

中災防

心とからだの 健康づくり事業

中災防は健康で働き続けることのできる
職場づくりを支援します



健康づくり・メンタルヘルス対策を推進する

研修会

事業場で行う健康教育・メンタルヘルス研修をサポートする

講師派遣

職場環境改善に活用する

ストレスチェックサービス

全ての働く人々に安全・健康を ~ Safe Work, Safe Life ~

JISHA 中災防

中央労働災害防止協会 健康快適推進部
〒108-0014 東京都港区芝5-35-2 安全衛生総合会館6階
TEL:03-3452-2517

中災防 健康づくり

検索

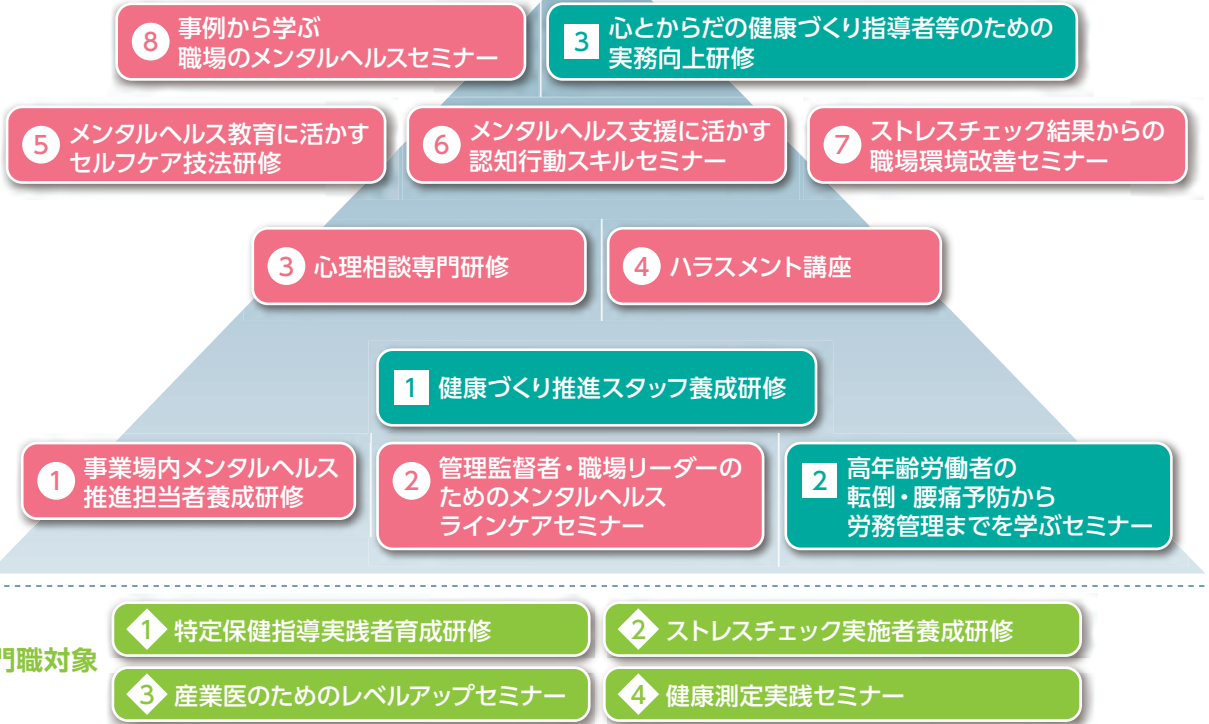


研修会

知識・スキルをさらに磨く

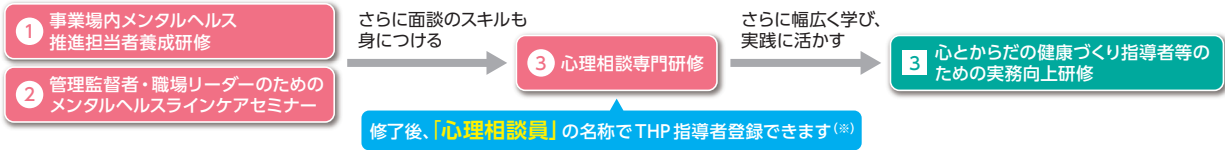
知識を深めて活動に活かす

健康づくり・メンタルヘルスについて理解する

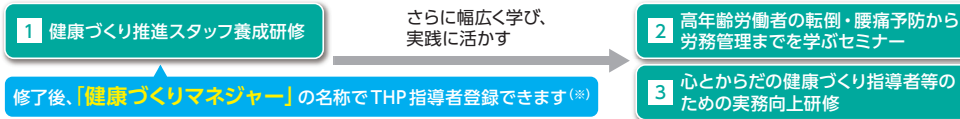


受講例

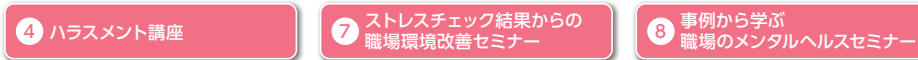
ケース1 管理職や職場のリーダーとして、部下や後輩のメンタルヘルスにきちんと対応できるようになりたい。事業場のメンタルヘルスの担当者になった。



ケース2 事業場の健康づくりを担当するにあたり、健康づくりに必要な知識や、どのように進めていくのか等を総合的に学びたい。



ケース3 ハラスメントが無くならず困っている。職場環境を改善したい。他の会社がどうしているのか知りたい。



※THP指導者登録のご案内

中災防では、1989年に心とからだの健康づくり指導者養成専門研修の修了者を対象にしたTHP (Total Health Promotion Plan) 指導者登録制度を創設し、現在およそ5,000人の指導者が中災防に登録して活躍中です。

登録のメリット

- **心とからだの健康づくり指導者の名称が使用できます**
対象となる研修会を受講後、申請を行うことでそれぞれの登録名称が使用できます。
- **心理相談員ロゴマークが使用できます**
THP指導者のうち、心理相談員に登録されると登録期間中は中災防心理相談員ロゴマーク(登録商標)**を名刺などに使用することができます。
- **登録証・登録カードを発行します**
登録された方には、THP指導者の名称が入った登録証及び登録カードを発行します。
- **心とからだの健康づくりに関する情報を提供します**
定期的に日ごろの活動に役立つ健康づくり関連の小冊子等を送付します。
- **割引価格で受講できます**
中災防が開催する各種レベルアップ研修が割引価格で受講できます。



***ロゴマーク

THP登録更新単位一覧 ◆登録有効期限は3年間で、更新に必要な単位は6単位です

単位数	研修名
5	1 事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修
1日: 4 半日: 2	2 管理監督者・職場リーダーのためのメンタルヘルス ラインケアセミナー(1日コース)(半日コース)
未定	4 ハラスメント講座
4	5 メンタルヘルス教育に活かすセルフケア技法研修
3	6 メンタルヘルス支援に活かす認知行動スキルセミナー
4	7 ストレスチェック結果からの職場環境改善セミナー
4	8 事例から学ぶ職場のメンタルヘルスセミナー(1日コース)
3	2 高齢労働者の転倒・腰痛予防から労務管理までを学ぶセミナー
各6	3 心とからだの健康づくり指導者等のための実務向上研修(A~Dコース)
5	1 特定保健指導実践者育成研修
3*	2 ストレスチェック実施者養成研修 *科目免除の場合は2
2	3 産業医のためのレベルアップセミナー
3	4 健康測定実践セミナー
2	転倒災害防止のための身体機能向上セミナー
1	働く人の健康づくりオンラインセミナー

メンタルヘルス

① 事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修 2日 [中小規模事業場割引サービス対象]

東京 仙台 水戸 千葉 名古屋 金沢 大阪 神戸 広島 福岡 熊本

ストレスやメンタルヘルスケア、心身医学に関する基礎知識、メンタルヘルス教育や職場復帰支援の進め方、関係者との連携など、メンタルヘルス対策を進める上で必要な知識を包括的に学ぶ研修です。

厚生労働省が定める「労働者の心の健康の保持増進のための指針」では、職場のメンタルヘルス対策を進めるために、「事業場内メンタルヘルス推進担当者」を選任することが規定されています。

※本研修および「②管理監督者・職場リーダーのためのメンタルヘルス ラインケアセミナー（1日コース）」を修了することで、「③心理相談専門研修」の受講資格を取得できます。



対象 事業場内でメンタルヘルスケアを推進する方、人事・労務担当者、衛生管理者等の産業保健スタッフ 等

参加費 賛助会員 36,630円 一般 40,700円 *中小規模事業場割引料金はホームページをご確認ください。

日程・会場	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第51回	第52回	第53回	第54回	第55回	第56回
	5月30日(木)~31日(金)	6月26日(水)~27日(木)	7月8日(月)~9日(火)	7月23日(火)~24日(水)	9月3日(火)~4日(水)	10月30日(水)~31日(木)	7月11日(木)~12日(金)	7月25日(木)~26日(金)	11月6日(水)~7日(木)	11月19日(火)~20日(水)	2月6日(木)~7日(金)	2月6日(木)~7日(金)
	東京	大阪	東京	名古屋	東京	大阪	熊本	広島	福岡	千葉	神戸	水戸

*第51回～第56回は各都府県労働基準協会連合会等の協力開催

② 管理監督者・職場リーダーのためのメンタルヘルス ラインケアセミナー

1日 東京 名古屋 大阪 広島 福岡

半日 名古屋 金沢

管理監督者(上司その他労働者を指揮命令する者)や職場リーダーが部下の不調に速やかに気づき、適切に対応できるよう、傾聴のロールプレイや事例検討を通じて学びます。



※本研修の1日コースおよび「事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修」を修了することで、「心理相談専門研修」の受講資格を取得できます。

対象 管理監督者、人事・労務担当者、安全衛生担当者、産業保健スタッフ 等

日程・会場	1日
	第1回 5月21日(火) 東京
	第2回 7月2日(火) 名古屋
	第3回 9月20日(金) 大阪
	第4回 10月9日(水) 東京
	第5回 11月19日(火) 広島
	第6回 12月6日(金) 福岡
	第7回 1月22日(水) 東京
	第8回 2月17日(月) 名古屋

半日

第1回	5月15日(水)	名古屋
第2回	9月5日(木)	金沢
第3回	10月23日(水)	名古屋

参加費 1日: 賛助会員 20,790円 一般 23,100円
半日: 賛助会員 13,860円 一般 15,400円

③ 心理相談専門研修



動画事前学習 5.5時間 集合研修 2日間

東京 名古屋 大阪 広島 福岡

ストレスに対する気づきの援助や、相談対応に必要な技法を学びます。労働者の身近な相談相手となり、働きやすい職場づくりを推進していく人材となることを目指します。



※本研修の修了者は、**心理相談員**の名称で指導者登録できます。

受講資格 衛生管理者、保健師、看護師、産業カウンセラー、認定心理士、公認心理師、社会保険労務士、キャリアコンサルタント

中災防「事業場内メンタルヘルス推進担当者養成研修」および「管理監督者・職場リーダーのためのメンタルヘルス ラインケアセミナー（1日コース）」の修了者 ほか

※詳細はホームページをご確認ください。

日程・会場	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回	第13回	第14回
	4月20日(土)~21日(日)	6月13日(木)~14日(金)	6月17日(月)~18日(火)	7月13日(土)~14日(日)	8月29日(木)~30日(金)	10月10日(木)~11日(金)	10月17日(木)~18日(金)	10月24日(木)~25日(金)	10月28日(月)~29日(火)	11月21日(木)~22日(金)	12月13日(金)~14日(土)	3月6日(木)~7日(金)	3月10日(月)~11日(火)	3月13日(木)~14日(金)
	東京	大阪	東京	名古屋	東京	福岡	名古屋	広島	東京	大阪	東京	大阪	東京	名古屋

参加費 賛助会員 44,550円 一般 49,500円

*参加費はいずれも資料代・消費税10%を含みます。

*日程・会場は予告なく変更する場合があります。開催地ごとの会場など最新情報はホームページをご確認ください。

メンタルヘルス

4 ハラスメント講座 1日

東京 オンライン

ハラスメントに関する最新トピックスを、経験豊富で多くの事例を知る講師が分かりやすく解説します。

※詳細はホームページをご確認ください。



対象 人事・労務担当者、管理監督者、企業のハラスメント対応者 等

日程・会場 第1回 9月10日(火) 東京・オンライン
第2回 12月4日(水) 東京・オンライン
第3回 3月6日(木) 東京・オンライン

参加費 未定

5 メンタルヘルス教育に活かすセルフケア技法研修 1日

東京 名古屋

認知行動スキルやリラクゼーションなどのセルフケア技法の体験や演習を通じて、セルフケア研修(集団教育)を企画・実施するためのポイントを学びます。



対象 産業保健スタッフ、心理相談専門研修修了者、事業場内でメンタルヘルスケアを推進している方 等

日程・会場 第1回 7月12日(金) 東京
第2回 12月2日(月) 東京
第3回 12月17日(火) 名古屋

参加費 賛助会員 18,810円 一般 20,900円

6 メンタルヘルス支援に活かす認知行動スキルセミナー 1日

東京 名古屋

認知行動療法の基本と各種スキルを学ぶとともに、面接場面の事例検討やロールプレイ実習を通じて面接法への理解を深めます。認知行動療法の専門家から直接学べる貴重な機会です。



対象 メンタルヘルス教育担当者、保健師、看護師、衛生管理者、THP指導者等で、メンタルヘルス支援のため認知行動スキルを活用しようとする方

日程・会場 第1回 8月23日(金) 東京
第2回 12月9日(月) 東京
第3回 12月12日(木) 名古屋

参加費 賛助会員 16,830円 一般 18,700円

7 ストレスチェック結果からの職場環境改善セミナー 1日

東京 名古屋 大阪

ストレスチェック結果や集団分析結果をうまく活かしていない事業場が多くあります。

本セミナーでは、結果の見方と活用の仕方、職場環境改善の進め方を学び、実習を通じて改善計画書の作成も行います。



対象 人事・労務担当者、衛生管理者・保健師等の産業保健スタッフ、事業場内でメンタルヘルスケアを推進している方、管理監督者 等

日程・会場 第1回 7月2日(火) 東京
第2回 8月7日(水) 名古屋
第3回 10月7日(月) 東京
第4回 12月20日(金) 大阪

参加費 賛助会員 21,780円 一般 24,200円

8 事例から学ぶ職場のメンタルヘルスセミナー 1日

東京 オンライン

本セミナーでは、「知りたい」「聞いてみたい」とのお声をいただいたテーマを取り上げます。

さまざまな事例や、参加者相互の情報交換を通じて、適切な対応方法について考えます。

※詳細はホームページをご確認ください。



対象 総務・人事・労務担当者・産業保健スタッフ、事業場内でメンタルヘルスケアを推進している方 等

テーマ 大人の発達障がい(仮)

日程・会場 第1回 6月25日(火) 東京・オンライン

上記のほか、世代間の円滑な人間関係構築(仮)のテーマ等を計画中です。

参加費 賛助会員 23,760円 一般 26,400円



健康づくり

1 健康づくり推進スタッフ養成研修

動画事前学習 6.5 時間 集合研修 2 日間 東京 大阪

睡眠、食生活、口腔健康、飲酒他、健康づくりに関する基本知識や、健康づくり活動の計画作成など、事業場の健康づくりや健康経営を進める上で必要な知識を学びます。企業の事例紹介や集団教育プログラムの作成実習など、健康づくり計画の企画に役立つ内容です。



※本研修の修了者は、健康づくりマネジャーの名称で指導者登録できます。

対象 職場の健康づくりを推進する方、人事・労務担当者、衛生管理者等の産業保健スタッフ 等

日程・会場 第 1 回 8 月 5 日(月)～ 6 日(火) 東京
第 2 回 10 月 10 日(木)～ 11 日(金) 東京
第 3 回 12 月 3 日(火)～ 4 日(水) 大阪
第 4 回 2 月 17 日(月)～ 18 日(火) 東京

参加費 賛助会員 42,570 円 一般 47,300 円

2 高齢労働者の転倒・腰痛予防から労務管理までを学ぶセミナー 1 日

東京

加齢に伴う心身機能の変化とそれに伴うリスク、安全で健康に働ける職場づくり、健康体力を維持・向上する取り組みのほか、安全衛生管理面からみた人事・労務管理も含めて、高齢労働者がいきいき働くために知っておきたい知識・対応を学びます。



対象 総務・人事・労務担当者、安全衛生担当者、衛生管理者、産業保健スタッフ 等

日程・会場 第 1 回 6 月 20 日(木) 東京
第 2 回 2 月 3 日(月) 東京

参加費 賛助会員 21,780 円 一般 24,200 円

3 心とからだの健康づくり指導者等のための実務向上研修 1 日

東京 札幌 仙台 名古屋 金沢 大阪 広島 福岡

心とからだの健康づくりについて、さらに幅広い知識を学ぶレベルアップのための研修です。

A コース：新しい健康づくりのための身体活動・座位行動指針の概要、“身心”の自己調整

B コース：女性が生き生き働ける職場づくり、科学的根拠に基づく産業保健活動

C コース：休み方と働き方の好循環づくり、チーム力を高める心理的安全性の作り方

D コース：こころの応急処置、若年層からのフレイル予防

※開催日程ごとにテーマが異なります。コース内容・会場等はホームページをご確認ください。

※日本医師会認定産業医制度 指定研修会となっています。



対象 心とからだの健康づくり指導者養成専門研修の修了者

日程・会場	第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 5 回	第 6 回	第 7 回	第 8 回	第 9 回	第 10 回	第 11 回	第 12 回	第 13 回	第 14 回	第 15 回	第 16 回	第 17 回	第 18 回	第 19 回	第 20 回	第 21 回	第 22 回	第 23 回	第 24 回	第 25 回	第 26 回	第 27 回
	5 月 20 日(月) A 東京	5 月 24 日(金) A 大阪	6 月 12 日(水) C 東京	6 月 15 日(土) A 名古屋	7 月 19 日(金) C 大阪	7 月 22 日(月) B 東京	8 月 2 日(金) B 福岡	8 月 7 日(水) C 仙台	8 月 23 日(金) B 大阪	9 月 6 日(金) B 金沢	9 月 19 日(木) C 名古屋	9 月 20 日(金) B 東京	10 月 4 日(金) C 広島	10 月 6 日(日) A 東京	10 月 17 日(木) C 大阪	10 月 25 日(金) C 福岡	11 月 8 日(金) D 札幌	11 月 9 日(土) D 東京	11 月 25 日(月) C 東京	1 月 16 日(木) A 広島	1 月 24 日(金) A 大阪	2 月 6 日(木) A 仙台	2 月 7 日(金) D 福岡	2 月 14 日(金) D 東京	2 月 21 日(金) A 名古屋	3 月 7 日(金) C 東京	3 月 19 日(水) D 大阪

参加費 賛助会員 21,780 円 一般 24,200 円

4 【THP 登録者限定】働く人の健康づくりオンラインセミナー 90 分

オンライン

THP 登録者が、現場で役立つ知識を気軽に短時間で得られるよう、オンラインで開催するセミナーです。

※開催日程やテーマについては、ホームページをご確認ください。



対象 THP 登録者

参加費 5,940 円

専門職対象

1 特定保健指導実践者育成研修 2日 ～保健指導実施者初任者・経験者向け～

東京 大阪

本研修は「健診・保健指導の研修ガイドライン(令和6年度版)」に基づく研修です。特定保健指導における基本的な考え方と具体的な支援の方法を、演習も含めて学びます。



受講資格 医師、保健師、管理栄養士、看護師、その他専門的知識および技術を有すると認められる方
※詳しくはホームページをご確認ください。

日程・会場

第1回	7月29日(月)～30日(火)	東京
第2回	8月1日(木)～2日(金)	大阪
第3回	11月7日(木)～8日(金)	東京
第4回	2月6日(木)～7日(金)	東京
第5回	2月20日(木)～21日(金)	大阪

参加費 賛助会員 28,710円 一般 31,900円

2 ストレスチェック実施者養成研修 1日

東京 大阪

本研修を受講することで、歯科医師、看護師、精神保健福祉士、公認心理師の方もストレスチェック実施者になることができます。



受講資格 歯科医師、看護師、精神保健福祉士、公認心理師 ほか
※詳しくはホームページをご確認ください。

日程・会場

第1回	9月6日(金)	大阪
第2回	11月18日(月)	東京

参加費 賛助会員 15,840円 一般 17,600円
※科目免除や、科目免除の際の参加費については、ホームページをご確認ください。

3 産業医のための レベルアップセミナー 半日

東京

日本医師会認定産業医の方々が、さらなる知識や新たな情報を得てレベルアップを図るセミナーです。日本医師会認定産業医 生涯研修実地の研修を実施します。



※開催日程やテーマについては、ホームページをご確認ください。

受講資格 医師 **会場** 東京

参加費 未定

4 健康測定実践セミナー ～運動負荷試験の実際～ 1日

東京

安全で効果的な運動指導を行うための運動負荷試験の方法と運動処方の方考え方を学びます。実際に自転車エルゴメーター、トレッドミルの2種類の装置を使って実習を体験します。



※開催日程については、ホームページをご確認ください。

受講資格 産業医(労働安全衛生法第13条第2項に規定する要件を備えた方)、日本医師会認定健康スポーツ医

会場 東京

参加費 賛助会員 35,640円 一般 39,600円

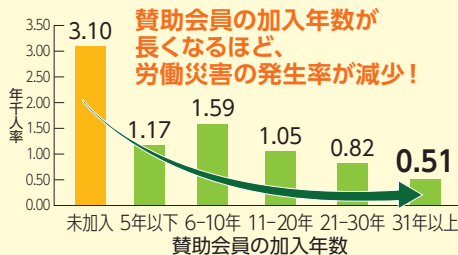
*参加費はいずれも資料代・消費税10%を含みます。

*日程・会場は予告なく変更する場合があります。開催地ごとの会場など最新情報はホームページをご確認ください。

賛助会員のご案内

企業の自主的な安全衛生活動を支援
(人材育成・技術サポート・情報発信)します

中災防の賛助会員になる効果



賛助会員の加入年数が長くなるほど、労働災害の発生率が減少!

- 研修の受講や講師派遣、ストレスチェックサービスが**会員料金**に
- 「全国産業安全衛生大会」のご優待などの特典があります。

詳しくはこちら→



(賛助会員事業場を対象に、令和3年11月24日～12月28日の期間に実施した「中災防の事業運営に関するアンケート調査」をもとに作成しました)

メールマガジンのご案内 働く人の健康づくりに関する最新情報をお届けします

中災防が主催する「健康づくり・メンタルヘルス対策」の研修・セミナーやイベント情報、法令に関する情報などを月に1回配信しています。

無料配信 メールマガジン「健康づくりほっとニュース」ご登録はこちらから▶▶▶



研修会

年間スケジュール

*この表は、東京開催分のみを掲載しています。丸囲み数字は、回を表しています(①=第1回)。
*日程は変更になる場合があります。最新情報はホームページをご確認ください。 *研修名称を一部省略して記載しています。

2024年2月2日現在

4月	1月	2火	3水	4木	5金	6土	7日	8月	9火	10水	11木	12金	13土	14日	15月	16火	17水	18木	19金	20土	21日	22月	23火	24水	25木	26金	27土	28日	29月	30火										
																					心理相談①																			
5月	1水	2木	3祝	4祝	5祝	6休	7火	8水	9木	10金	11土	12日	13月	14火	15水	16木	17金	18土	19日	20月	21火	22水	23木	24金	25土	26日	27月	28火	29水	30木	31金									
																					実務向上①A	ラインケア①									メンタルヘルス推進担当者①									
6月	1土	2日	3月	4火	5水	6木	7金	8土	9日	10月	11火	12水	13木	14金	15土	16日	17月	18火	19水	20木	21金	22土	23日	24月	25火	26水	27木	28金	29土	30日										
												実務向上③C									心理相談③	高齢労働者①				事例から学ぶ職場のメンタルヘルス①														
7月	1月	2火	3水	4木	5金	6土	7日	8月	9火	10水	11木	12金	13土	14日	15月	16火	17水	18木	19金	20土	21日	22月	23火	24水	25木	26金	27土	28日	29月	30火	31水									
			職場環境改善①											メンタルヘルス推進担当者③							セルフケア技法①										実務向上⑥B	特定保健指導実践者①								
8月	1木	2金	3土	4日	5月	6火	7水	8木	9金	10土	11日	12月	13火	14水	15木	16金	17土	18日	19月	20火	21水	22木	23金	24土	25日	26月	27火	28水	29木	30金	31土									
																																健康づくり推進スタッフ①	認知行動スキル①	心理相談⑤						
9月	1日	2月	3火	4水	5木	6金	7土	8日	9月	10火	11水	12木	13金	14土	15日	16月	17火	18水	19木	20金	21土	22日	23月	24火	25水	26木	27金	28土	29日	30月										
																																	メンタルヘルス推進担当者④	ハラスメント講座①	実務向上⑦B					
10月	1火	2水	3木	4金	5土	6日	7月	8火	9水	10木	11金	12土	13日	14月	15火	16水	17木	18金	19土	20日	21月	22火	23水	24木	25金	26土	27日	28月	29火	30水	31木									
																																	実務向上④A	健康づくり推進スタッフ②	職場環境改善③	ラインケア④	心理相談⑨			
11月	1金	2土	3日	4月	5火	6水	7木	8金	9土	10日	11月	12火	13水	14木	15金	16土	17日	18月	19火	20水	21木	22金	23土	24日	25月	26火	27水	28木	29金	30土										
																																		特定保健指導実践者③	実務向上⑤D	全国産業安全衛生大会(広島)	ストレスチェック実施者②	(千葉)メンタルヘルス推進担当者	実務向上⑨C	
12月	1日	2月	3火	4水	5木	6金	7土	8日	9月	10火	11水	12木	13金	14土	15日	16月	17火	18水	19木	20金	21土	22日	23月	24火	25水	26木	27金	28土	29日	30月	31火									
																																		セルフケア技法②	ハラスメント講座②	認知行動スキル②	心理相談⑩			
1月	1祝	2木	3金	4土	5日	6月	7火	8水	9木	10金	11土	12日	13月	14火	15水	16木	17金	18土	19日	20月	21火	22水	23木	24金	25土	26日	27月	28火	29水	30木	31金									
																																			メンタルヘルス推進担当者⑥	ラインケア⑦				
2月	1土	2日	3月	4火	5水	6木	7金	8土	9日	10月	11火	12水	13木	14金	15土	16日	17月	18火	19水	20木	21金	22土	23日	24月	25火	26水	27木	28金												
																																				高齢労働者②	(茨城)メンタルヘルス推進担当者	実務向上⑧D	健康づくり推進スタッフ④	
3月	1土	2日	3月	4火	5水	6木	7金	8土	9日	10月	11火	12水	13木	14金	15土	16日	17月	18火	19水	20木	21金	22土	23日	24月	25火	26水	27木	28金	29土	30日	31月									
																																				ハラスメント講座③	実務向上⑥C	心理相談⑪		

[2024年度版] 講師派遣

オンラインにも対応

中災防では、事業場で行う教育・研修、健康教室や講演会、安全衛生大会などに講師を派遣します。研修プログラムの企画から実施まで、**トータルにサポート**します！
貴社の業務特性や課題に応じて**カスタマイズ**も可能です。

経験豊富な講師が
ご要望に応じたプログラムを
提供します

実習を多く含む
分かりやすい
プログラムです

プログラム例

- 管理監督者向けラインケア
- 全階層向けセルフケア
- 転倒予防のためのからだづくり
- 腰痛予防のための運動
- 職場のハラスメント
- 働く女性のためのセルフケア
- 快適な睡眠 など

実施内容(例)

ラインケア

管理監督者の役割とは何かを認識し、部下との良好なコミュニケーションや相談対応のために必要なラインケア能力について、事例検討、積極的傾聴法などの実習を通して、部下からの相談対応を体験的に学びます。(90~120分)

セルフケア(ストレス対処に役立つリラクゼーション)

ストレッチング・筋弛緩法・呼吸法・自律訓練法などセルフケアに必須の各種リラクゼーション技法を習得します。(60~90分)

転倒予防

身体機能低下による転倒災害を防ぐために、体力チェックや簡単にできる筋力維持のためのからだの作り方を体験的に学びます。(90分程度)

派遣料金 1科目(90分まで)

会員 82,500円 一般 99,000円
90分を超え30分ごと
会員 27,500円 一般 33,000円

- 交通費は実費を請求させていただきます。
- オンライン研修・カスタマイズ研修につきましては別途追加料金がかかります。

あらゆる業種に対応しています。お気軽にご相談ください。

料金等詳しくはホームページで!

中災防 講師派遣

検索



中災防 ストレスチェックサービス

選べる3種類のストレスチェック

ヘルスアドバイスサービス

POINT
1

2種類の受検方法

1名あたりの受検料
(ストレスチェック標準版57項目の場合)

一般料金※1

紙受検 **440** 円 [税抜] ※2

Web受検 **300** 円 [税抜] ※2

中災防賛助会員様は
さらにお安くなります

※1: 50人以上の場合です

※2: 別途、一律の基本料金が発生します
受検料の他に1名あたり面談用
個人レポート代(79円)が必要です

POINT
2

グループ集計(全体1グループ) **無料**

「健康リスクの評価」が**無料オプション**に!

(事業場全体に限ります。さらに細かくグループ分けする場合は有料です)

中災防は
働く皆様を
応援します!



ヨシダ君

✓ 選べる3種類のストレスチェック

ストレスチェック
標準版57項目

紙受検

Web受検

標準的なストレスチェック

- 法定のストレスチェックで用いる調査票として厚生労働省が推奨している「職業性ストレス簡易調査票」57項目
- 多言語対応(英語、ベトナム語、中国語、インドネシア語、ポルトガル語)

総合版90項目

紙受検

Web受検

ストレスチェックと生活習慣を一緒にチェック

標準版57項目に加え、食生活、運動、飲酒、喫煙、口腔保健、生活リズム、VDT作業等に関する33項目を追加した全90項目。

ストレスチェック
80項目版

Web受検

ポジティブメンタルヘルス、組織資源の向上に

標準版57項目に加え、仕事の負担、仕事の資源、ワーク・エンゲイジメント等に関する23項目を追加した「新職業性ストレス簡易調査票短縮版」

✓ わかりやすい商品

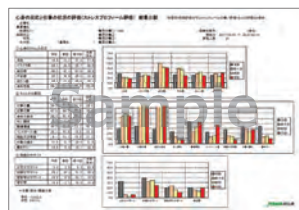
記入しやすいチェックシート
わかりやすい結果レポート

紙受検



充実のグループ集計

- 中災防の「健康リスクの評価(仕事のストレス判定図)」は、全国平均値や業種平均値(中災防算出値)との比較が可能
- 活用できるオリジナルグループ集計! 「心身の反応と仕事の状況の評価(ストレスプロフィール評価)」「回答結果の集計」



✓ まずは無料で料金シミュレーション

中災防HPから
資料請求

<https://www.jisha.or.jp/stress-check/index.html>



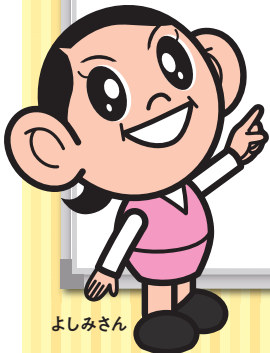
中災防より



お客様専用ページを
メールにてご案内

お客様専用ページで
料金シミュレーション

ほかにもオプションや
結果の活用方法など、情報満載!
お見積りも無料です!
Q&Aも充実!!



よしみさん

■ ストレスチェック TEL 03-3452-6403 E-mail has-thp@jisha.or.jp

中央労働災害防止協会 健康快適推進部 ストレスチェック事業課

中央労働災害防止協会
健康快適推進部

大阪労働衛生総合センター健康快適推進室
北海道安全衛生サービスセンター
東北安全衛生サービスセンター

■ 研修会 TEL 03-3452-2517

TEL 06-6448-3840
TEL 011-512-2031
TEL 022-261-2821



■ 講師派遣 TEL 03-3452-3137

中部安全衛生サービスセンター TEL 052-682-1731
中国四国安全衛生サービスセンター TEL 082-238-4707
九州安全衛生サービスセンター TEL 092-437-1664

