

# 日本経済新聞

1月11日

金曜日

発行所 日本経済新聞社  
 東京本社 ☎(03)3270-0251  
 〒100-8066 東京都千代田区大手町1-3-7  
 大阪本社 ☎(06)6943-7111  
 名古屋支社 ☎(052)243-3311  
 西部支社 ☎(092)473-3300  
 札幌支社 ☎(011)281-3211

## 気分や体調 毎朝4つ回答

# 従業員の心の病兆候察知

## サーフボードクラウドで提供

ホームページ制作とシステム開発を手掛けるサーフボード(福井市)は従業員が日々の気分や体調を簡単な操作で入力するだけで、心理的ストレスの変化を時系列で把握できるクラウドサービスを開始した。経営者が従業員のうつなど心の病の兆候を早期にとらえることで発症を未然に防ぎ、人件費の増大につながる休退職を減らすのが狙い。主に中小企業を対象に社会保険労務士やカウンセラーを通じて売り込む。

毎日4項目の簡単な質問に答える

こころの天気図の質問項目

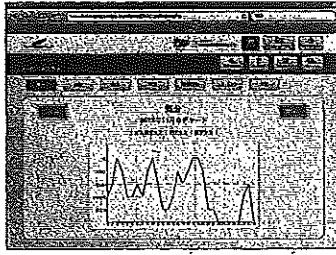
今日の気分は?  
 笑  ふつう  悲しい...

今日の体調は?  
 快晴  晴れ  曇り  曇り雨...

昨夜の睡眠は?  
 ぐっすり  適度に  やや少...

昨日の食欲は?  
 多い  やや多い  いつもの...

↓  
 プラフで結果が示される



サービスの名称は「こころの天気図」。従業員は毎朝パソコンやスマートフォン上のクラウドサービスで専用のページを開き、その日の体調と気分、睡眠量、食欲の4つの質問を5段階で入力する。作業は20〜30秒で完了する。

うつなどの症状を診断する場合、通常は簡易抑うつ症状尺度(QIDS-J)と呼ぶ16項目からなるテストを受ける。サーフボードでは日々、長期間継続できるように、県内大学の心理学科の教授陣や産業カウンセラーのアド

バイスを受けて、質問を4つに絞った。回答結果は合算され点数で表示される。データはカレンダー上でアイコンで示したり、折れ線グラフで表示したりして気分の変化を視覚的にとらえられる。

を部署単位で編集し、個別の従業員が心の病を発症する前に変化を察知する。部署別に従業員全員のデータを合算し、心の状態を「ほぼ正常」「注意」「警戒」の3段階に分け、グラフ化することも可能。性別や年齢別の報告書も作成できるようにした。これにより個別の部署が受けるストレスが急激に変化した時期も後から特定できる。

従業員は「健常者」であるとの前提で質問をするため、心の病の兆候が疑われた場合に「医師にかかるきっかけを見つけて、医療行為で対応する」と、サーフボードでは説明している。

今後の取り組みとして、うつ病特有のデータの動きをパターン化し、同じような動きが見られた場合には本人やカウンセラーに知らせる仕組みも盛り込みたい考え。

従業員1人当たりのサービス利用料は最低利用期間である半年間で1260円。三井物産子会社で健康相談サービスの提供を担う東京・千代田の試算では年収500万円の従業員が半年間休業するとほぼ同額の費用が余分にかかる。サーフボードの田嶋節和社長は「利用料は十分に元が取れる金額」と話す。初年度10社、3000人の利用者獲得を目指す。