れる必要がなく、これまでの知人との会話の延長でオンラインカウンセリングを利用することができます。
- 個人のLINEアカウントを利用することで、従業員の方に匿名性が守られている安心感を与えることができます。

ワンストップ でのサービス提供

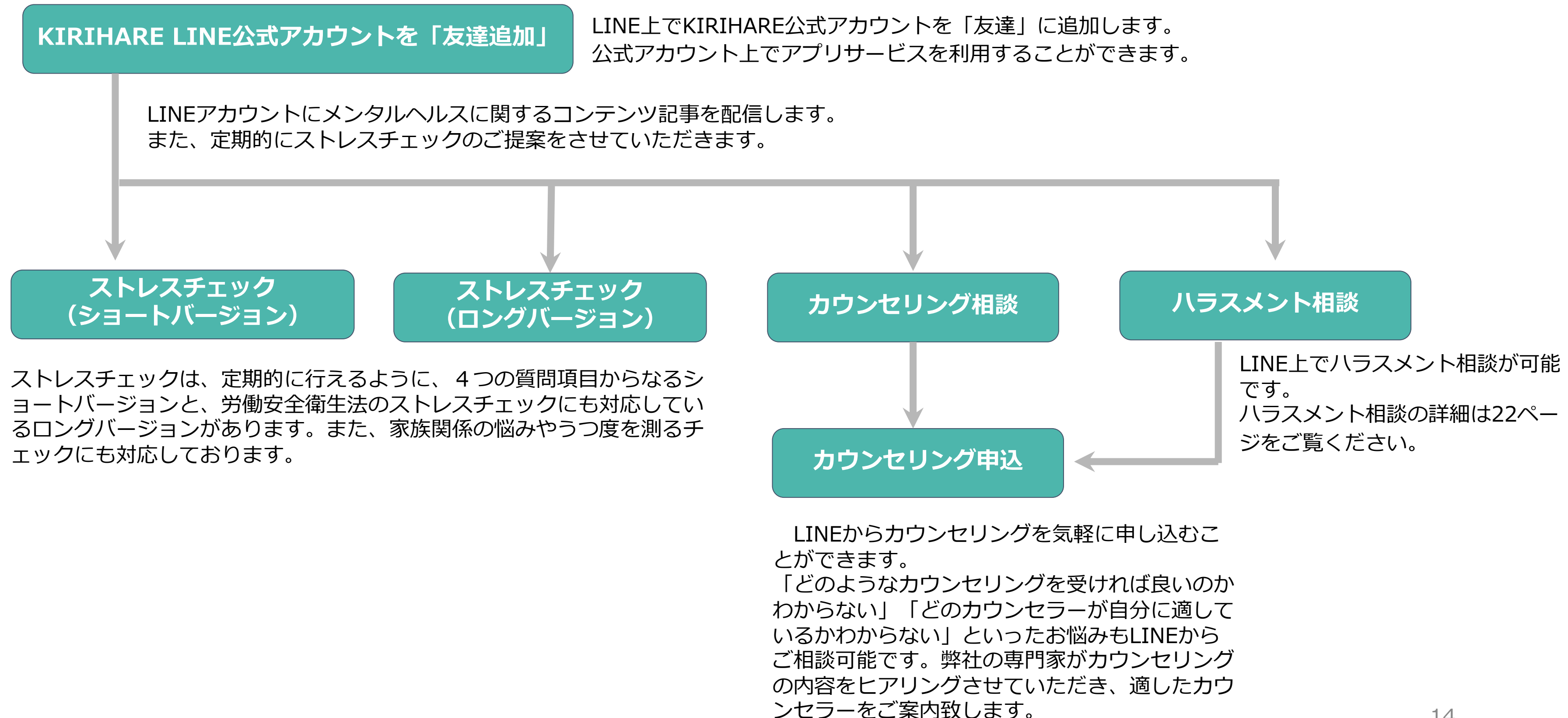
メンタルヘルス情報の共有

- セルフケアアプリとカウンセリング機能の両方があることによって、日頃のメンタルヘルスの状況をカウンセリング時に利用することができて、メンタル不調の回復を早めることができます。

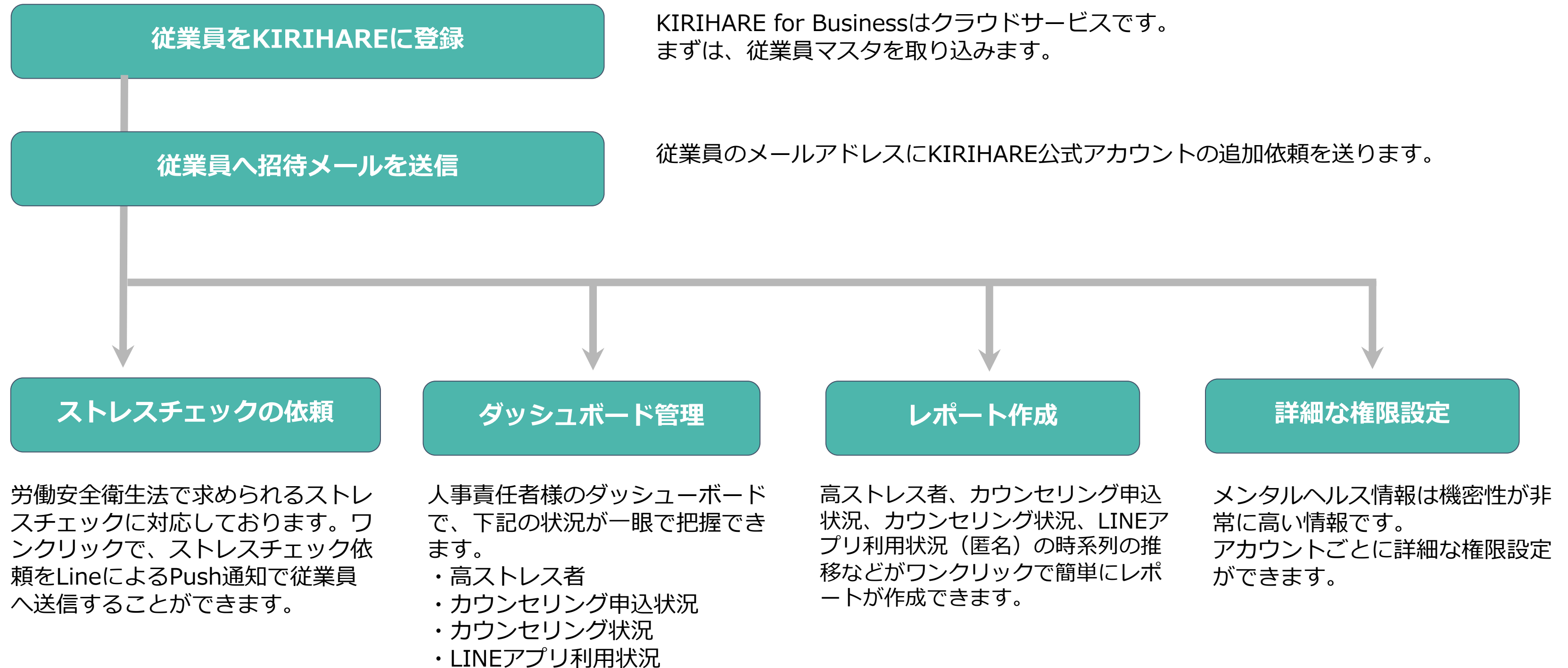
3.

KIRIHARE for Business ご利用方法

従業員の方のご利用方法



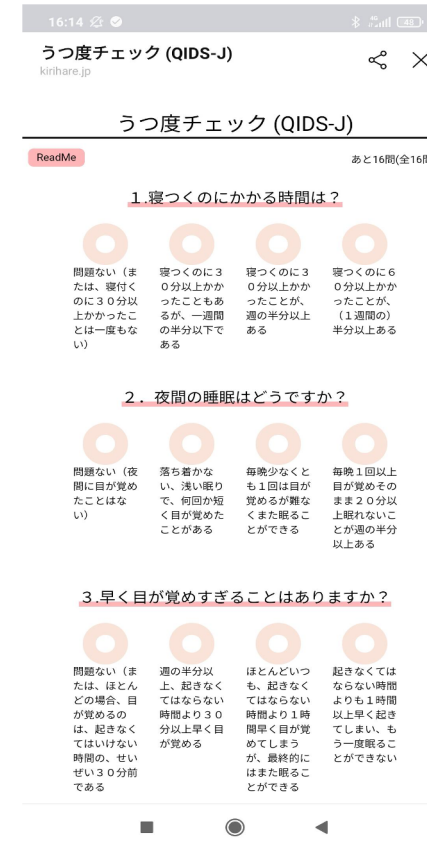
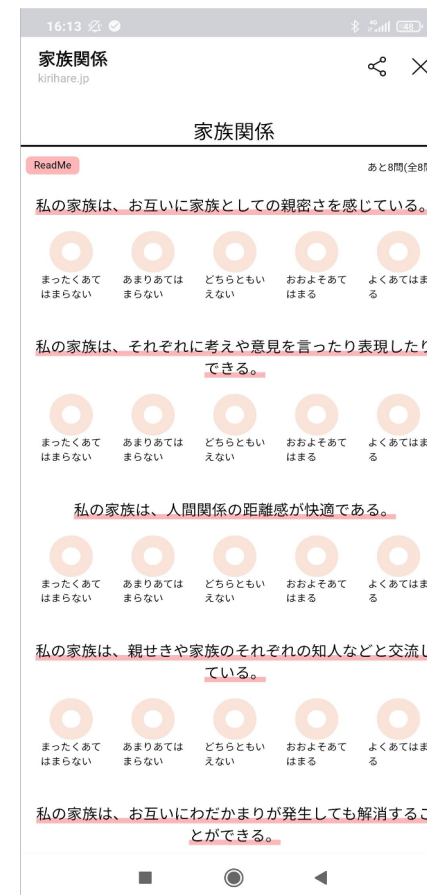
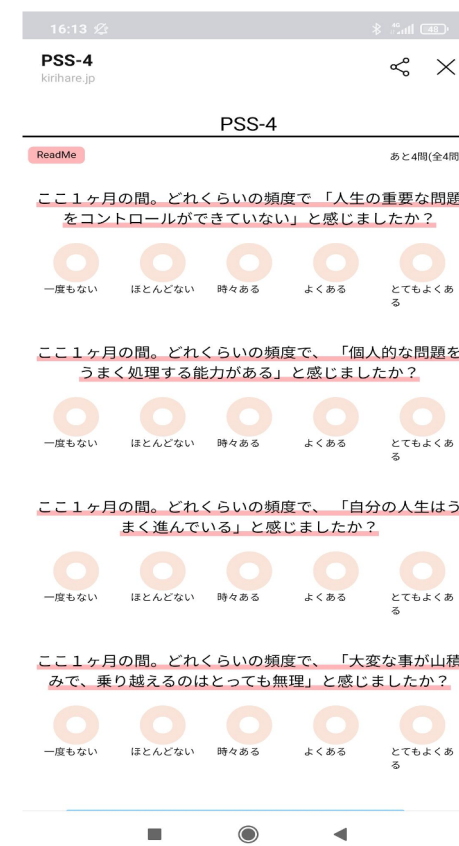
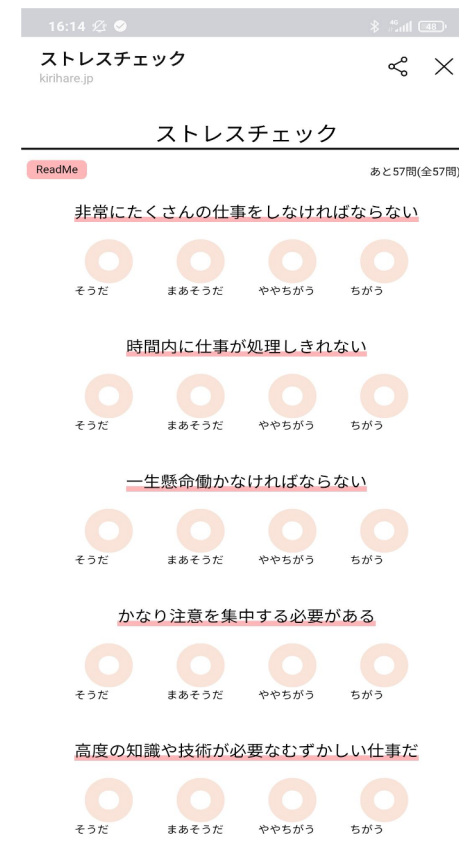
人事責任者の方のご利用手順



4.

KIRIHARE for Business 機能詳細

心理テスト機能



機能詳細

- メンタルヘルスを診断する4つの心理チェックをご用意しております。
- 従業員のご利用状況に合わせて適切なテストが、適時PUSH通知されます。

LINEセルフケアコンテンツ



KIRIHARE

2020年11月10日

マインドフルネス – ランチで心を整えよう

私たちの日常生活は様々な刺激やストレスにあふれています。

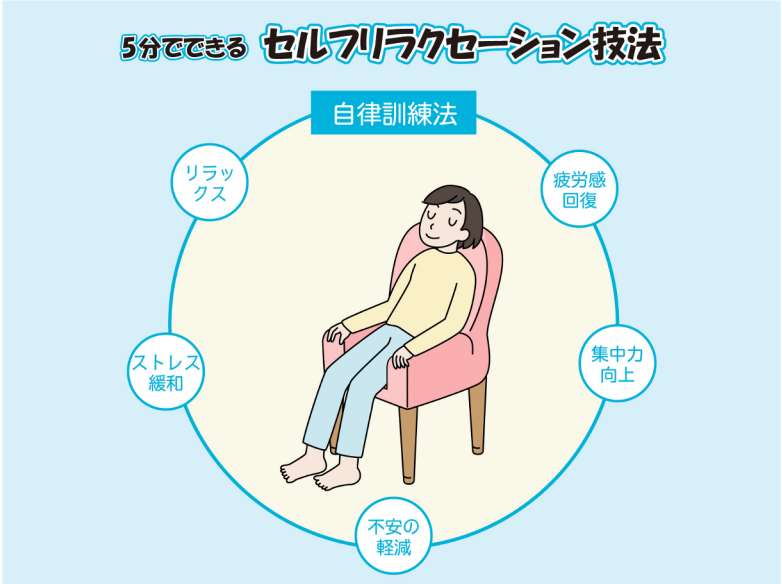
仕事だけではなく、対人関係、家事、子育て、ご近所づきあい、病気の治療など、必要なものばかりですが、あまりあわただしすぎるとストレスを感じてしまうこともあるはずです。

「マインドフルネス」は、近年注目されている心理療法の一つです。

もとをたどっていくと、「瞑想」など「禅」の際にみられる精神的な動きを分析して、私たちの日常に生かせるように宗教性を取り除いたものと言われています。

このコーナーでは、日常のなかのちょっとした工夫でストレスを緩和し、充実感を得られるポイントを1週間に一回のペースでお伝えしていくものです。

『KIRIHARE』では、「自律訓練法」の動画などもご紹介していますので、そちらにも取り組んでみる



コラム法

バランスのいい考え方を身に付けましょう

私たちの気持ちや行動は、その時に頭に浮かんだ「考え」（自動思考）によって影響されます。考え方のバランスをとる方法に、コラム法があります。ここで、その方法について説明することにします。私たちの気持ちや行動は、その時に頭に浮かんだ「考え」（認知）によって影響されます。つらい出来事があったとき、次のようなコラムを使って考えを整理していくことで、気分を改善し、対応策（これからのプラン）を考えることに役立ちます。

機能詳細

エビデンスに基づいたメンタルヘルスケアのために、セルフケアコンテンツを用意

- ① **マインドフルネス**
マインドフルネスのセルフケアを実践するコラム（週1更新）
- ② **自律訓練動画の配信**
自分でできるリラクゼーション技法の動画セッション
- ③ **LINEアプリケーション**
コラム法（認知心理学）による思い込みやマイナスの考え方を改める心理療法

※定期的に追加/入れ替えがございます。

コンテンツ配信



一行日記
(今の気持ちや体調を記録)



マインドフルネス
(集中・ストレス軽減)



自律訓練
(リラックス・ストレス軽減)



コラム法
(思考や状況を整理する)



KIRIHARE (従業員支援プログラム)

お疲れさまです ☕
コラムを読んで、ホッと一息つきませんか？

本日のテーマは...
- * - * - * - * - * - * - * - * - * - *
マインドフルネス - ランチで心を整えよう
- * - * - * - * - * - * - * - * - * - *

記事はこちらから
<https://kirihare.net/healthcare/2020/11/10/launch/>

機能詳細

メンタルヘルスケアのためのセルフケアコンテンツを定期的に配信しています。

- ① **マインドフルネス**
マインドフルネスのセルフケアを実践するコラムのPush配信
- ② **定期オンライン講座**
心の体調を整えるため、講師によるオンライン (Zoom) でのセッション

※現在準備中で、月2回程度を予定しております。
※定期的に追加/入れ替えがございます。

セルフケアコンテンツ スマートフォンアプリケーション

機能詳細

エビデンスに基づいたメンタルヘルスケアのために、セルフケアコンテンツを用意

① 一行日記

認知心理学に基づいた感情把握アプリケーション
(iOS/Androidアプリケーション)

◀ 2021年02月 ▶



今日の日記を書きましょう！

あなたの日記を白紙のままにしないでください。

今日は、2021年02月9日 (火)

2021年02月2日 (火)



普通

17時41分

普通



index



総計



登録



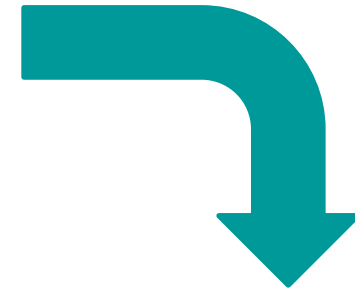
その他

カウンセリング機能

< > カウンセリングお申し込み  
https://kirihare.blob.core.windows.net



ご相談内容を入力してね



心や身体をケアするカウンセリング

45分 / 5,000円 認知行動療法・スキーマ療法対応
通常カウンセリング



南 亜衣 (みなみ あい)先生
得意分野：人間関係、生きづらさ、怒りのコントロール、子どもの
発達障害・不登校・問題行動、家族の認知症

カウンセリング数26,000件
催眠療法のカウンセラー
45分 / 8,000円 動的催眠
通常カウンセリング



桐田 友明 (きりた ともあき)先生
得意分野：産業カウンセリング、こころの
動的催眠技法

機能詳細

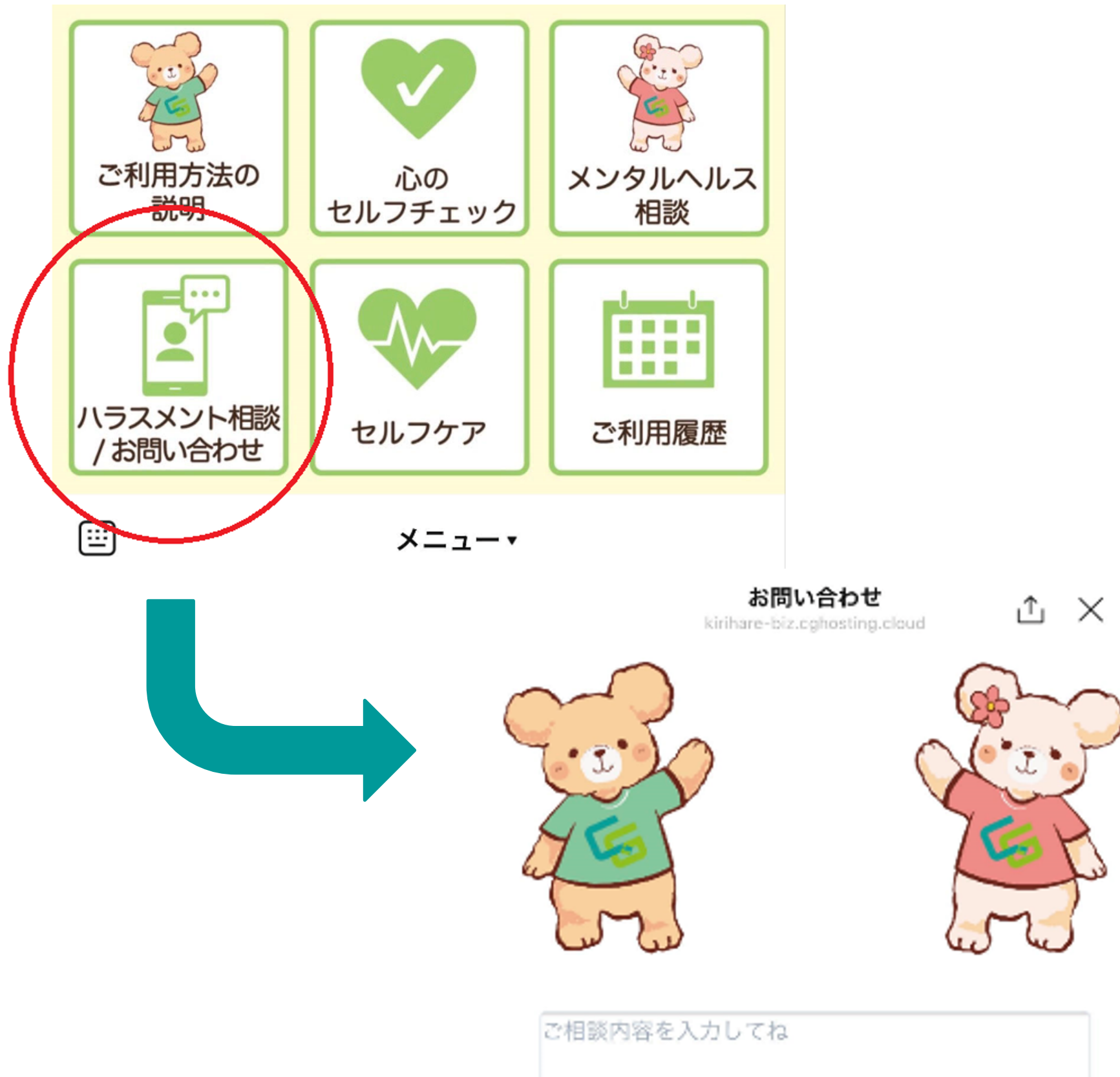
① 心理相談

- 従業員の方はいつでもLINEで心理相談をすることができます。
- ご相談は臨床心理士が対応し、適切なカウンセリング手法、カウンセラーをご提案致します。

② システムによるカウンセリングのご提案

- 従業員の方の心理チェックの結果などより、必要性があると判定された方へ、システムがPUSH通知にて都度、カウンセリングのご提案を行います。

ハラスメント対応機能



機能詳細

ハラスメント窓口

- LINEからハラスメントのご相談が可能です。
- チャットによる有人対応、Botによる無人対応から、ストレスが掛からない方法を選択できます。
- お問い合わせをいただいた後、弊社スタッフが問い合わせをされた方に必要であれば詳細な事実確認を行い、ご相談者の方がご希望された場合、人事責任者の方にシステムにて内容をご共有させていただきます。
- ご相談者の方がカウンセリングが必要と判断した場合には、カウンセリングのご案内をさせていただきます。

人事責任者向け ダッシュボード機能



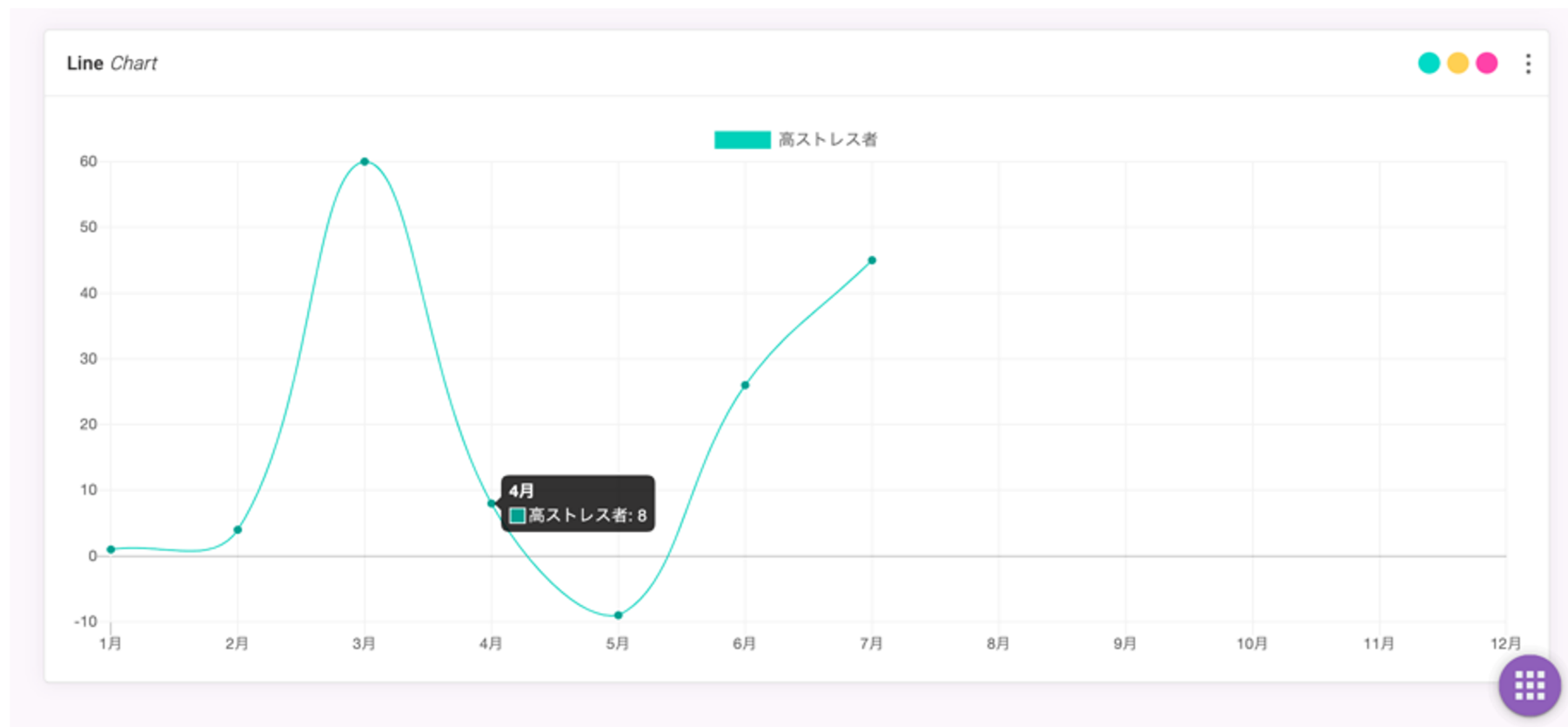
機能詳細

- ① **高ストレス者**
ストレスチェックで高ストレスと判定された、従業員の総計
- ② **カウンセリング**
 - 従業員が利用中のサービスが一覧で表示されます。カウンセリング状態などは守秘義務を守った範囲で進捗状況が表示されます。
 - カウンセリング相談を開始した従業員の従業員の総計が表示されます。
- ③ **ハラスメント**
ハラスメント相談を開始した従業員の総計が表示されます。
- ④ **カウンセリング中**
カウンセリング中の従業員の総計が表示されます
- ⑤ **メンタル不調者**
メンタル不調者の従業員の総計が表示されます
- ⑥ **LINEプラットフォーム利用者**
KIRIHAREの利用率が表示されます。

人事責任者向け機能 レポート作成機能

機能詳細

- ダッシュボード項目をグラフで表示し、報告用のレポートを作成することができます。



人事責任者向け ストレスチェック機能

ストレスチェック機能

従業員登録

エクセルで従業員を登録([テンプレートのダウンロード](#))

ファイルを選択 選択されていません

csvファイルで従業員を登録([テンプレートのダウンロード](#))

ファイルを選択 選択されていません

招待メール送信

従業員リストをExcelでダウンロード

従業員リストをCSVでダウンロード

従業員一覧

| 1 ページ中 1 ページ目 3 件中 1 - 3 を表示 | | | | | | | | |
|------------------------------|---------|----|----------------------------|--------|-----|-----|------------|------------|
| 従業員ID | お名前 | 性別 | メールアドレス | ログイン済み | 部署1 | 部署2 | 変更日 | 作成日 |
| | x | x | x | x | x | x | x | x |
| 1 | 様 氏 氏 1 | 女性 | cinohara.celia1@kirihiro.i | 1月1日 | | | 2021-02-09 | 2021-02-09 |

ストレスチェック > 実施計画一覧

実施計画一覧

新規作成

実施計画一覧

| 開始日 | 終了日 | ステータス | 実施者数 | 回答数 | 実施率 | 設定 | 産業医面談希望者一覧 | 集団分析 | 終了ボタン |
|------------|------------|-------|------|-----|------|----|------------|------|-------|
| 2021-02-01 | 2021-02-28 | 終了 | 4 | 1 | 0.25 | 設定 | 産業医面談希望者一覧 | 集団分析 | 終了 |

機能詳細

① 初回サポート / システム利用サポート

初回導入時に必要となる社員マスタ取込や、システムの使用方法などをサポート致します。

② 定着サポート

人事責任者の方の専用のユーザーサポート窓口をご提供致します。

③ ストレスチェックの実施サポート

ストレスチェックの実施依頼の送信

セキュリティ・権限機能

ユーザ情報変更 > 二段階認証の登録

二段階認証の登録

Google認証システムで以下のQRコードを読み込んでください。 [iOS](#) [Android](#)



生成されたワンタイムパスワードを入力してください。

送信

・ 2 段回認証

システム管理 > ログインユーザ..

ログインユーザ管理

| メールアドレス | ご担当者名（姓） | ご担当者名（名） | システム権限 | ストレスチェック権限 | 削除 |
|----------------------|----------------------|----------------------|--------|------------|-----------------------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | 管理者 | 管理者 | <input type="button" value="削除"/> |

ログインユーザ新規登録

・ 詳細な権限設定

5.

KIRIHARE for Business 料金プランのご案内

プラン別 機能案内

| | | | ※1 | ※1 | ※2 | ※2 | ※2 |
|----------------------|------------------------------|--------|-------------|---------|--------------|--------------|--------------|
| | | 無料プラン | ストレスチェックプラン | ミニマムプラン | KIRIHARE梅プラン | KIRIHARE竹プラン | KIRIHARE松プラン |
| ストレスチェック | ストレスチェックシステム利用 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 初期導入サポート | | ○ | | ○ | ○ | ○ |
| | ユーザーサポート | | ○ | | ○ | ○ | ○ |
| | 労働基準監督署に提出する書類の作成サポート | | ○ ※3 | | ○ | ○ | ○ |
| システムー式の利用
(名前ダサイ) | レポート | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | CSV出力 | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 権限管理 | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | ダッシュボード機能 | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| LINEアプリの利用 | 心理テスト (ストレステストロングver) | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 心理テスト (ストレステストショートver) | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 家族関係 | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 鬱度チェック | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 自律訓練動画 | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | マインドフルネス記事配信 | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| スマホアプリ | 1行日記 | 3ヶ月間無料 | | ○ | ○ | ○ | ○ |
| カウンセリング | ストレスチェックやアプリ結果に応じたカウンセリングの提案 | | | | ○ | ○ | ○ |
| | カウンセリング相談 | | | | ○ | ○ | ○ |
| | 適切なカウンセラーの提案 | | | | ○ | ○ | ○ |
| | LINEメッセージカウンセリング | | | | ○ (上限あり) | ○ (上限あり) | ○ (上限あり) |
| | オンラインカウンセリング | | | | ○ (上限あり) | ○ (上限あり) | ○ (上限あり) |
| | カウンセリングルーム (対面) でのカウンセリング | | | | ○ (上限あり) | ○ (上限あり) | ○ (上限あり) |
| ハラスメント対応 | ハラスメントに関する記事のPUSH配信 | | | | ○ | ○ | ○ |
| | ハラスメント窓口 (メール、チャット) | | | | ○ | ○ | ○ |
| | 事実確認 | | | | ○ | ○ | ○ |
| | (必要であれば) 責任者への事実共有 | | | | ○ | ○ | ○ |

※1
ストレスチェックとミニマムプランは併用可能です。

※2
LINEアカウントから、LINEメッセージカウンセリング、オンラインカウンセリング、対面でのカウンセリングの申込ができます。上限を超えた場合追加のお申込みも可能です。

※3
こちらは有料オプションです。詳細は、担当者へお尋ねください。

ストレスチェックプラン

KIRIHAREのストレスチェックプランでは、管理画面より以下のサービスがご利用いただけます。

ストレスチェック実施準備

- ・ 実施スケジュール設定
- ・ 受検対象者リストのインポート（Excel・CSV）
- ・ ストレスチェックが出来るLINEアカウントの招待メールを従業員へ一括送信

ストレスチェック実施

- ・ 従業員は、ご自身のタイミングでLINEでストレスチェックを受検
- ・ LINEで従業員にストレスチェック受検を促す一括PUSH配信
- ・ ストレスチェック未受検の従業員へのみ受検を促す自動通知の設定
- ・ （必要であれば）受検期間の延長を管理画面で簡単に変更可能

ストレスチェックプラン

ストレスチェック実施後

- ・ ストレスチェックの回答結果に応じて、医師面接対象者をシステム上で選定
- ・ 従業員は、LINEの結果通知画面より、医師面接希望を人事側へ申し出られる
(システム上でのコミュニケーションなので、直接的なやり取りをする必要なし)
- ・ 人事側は医師面接対象者より、面接希望した従業員の情報を取得
- ・ 管理画面のダッシュボードより、高ストレス者と判定された人数を把握
- ・ 管理画面にて集団分析結果の閲覧が可能
(管理画面へログインできる方が複数いる場合、結果の閲覧権限を設定できます)
- ・ 労働基準監督署に提出する書類の作成サポート (こちらは有料オプションです)

操作方法や設定の仕方等は、管理画面でもご確認いただけますが、
ご不明な場合は、KIRIHARE事務局へお問い合わせいただければ、担当者が
Zoom・チャット・電話・メールのいずれかでサポート致しますので、ご安心ください。

会社概要

会社名 : 株式会社KIRIHARE
設立 : 2015年12月17日
所在地 : 〒131-0032
東京都品墨田区東向島2-3-9-201
連絡先 : 0120-659-646
URL : <https://kirihare.jp/biz/#>

沿革

スマートフォンアプリケーションのベンチャー企業として開始

- 2019年5月1日「オンラインカウンセリングプラットフォーム KIRIHARE」を開始
- 2019年6月30日 **LINE公式アカウント上にオープン**
- 2019年9月1日 LINE公式アカウントの友だち数1500人を突破

デジタルメンタルヘルス事業

EAP事業



KIRIHAREの設計思想

① 既存のEAPサービスを再定義

- 他社が提供する多くのEAPサービスのビジネスモデルは「利用されなければ利用されないほど利益が出る」仕組みとなっていて、利用されないほど利益が出る。そのため、利用率の向上施策が十分ではありません。
- KIRIHAREでは利用率の向上をKPIとして、ご契約企業様ごとに利用率向上施策の運用を行っており、人事担当者様とご協力して定着サポートも行っております。

② DXに特化したサービス設計

- ストレスを感じるところから身体症状や精神症状が現れるまでには時間がかかります。この間のメンタルケアがとても大切になりますが、既存のEAPサービスでは、「症状が現れた後、従業員が相談する」というフローしかありませんでした。
- KIRIHAREでは心理テストやLINEでの双方向コミュニケーションを活用し、不調者だけでなく「心の不調予備軍」にまでアプローチし、状態が悪化する前に従業員のメンタルヘルスを改善します。

③ 従業員目線のサービス設計

- 心理テストや法対応のストレスチェックなどは、サービス提供事業者からすると「面倒」なものになってしまっています。
- KIRIHAREでは一方的に心理テストなどのサービスを提供するのではなく、「負担なく使ってもらえる仕組み」にこだわっています。

お問い合わせ

会社名 : 株式会社KIRIHARE
担当 : 佐藤 元輝
連絡先 : 0120-659-646
Eメール : support@kirihare.jp
URL : <https://kirihare.jp/biz/#>