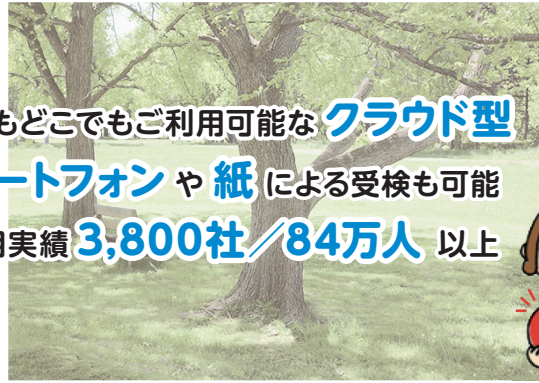


# 『ストレスチェック制度への対応』と『従業員のメンタルケア』をご支援します

じぶんでできる  
**Mental Care**

いつでもどこでもご利用可能な **クラウド型**  
**スマートフォン** や **紙** による受検も可能  
ご利用実績 **3,800社 / 84万人** 以上



## 製品概要

ストレスチェック制度の実施を支援するシステム と ストレス耐性を高める学習プログラムで、メンタルヘルス不調の発生予防を支援し、心豊かな社会の実現に貢献するクラウドサービスです。

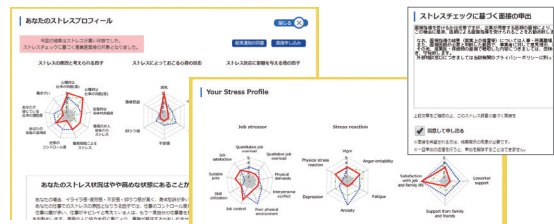
## 特長

### いつでもどこでも手軽にストレスチェック



クラウドサービスのため、パソコンやスマートフォンからオフィス、外出先など時間と場所を選ばずに、利用できます。紙による受検もでき、受検手段を選びません。また、英語による受検も可能です。

### その場でストレスチェック結果を確認



診断結果がすぐに表示されるため、簡単に自身のストレス傾向を把握でき、セルフケアに活用できます。高ストレス判定後は Web 上で面接申請ができるため、プライバシーを守りながら面接を促進可能です。

### 多角的な集団分析でストレス傾向を把握



制度に準拠した集団分析レポート作成機能により、部署別だけでなく、拠点別、年代別など、分析したい観点ごとにレポート作成が簡単にできます。また、当サービス独自の基準値と比較できます。（全国の年度別、産業分類別、地域別）

### セルフケア学習でストレスに強くなる



認知行動療法の考え方を活用したエビデンスのあるセルフケア学習プログラムで、ストレスに強い、バランスの取れた考え方を学べます。（東京大学 川上憲人教授監修）

販売価格

年額：400円～（1ユーザー）

商品番号 1002112 | じぶんでできるMentalCare