

健康管理システムHealthCore

株式会社ヒューマネージ

<https://healthcore.humanage.co.jp/>

「フィジカル」「メンタル」「ソーシャル」3つの健康情報を一元管理。データに基づく根拠ある健康経営推進・健康課題解決を支援

提供可能エリア(可能エリアが青塗)

北海道	東北	関東	甲信越
北陸	東海	近畿	中国
四国	九州	沖縄	海外

提供可能法人規模(◎:実績あり、○:提供可)

50人未満	1,000人未満	10,000人未満	10,000人以上
◎	◎	◎	◎

サービスの目的・期待される効果

【凡例】◎:実証評価>●:理論的裏付け>○:ユーザー評価

基盤整備	法制度対応	○
	制度・施策体系の整理	○
	人事・産業保健業務の効率化・負担減	●
	組織状況の把握	●
取組の普及・浸透	サーベイ受検率向上	○
	相談窓口の利用率・認知率向上	—
	プログラムへの参加率・利用率向上	○
	不調の早期発見・対応	○
	ヘルスリテラシー・意識向上	◎
	仕事のストレス要因低減	○
	心理的安全性・上司のサポート力向上	●
心の健康・業務パフォーマンス	周囲のサポート力向上	○
	生活習慣の改善	○
	健康状態・心理指標改善	◎
	アブゼンティーズム改善	●
	プレゼンティーズム改善	●
	ワーク・エンゲージメント向上	◎
従業員エンゲージメント向上	—	
労務指標改善(離職率、残業時間等)	○	

サービスの概要・特徴

従業員の健康情報を手間なく一元管理し、一連業務の工数を大幅に削減できる健康管理システムです。健康状態を見える化し、企業の健康経営の推進を加速させます。

■担当者の業務工数を大幅に削減

有所見者の自動判定、就業判定から面談や二次健診の受診勧奨、労基署報告書の作成までを効率的に行うことができる。

タスクや実施状況をダッシュボードで把握可能。

■「多重リスク管理機能」で不調者をいち早くフォローアップ

ストレスチェックや残業時間等の健康データと掛け合わせて、不調リスク者を抽出可能。

■年間60万人以上の受検実績を誇るストレスチェック、エンゲージメントサーベイが標準搭載

・ストレスチェック：法定項目に加えて、ストレス反応を改善するための重要な要素“コーピング”と“レジリエンス”を測定可能。

・エンゲージメントサーベイ：組織資源だけでなく、エンゲージメントを高める個人特性である“ジョブ・クラフティング”を測定することで組織改善だけでなく人材育成としても活用できる。

・測定した結果を分析し、担当者・管理職向けの結果報告会を実施。また、従業員向けの研修動画やWEBラーニングの提供を行っている。

導入企業の評価

Healthcoreを導入したことにより、導入企業から以下のような評価をいただいている。

これまでは、ご担当者が約200名分の従業員の健康診断結果を手入力しており、作業効率が非常に悪く、本来注力すべき実施後のフォローまで手が回らないという課題があった。

導入後は、健康診断の結果を自動でデータ化できるようになり、データ化にかかる工数を従来の4分の1まで削減することができた。

また、健康診断とストレスチェックの結果を1つのシステムで一元管理できるようになったことで、両者のデータを掛け合わせた分析が可能となり、心身両面からフォローが必要な従業員や部署を把握し、個別対応ができるようになった。

さらに、従業員向けマイページを通じてリマインドや健康情報の発信を行うことで、セルフケアの促進や健康リテラシーの向上にもつながっており、現場からも高い評価を得ている。

健康管理システムHealthCore

株式会社ヒューマネージ

<https://healthcore.humanage.co.jp/>

理論的裏付け

採用している理論の概要

健康経営サーベイSeedsは、社員の心身の健康状態が業務パフォーマンスにどう影響するかを以下の理論に基づき科学的に分析。

- ・プレゼンティーズム理論：出勤しているが、心身の不調によりパフォーマンスが低下している状態
- ・アブセンティーズム理論：従業員が職場を欠勤する行動やその背景要因
- ・ソーシャル・ジェットラグ理論：平日と休日の睡眠リズムのズレが健康に悪影響を与える

また、“活性度”や“プレゼンティーズム損失額”を分析した「プレゼンティーズム評価分析レポート」を標準項目として搭載し、「睡眠」「運動習慣」「飲酒・喫煙」、そして「テレワーク」が、組織の生産性にどの程度、影響を与えているのか定量的に把握することが可能。

上記の項目は、健康経営優良法人認定における重要な指標の一つとなっているため、調査票記入への活用もできHealthcore利用企業における147社が健康経営度優良法人2025に認定された。（<https://hmi.page.link/LhxFSyPmtrK7d2w18>）

実証評価

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

学術研究期間等が介在しない独自の効果検証

エビデンスの水準

ランダム化比較試験

非ランダム化比較試験

単純前後比較などの準
実験的研究

コホート研究

横断研究または症例対
照研究

実証評価の結果概要

ストレスチェックCo-Laboの2年間の縦断研究では、認知による対処のストレス反応改善効果を三要因分散分析したところ、ストレスの程度に関わらず、認知コーピングの増加群は2年目のストレス反応の改善効果が、減少群は悪化傾向が認められた。本サービスを用いて、個人のコーピングを測定することで、コーピングが低い人はストレス反応が高まりやすいため、事前の学習やケアが有効とされる。

エンゲージメントサーベイQraftの分析では、ジョブ・クラフティングとエンゲージメントに強い相関（0.71）が認められ、この結果は、ジョブ・クラフティングが従業員のエンゲージメント向上に寄与する重要な要因であることを統計的に示している。

ストレスの状態に応じて、コーピングとジョブ・クラフティングを使い分けることで、より効果的なストレスマネジメントが可能となる。HealthCoreで標準搭載しているエンゲージメント・サーベイQraftでは、個人特性と組織資源の両面から心理的健康と業務パフォーマンスの向上を支援する。