

Smart相談室

株式会社Smart相談室

<https://smart-sou.co.jp/>

メンタル不調になる前に従業員をサポートするサービス

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	—
	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	○
	プログラムへの参加率・	—
	不調の早期発見・対応	—
	ヘルスリテラシー・意識	—
	仕事のストレス要因低減	—
	心理的安全性・上司のサ	—
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	—
	プレゼンティーズム改	○
	ワーク・エンゲージメン	—
従業員エンゲージメント	—	
労務指標改善 (離職率、	—	

サービスの概要・特徴

「Smart相談室」は、メンタル不調の未然防止を通じて企業の健康経営を支える、法人向けの社外相談窓口サービスです。誰もがいつでも気軽に、どんなことでも相談できる環境を整えています。カウンセリングや医師相談、ストレスチェック、ハラスメント窓口、コーチングや研修など人材育成まで幅広く支援。250名以上の専門家が在籍し、不調の芽を早期に解消することで、企業の健康経営と働く人の心の健康に貢献します。開発の背景には、代表・藤田の「不調になる前に相談できる仕組みが必要だ」という気づきがあります。メンタル不調経験者へのインタビューでも「早めに、なんでも相談できること」の重要性が明らかになり、このサービスが生まれました。モヤモヤや不安は誰にでも起こり得るもので、その多くは「個人の成長」と「組織の成長」のズレから生まれます。組織は直線的な成長を求め、個人の成長はライフイベントなどで揺らぎます。そのギャップが、心のバランスを崩す原因となるのです。Smart相談室は、個人が納得して選択できるように支援し、組織が多様な個人を支えられるよう伴走し、「個人の成長」と「組織の成長」が一致する未来を目指しています。

導入企業の評価

アンケートの対象：導入企業331社の従業員
 回答数：1195件
 実施時期、実施方法：2025年2月～6月、カウンセリング利用後に実施
 主な設問内容：「不安や悩みが原因で発揮出来る仕事の生産性が低下した」とした場合、Smart相談室を利用したことでのどの程度生産性が向上したか教えてください。」
 回答内訳：
 +10%の改善 414件 (34.64%)
 +20%の改善 250件 (20.92%)
 +30%の改善 157件 (13.14%)
 +40%の改善 116件 (9.71%)
 変化無し 258件 (21.59%)

不安や悩みが原因で発揮出来る仕事の生産性が低下した」とした場合、Smart相談室を利用したことでのどの程度生産性が向上したか教えてください。(n=1159)

改善率	件数	割合
+10%の改善	414	34.6%
+20%の改善	250	20.9%
+30%の改善	157	13.1%
+40%の改善	116	9.7%
変化無し	258	21.6%

Smart相談室

株式会社Smart相談室

<https://smart-sou.co.jp/>

理論的裏付け

採用している理論の概要

--

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入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

--