

ストレスチェックは実施したあとが一番大切です

新年号「令和」の発表と共に、新年度が始まりました。新入社員の方や春の人事異動などにより今までと違う環境に身を置く方が多いと思います。新しい環境では心身にストレスがかかり易いとされていますが、皆様はいかがでしょうか。



従業員が自らのストレスを把握する方法として代表的な物にストレスチェックがあげられます。しかし、MRC札幌にご相談に来る企業様からは「実施後の対応にどんなことが必要なのか」「せっかくのストレスチェックの結果をもっと効果的に活かしたい」とのご相談が多く寄せられています。

多くの企業ではストレスチェックを受検するだけで終わってしまっています。これでは、自分の状態がわかったとしても「そこから何をしたらいいのか」わからず、受検したままになるのは仕方がないことかと思えます。その状態から抜け出すために、受検後に医師や産業医のフォローが不可欠ではないでしょうか。

当社のストレスチェックでは医師による面接指導や、従業員の方が気軽に利用できるところとからだの相談窓口が一体化となっており、受検結果に関わらずメンタル面を中心にご相談頂けます。一人ひとりが自発的に相談しやすい職場体制を作ることが、今求められています。



昨年度から50名以上の企業様のみならず、企業体制を見直すことを考えた50名未満の企業様からのご相談も増えて参りました。人数が少ないと一人ひとりへの負担が多くなり、会社全体が疲弊してしまうことが予想されます。そうした50名未満の企業様にもストレスチェックは必要ではないでしょうか。

MRC札幌では、事業所の規模に係わらず皆様のご相談をお受けしております。生き生きとした職場環境のためにも、MRC札幌でのストレスチェックを考えてみませんか。

