本ペーパーの掲載情報は、ウェルココWebサイト掲載情報と一部内容が異なる場合があります。

T-PEC相談窓口・カウンセリング

ティーペック株式会社

看護師や心理カウンセラー等の専門職を通じて、電話やWeb、対面、オンライン による相談・カウンセリングを提供します。

https://www.t-pec.co.jp/service/mental/

サービス分類・提供内容（選択式）			サービス概要・特徴（500文字以内）
体制・業務構築支援	産業保健体制構築支援		弊社では「こころ」と「からだ」に関わる様々な相談窓口やカウンセリングサービスを提供しています。 ●日常の健康サポート（24時間電話健康相談、チャットボット健康相談、海外医療総合サービス） ●メンタルヘルスサポート（メンタルヘルスカウンセリング、法律相談、定期訪問カウンセリング） ●受診・治療サポート（セカンドオピニオン手配、受診手配、専門医情報提供等の病気や治療の悩みに解決策を提案するサービス、がん治療と仕事の両立支援サービス） ●ストレスチェック・職場改善サポート（人事・労務ホットライン、職場のヘルスリテラシー向上研修、フォローアップ面談、マネジメントインタビュー） ●ハラスメント・コンプライアンスサポート（ハラスメント総合プログラム、コンプライアンス通報・相談サービス） ●治療と仕事の両立・職場復帰サポート（こころの専門医による復職判断のセカンドオピニオンサービス、がん治療と仕事の両立支援サービス、惨事のこころのケア（CISM）） ※サービスの詳細につきましては、弊社のホームページをご覧ください。
	健康経営推進支援		
	ストレスチェック制度対応支援		
	ハラスメント対策支援		
	過重労働対策支援		
	復職支援に係る体制・業務構築支援		
	人事・労務向けアドバイザリー		
調査・分析支援（人的支援）			
現状把握・分析システム	ストレスチェックシステム		
	パルスサーベイ・従業員意識調査		
	健康・労務データ統合分析システム		
組織づくり・職場環境改善	組織開発コンサルティング		
	管理職向け研修		
	従業員向け研修		
管理職向け個別支援			
従業員支援	相談窓口・カウンセリング	○	
	セルフケア研修		
	セルフケア支援アプリ		
	復職支援		

期待される効果		根拠の詳細		
【凡例*】◎:実証評価>○:導入企業の評価>●:理論的裏付け		導入企業の評価	理論的裏付け	実証評価
基盤整備	1．法制度対応			－
	2．制度・施策体系の整理			－
	3．人事・産業保健業務の効率化・負担減			－
	4．組織状況の把握			－
取組の普及・浸透	5．サーベイ受検率向上			
	6．相談窓口の利用率・認知率向上			
	7．プログラムへの参加率・利用率向上			
	8．不調の早期発見・対応			
	9．ヘルスリテラシー・意識向上			
	10．仕事のストレス要因低減			
	11．心理的安全性・上司のサポート力向上			
	12．周囲のサポート力向上			
心の健康・業務パフォーマンス	13．生活習慣の改善			
	14．健康状態・心理指標改善			◎
	15．アブセンティーイズム改善			
	16．プレゼンティーイズム改善			
	17．ワーク・エンゲイジメント向上			
	18．従業員エンゲージメント向上			
	19．労務指標改善（離職率、残業時間等）			

*ウェルココ上で掲載される際に複数の根拠がある場合は、凡例の優先順で表示されます。

導入企業の評価（500字以内）

理論的裏付け（500字以内）

実証評価

学術介入の有無	エビデンスの水準
学術研究機関等による科学的な効果検証	ランダム化比較試験（介入研究）

（学術介入有りの場合）氏名・所属・専門、掲載文献・発表した学会・演目名（500字以内）

東京大学大学院医学系研究科デジタルメンタルヘルス講座とティーペック株式会社は、共同研究の成果である「EAPプロバイダーが提供しているメンタルヘルスサービス評価尺度の開発」に関する発表を実施。

学会名：第32回日本産業ストレス学会（2024年12月13日（金）～14日（土））
場所：ウインクあいち（愛知県産業労働センター）
演題名：EAPプロバイダーが提供しているメンタルヘルスサービス評価尺度の開発
発表者、共同研究者氏名：矢野啓明1）、阿部桂大2）、中村雅子3）、飯田真子4)、今村幸太郎5）、櫻谷あすか5）、川上憲人5）
所属機関名：1）ティーペック株式会社　東京EAPセンター、2）ティーペック株式会社　大阪EAPセンター、3）ティーペック株式会社　商品・マーケット部、4）東京大学 大学院医学系研究科 精神保健学分野、5）東京大学 大学院医学系研究科　デジタルメンタルヘルス講座

実証評価の結果概要（500字以内）

弊社は東京大学大学院医学系研究科デジタルメンタルヘルス講座と共同でメンタルヘルスサービス評価尺度の開発に取り組み、利用者評価を数値化できる13項目で構成されたアンケートを開発しました。

【調査結果の概要】サービス利用者へアンケートを依頼し、評価尺度（13項目）、日本語版WHO-5精神健康状態表（５項目）、基本属性（３項目）の回答を得て、アンケート調査を実施しました。全体の「安心感、感情の安定」「問題の整理、振り返り、言語化」「問題解決」「受容」に関する項目の肯定的回答が75%以上とメンタルヘルスサービスに好印象をもっていること、また性別や年代別の回答傾向がわかりました。本アンケートの開発により、定量化が難しいとされている心理カウンセリング分野での客観的な効果測定が可能となります。またこの内容は東京大学のデジタルメンタルヘルス講座のWEBサイトにもお知らせとして掲載されており、「メンタルヘルスサービスの質を評価するために有効であると考えられる。」という結論に至りました。
掲載URL：https://dmh.m.u-tokyo.ac.jp/archives/782

T-PEC相談窓口・カウンセリング　ティーペック株式会社

様式5 実証評価

実証デザイン	介入・観察対象	当社では日常の健康サポート（24時間電話健康相談、チャットボット健康相談、海外医療総合サービス）やメンタルヘルスサポート（メンタルヘルスカウンセリング、法律相談、定期訪問カウンセリング）などの相談窓口・カウンセリングサービスを提供しております。2024年に心理カウンセリングサービス（電話、対面面談、オンライン）のサービスを評価するために、東京大学大学院医学系研究科デジタルメンタルヘルス講座と共同でメンタルヘルスサービス評価尺度の開発に取り組み、利用者評価を数値化できる13項目で構成されたアンケートを開発しました。 2023年2月～8月にティーペック株式会社が提供する電話および対面カウンセリングを利用した557名に対して携帯端末にアンケートを送信し、回答を得た70名（回答率12.6%）を分析対象とした。回答者の平均年齢は47.3歳（標準偏差=11.6）で、女性が57.1%であった。
	介入・要因	メンタルヘルスサービス評価尺度（13項目）、日本語版WHO-5精神健康状態表（５項目/信頼性・妥当性検証のため）、基本属性（３項目）の回答を得て、アンケート調査を実施した。
	比較対象	なし
	アウトカム	メンタルヘルスサービス評価尺度 •13項目で構成され、「安心感、感情の安定」、「問題の整理、振り返り、言語化」、「問題解決、考えや行動の 柔軟性向上」、「受容」、「リファー」、「満足度」に関する項目を含む。 •各項目は４件法（そうだ[3点]～ちがう[0点]）で質問され、得点範囲は0～39点となる。 •得点が高いほどメンタルヘルスサービスへの評価が高いことを示す。
	エビデンスの水準	ランダム化比較試験（介入研究）
学術介入	学術介入の有無	学術研究機関等による科学的な効果検証
	（学術介入有りの場合） 氏名・所属・専門、掲載文献・発表した学会・演目名	学会名：第32回日本産業ストレス学会（2024年12月13日（金）～14日（土））　場所：ウインクあいち（愛知県産業労働センター） 演題名：EAPプロバイダーが提供しているメンタルヘルスサービス評価尺度の開発 発表者、共同研究者氏名：矢野啓明1）、阿部桂大2）、中村雅子3）、飯田真子4)、今村幸太郎5）、櫻谷あすか5）、川上憲人5） 所属機関名：1）ティーペック株式会社　東京EAPセンター、2）ティーペック株式会社　大阪EAPセンター、3）ティーペック株式会社　商品・マーケット部、4）東京大学 大学院医学系研究科 精神保健学分野、5）東京大学 大学院医学系研究科　デジタルメンタルヘルス講座

該当する効果		
取組の普及・浸透	5. サーベイ受検率向上	
	6. 相談窓口の利用率・認知率向上	
	7. プログラムへの参加率・利用率向上	
	8. 不調の早期発見・対応	
	9. ヘルスリテラシー・意識向上	
	10. 仕事のストレス要因低減	
	11. 心理的安全性・上司のサポート力向上	
	12. 周囲のサポート力向上	
心の健康・業務パフォーマンス	13. 生活習慣の改善	
	14. 健康状態・心理指標改善	○
	15. アブセンティーイズム改善	
	16. プレゼンティーイズム改善	
	17. ワーク・エンゲイジメント向上	
	18. 従業員エンゲージメント向上	
	19. 労務指標改善（離職率、残業時間等）	

実証結果

◆実証評価
【アンケート回答サマリ】
•全体では、「安心感、感情の安定」「問題の整理、振り返り、言語化」「問題解決」「受容」に関する項目の肯定的回答75%以上だった。
•女性はすべての項目で肯定的回答が多く、男性は「安心感、感情の安定」および「問題の整理、振り返り、言語化」に関する項目と「満足度」のうち「また利用したい」「利用してよかった」で肯定的な回答の割合が高いなど評価に男女差があることがわかった。
•30代においてすべての項目で肯定的な回答の割合が75%以上であった。20代は肯定的な回答の割合が高い項目は「落ち着くことができた」「他人に話しにくい個人的な悩みや困りごとを話すのに役立った」のみで、肯定的な回答の割合はほかの世代より低く、特に「ストレスや困りごとを自分なりに対処できるようになった」は回答が16.7%と最も低い結果だった。
本アンケートの開発により、定量化が難しいとされている心理カウンセリング分野での客観的な効果測定が可能となります。
回答内容の詳細URL　https://www.t-pec.co.jp/news/newsrelease/2024-0508/

【結果まとめ】探索的因子分析の結果、第１因子の固有値が10.486、第２因子の固有値が0.631となり、１因子構造を採用した。各項目の因子負荷量は0.614～0.953、Cronbachのα＝0.978であった。１因子構造を想定した確認的因子分析の結果、SRMR＝0.030、TLI＝0.913、CFI=0.928、RMSEA=0.147、GFI=0.746、AGFI=0.645であった。MHSRSとWHO-5との相関係数はr＝0.63（p<0.01）であった。

【結論】本研究で新たに開発されたMHSRS は十分な内的信頼性を示し、回答者の精神健康状態とも正の関連性を示した。MHSRSは共分散構造モデルに検討の余地があるものの、メンタルヘルスサービスの質を評価するために有効であると考えられる。

上記内容は2024年12月に開催された第32回日本産業ストレス学会で共同研究成果として発表され、東京大学のデジタルメンタルヘルス講座のWEBサイトにもお知らせとして掲載されています。
掲載URL：https://dmh.m.u-tokyo.ac.jp/archives/782

該当する効果⇒14.健康状態・心理指標改善