



## 健康 Q&A サイト『カラダメディカ』が“ストレスチェックツール”の提供を開始！ ～手ごろな価格で企業と従業員のこころの健康をサポート～

(株)カラダメディカが運営するスマートフォン向け健康 Q&A サイト『カラダメディカ』は、3月1日(火)より、ストレスチェックを手軽に導入できる法人向けサービスをスタートします。

『カラダメディカ』は、電話やメールで24時間365日、ユーザーの質問・疑問に現役医師や薬剤師・栄養士などが回答してくれる便利なサービスで、幅広い分野の専門家による迅速で丁寧なサポートが好評を得ています。

昨年12月からの労働者50名以上の全事業場でのストレスチェック実施義務化に伴い、『カラダメディカ』では健康 Q&A サイト運営で培ってきたノウハウを活かし、手軽に実施できるカウンセラーによるメール相談がついたストレスチェックツールの提供を開始します。

本サービスは、改正労働安全衛生法に基づきストレスチェック実施が義務化されたことにより、今まで導入を見送ってきた中小企業などを中心に、手軽に実施できるチェックツールで円滑な導入を支援し、職場のこころの健康づくりをサポートしていきます。

### ◆いつでもどこでもスマホで悩みを相談！健康 Q&A サイト『カラダメディカ』

『カラダメディカ』は、「人には相談しにくい」「気になる症状がある」「離乳食の栄養バランスについて知りたい」「介護について誰に聞けばいいかわからない」…そんな多岐にわたる悩みや不安を、現役医師や医療従事者などが相談にのってくれるサービスです。

スマートフォンで場所や時間を選ばず質問できる利便性と、幅広い分野の専門家が平均回答時間、約1時間20分※で様々な相談に丁寧に対応してくれることが評価され、会員数はこの1年で3.6倍と、順調に利用者数を伸ばしています。

※平均回答時間は2016年1月現在の実績です。

### ◆“ストレスチェック”で職場のメンタルヘルス不調を未然に防止！

平成25年に厚生労働省が発表した「労働者健康状況調査」によると、仕事や職業生活に関する強い不安・悩み・ストレスを感じている労働者の割合は6割を超えています。また、業務による心理的負荷を原因として労災認定される労働者が、近年、増加傾向にあり、労働者のこころの健康を保持促進するための対策が急務とされてきました。

こうした背景から、労働安全衛生法の改正に伴い、昨年12月より労働者50名以上の全事業場でのストレスチェックが義務化され、メンタルヘルス不調の予防や、職場環境の改善などを目的としたメンタルヘルス対策が国を挙げて推進されています。

### ◆円滑な導入をサポート！従業員のこころの健康づくりを…

今回、『カラダメディカ』が提供を開始するストレスチェックツールは、厚生労働省が標準的なストレスチェックとして提示している「職業性ストレス簡易調査票57項目」に基づいて作成されたサービスです。手ごろな価格と簡単なシステムで、従業員のメンタルヘルス対策に取り組み難かった中小企業などでもスムーズに導入できます。



また、健康 Q&A サイトで培ったノウハウを活かし、カウンセラーによるメール相談をプラス。匿名で利用できる  
ので、ちょっとした悩みや気になったことを気軽に相談しやすく、従業員のこころの健康をサポートします。

今後は、現在努力義務となっている 50 名未満の企業にもメンタルヘルスケアチェックを簡単に導入できる仕組み  
を構築するなどし、規模に関わらず従業員の健康促進を図りたいと考える企業を支援していきます。



サイト名	カラダメディカ
サイト概要	現役医師や薬剤師・看護師・保健師など医療専門家が、電話やメールで 24 時間 365 日、疑問・質問に回答してくれる健康 Q&A サイトです。様々な診療科目別に病気や体調管理、介護などに関する相談ができるほか、医学書や過去の Q&A も閲覧でき、健康に役立つ情報が満載です。 ※電話での相談は医師ではなく、医療従事者が行います。
課金額 (税込)	通常コース：月額 324 円 プレミアムコース：月額 432 円 ※カウンセラー相談はプレミアムコースのみ
アクセス方法	スマートフォンで、『カラダメディカ』で検索、または、 <a href="https://spkaramedy.mopita.com/">https://spkaramedy.mopita.com/</a> にアクセス



アプリ名	カラダメディカ Lite
アプリ概要	現役医師や薬剤師・看護師・管理栄養士などの医療専門家が、電話やメールで 24 時間 365 日、疑問・質問に回答してくれる健康 Q&A サイト『カラダメディカ』の体験版アプリです。医療専門家に 1 回メールで相談できるほか、簡単検索で過去の Q&A をすべて閲覧できるので、いざという時に大変便利です。
対応OS	iOS 6.0 以降、Android 4.0 以上
課金額(税込)	無料
アクセス方法	App Store または Google Play で『カラダメディカ』で検索、または、 <a href="https://spkaramedy.mopita.com/">https://spkaramedy.mopita.com/</a> にアクセス

※iOS は、Cisco の米国およびその他の国における商標または登録商標であり、ライセンスに基づき使用されています。

※App Store は、Apple Inc.のサービスマークです。

※Android™および Google Play は Google Inc.の商標または登録商標です。



株式会社カラダメディカ  
www.karadamedica.co.jp

● 報道関係の方からのお問い合わせ先  
株式会社 カラダメディカ  
TEL: 03-5333-6404 FAX: 03-3320-5639  
E-mail: krmgroup-05@karadamedica.co.jp

● 一般のお客様からのお問い合わせ先  
株式会社 カラダメディカ コンタクトセンター  
E-mail: inquiry@karadamedica.co.jp