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。

アドバンテッジカウンセリング WEBパッケージ（中小企業向け）

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント

いつでも利用可能なWEB上でのカウンセリングをご提供し、中小企業様の1次予防、2次予防に寄与します。

https://www.armg.jp/mhlw/toughness-counseling/

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		「アドバンテッジカウンセリング WEBパッケージ（中小企業向け）」は、ストレスチェックやメンタル対策の一環として、安価な相談窓口体制の構築を目的に提供されるサービスです。WEBメールカウンセリングとオンラインカウンセリングの2つに絞り、人の介入を減らすことで導入しやすい価格を実現しています。WEBメールでは、当社カウンセラーの知識を学習したAIが対応し、安心感と気軽さを武器に一次・二次予防に貢献します。オンラインカウンセリングは、公認心理師・臨床心理士・産業カウンセラー・精神保健福祉士などの専門家が担当し、従業員は都合の良い時間に1on1で相談できます。両サービスとも外部機関による運用で匿名性が担保され、専門人材不足やコスト負担の課題を軽減しながら、必要に応じて医療機関との連携も視野に入れた対応が可能です。 また、相談内容のテーマについては制限はないため、「キャリアプランニング」「業務量」「業務の適性」「仕事上の人間関係」「ハラスメント」「プライベートの問題」だけではなく「漠然とした課題（将来、自分自身、現在かかえていることなど）」と様々なお悩みについてご相談いただくことが可能です。
	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）

個別顧客からの声としては下記のようなご意見が寄せられております。
■業種：ヘルスケア事業
■従業員規模：～100名
■評価コメント者の部署、役職：人事部　課長
■サービス利用者属性人数：全従業員対象
■サービス実施期間：2026年1月～3月
■その他実施条件等：特になし
■導入前の人/組織に関する課題：休職や退職の増加傾向、業務過多、長時間労働に対する対応がラインケアが中心となっており、相談先・受け皿の不足
■導入成果：利用者からは、自分自身の思考の癖に気づき、現在の状況を整理するための機会として大変有意義だったというコメントがありました。ライン以外のメンタルヘルスケアとして、気軽に相談できる制度として本サービスを活用いただくことで、休職や退職を未然に防ぐことや、プレゼンティーイズムの低下を防ぐことに繋げていけるのではないかと感じました。

理論的裏付け（500字以内）

カウンセリングでの介入手法はエビデンスベーストである認知行動療法（その流れより派生したACT、マインドフルネス含む）を第一選択としております。
認知行動療法はプレンティーイズムやアブセンティーイズムが改善される研究も多数発表されております。

実証評価

学術介入の有無	エビデンスの水準

（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）

実証評価の結果概要（500字以内）

アドバンテッジカウンセリング WEBパッケージ（中小企業向け）

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント

様式3 導入企業の評価

該当する効果		
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）	

実施概要・結果

■提供サービス内容：アドバンテッジカウンセリング WEBパッケージプラン
■サービス利用対象者属性：全従業員対象
■人数：～100名
■実施期間：2026年1月～3月
■利用頻度：WEBメール相談については利用の上限回数はなし
■その他実施条件：特になし

成果・評価コメント ※「該当する効果」との対応がわかるよう（ ）内に効果のNoを付記する

■導入前の人/組織に関する課題：導入企業の課題としては、休職や退職の増加傾向、業務過多、長時間労働に対する対応がラインケアが中心となっており、相談先・受け皿の不足がある状況だった。
■導入成果：導入企業の利用者からは、自分自身の思考の癖に気づき、現在の状況を整理するための機会として大変有意義だったというコメントがあったとのことです。ライン以外のメンタルヘルスケアとして、気軽に相談できる制度として本サービスを活用いただくことで、休職や退職を未然に防ぐことや、プレゼンティーイズムの低下を防ぐことに繋げていけるのではないかと感じたとご意見をいただいております。（8.10.17）
■2026年1月に導入開始だったが、導入時にオリエンテーションでID発行や相談方法などのシステム操作説明を実施し、気軽に相談をしていただけるとご案内したことで、説明後に利用してくださった従業員の方もいた。（6）

評価者情報

個社ごとの評価結果を根拠とする場合	企業名①		業種	サービス業（他に分類されないもの）
	部署名・役職		従業員規模	50人以上1,000人未満
	企業名②		業種	
	部署名・役職		従業員規模	
	企業名③		業種	
	部署名・役職		従業員規模	
	企業名④		業種	
	部署名・役職		従業員規模	
	企業名⑤		業種	
	部署名・役職		従業員規模	
複数社からのアンケート結果を根拠とする場合	アンケート対象及び回答社数			
	実施時期・方法			
	主な設問内容			

アドバンテッジカウンセリング WEBパッケージ（中小企業向け） **株式会社アドバンテッジリスクマネジメント**

様式4 理論的裏付け

該当する効果		
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）	

採用する理論的枠組みの概要　※「該当する効果」との対応がわかるよう（　）内に効果のNoを付記する

カウンセリングでの介入手法はエビデンスベーストである認知行動療法（その流れより派生したACT、マインドフルネス含む）を第一選択としております。認知行動療法はプレンティーイズムやアブセンティーイズムが改善される研究も多数発表されております。（10.17.18）

理論的枠組みの活用方法

・認知行動療法は、主に、うつ病や不安障害の治療に用いられてきた高い改善効果を有するとされる心理療法の一つであり、現在では教育やビジネス、スポーツなど多岐にわたる分野でも活用されています。
・オンラインカウンセリングにおいては、各種カウンセリングプログラムの設計と運用にあたり、認知行動療法の基礎理論および同療法で用いられる各種の技法を全面的に活用しています。
・例えば以下のようなプログラムです
・困りごとのケースフォーミュレーション作成や心理教育、行動活性化を組み合わせたメンタルヘルス支援（休復職者対応）
・個人の対人コミュニケーション力やストレス対処（セルフケア）力の向上を期待したプログラム
・「仕事上のストレス」と感じている事柄への認知変容を促し「仕事のやりがい」を一緒に見つけていくプログラム
・管理職の傾聴力や感情マネジメント力、アサーション力の向上を目指し、効果的なラインケアの実施を間接的に支援するプログラム
・認知行動療法の再発予防モデル（リラプス・プリベンション・モデル）にそって作成された禁煙プログラム

名称：認知行動療法
提唱者：アーロン・T・ベック（Aaron T Beck）
掲載文献等：
Beck, A. T., Rush, J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979).
Cognitive therapy of depression. New York: Guilford Press.
（ベック, A. T., ラッシュ, J ., ショウ, B. F., エメリー, G. 坂野 雄二（監訳）神村 栄一・清水 里美・前田 基成（共訳）
（2007）．うつ病の認知療法 岩崎学術出版社）