

こころの“あんしん”プロジェクトでは 中小企業のメンタルヘルス対策支援の ための活用ツールをお届けしています

あんしん財団はメンタルヘルスカケアにおける一次予防を推進し、
 生き生きと働ける生産性の高い職場づくりのための情報を発信しています。



これらのツールを
 ホームページで
 公開中!

中小企業のメンタルヘルス対策をサポートするために発足した「こころの“あんしん”プロジェクト」。学校法人産業医科大学精神保健学研究室と共同開発した8つのツールを中心に、1次予防から3次予防まで取り組めるコンテンツを掲載しています。

中小企業経営者が直面しているメンタルヘルス対策の悩みにお答えしています!

近年、社会の急速な変化や将来への不安などによって、メンタルヘルス不調となる人が増えています。メンタルヘルス不調者の発生は特に中小企業の生産性や信用の低下に直結する問題であるため、困っている経営者も多いのではないのでしょうか。しかし、「メンタルヘルス対策の必要性はわかっている、具体的に何をすべきかわからない」。そんな経営者の声に応えるためにスタートしたのが、当法人による「こころの“あんしん”プロジェクト」。2015年にWEBサイトをオープンして以来、中小企業経営者・管理監督者・人事労務担当者の皆さまに向けてメンタルヘルス対策に関する情報やノウハウを幅広く発信してきました。

中でも好評をいただいているのが、学校法人産業医科大学精神保健学研究室と共同開発した「8つのメンタルヘルス対策支援ツール」です。全てのコンテンツが無料でご利用いただけます。メンタルヘルスカケア理解のためのアニメーション、セルフケアに役立つ標語を載せた週めくりカレンダーなど、1次予防に活用できるコンテンツを数多く配信しています。また、不調が出た際の対応手順や相談窓口の案内、不調を未然に防ぐために従業員の心の健康状態をチェックできるリストや、従業員が自らストレス状況に気付くためのセルフチェックシートも公開しています。さらに、産業医が伝えるセルフケアや、企業が直面しやすい問題の対処法をケース別に解説した専門家の各種セミナーやシンポジウムの記録など、多彩なコンテンツを掲載しています。

こころの“あんしん”プロジェクトは、これからも、そしていつも、中小企業の「こころの相談役」として、ますます難しくなるこころの問題に取り組んでまいります。

ホームページのツールはどなたでも利用できます



産業医が伝えるセルフケアのためのコンテンツ。また、メンタルヘルス不調となった事例を取り上げ、産業医と社会保険労務士などの専門家が対処法を解説するコンテンツも掲載しています。

※インターネットで検索を。

こころのあんしんプロジェクト
<https://www.anshin-kokoro.com>



お知らせ

DVD・小規模企業事業主向け『メンタルヘルスカケア啓発アニメ』の貸出しを行っています

メンタルヘルスカケアについての理解を深めるDVDの貸出しを行っています。詳しくは20ページをご覧ください。