

共通のビジュアルや言語で“伝えあう”「ストレスオフ組織」 人事評価基準の行動規範も、社員同士の“合言葉”で作成 “イメージの共有”が主体性と生産性を高めるコツ

化粧品の企画、開発、販売を行う、株式会社メディプラス（本社：東京都渋谷区、代表取締役：恒吉明美）は、日常に“こちよさ”を感じていて、ストレスに対してココロのバランスが取れている状態を“ストレスオフ”と定義し、社内の組織作りにも“ストレスオフ”を実践しています。

当社の“ストレスオフ”の取り組みは、関連会社のメディプラス研究所で、現代女性のストレス状態を計測・数値化し、研究所を監修する専門家の意見を参考にしています。

■ “イメージの共有”は人事評価制度にも

当社は独自の人事評価基準「認高笑介（みとめだかしょうすけ）」を設定しています。この基準は求める人物像を明らかにすることで組織と個人が互いの貢献感を効率よく高め、フェアに評価するための360度評価指標であり「人事評価基準の見えづらさがストレスになってはならない」という考えからスタートしました。明確な指標は、部下だけでなく、評価をする側になる管理職のストレスオフにもつながっています。

「認高笑介」は“認め合うこと”“高め合うこと”“笑い合うこと”“介け合う（助け合う）こと”の、最初の一文字を組み合わせて作った造語です。「助け合う」は、自分から介入していくという意味を込めて「介」の文字を使っています。

	認 （み）	高 （め）	笑 （あ）	介 （け）
	もっとずっと認め合おう	もっとずっと高め合おう	もっとずっと笑い合おう	もっとずっと介け合おう
評価内容	①仮説力 ②自発力 ③求心力	①企画立案力 ②ディレクション力 ③仕組み化力	①信頼性 ②柔軟性 ③親近感	①担当業務への関心 ②周囲への関心 ③会社・企業への関心

「認高笑介」の評価内容には全て行動規範があり、行動規範は社員が“イメージの共有”ができるよう、共通の言語で示されています。例えば「認」の求心力は「この指止まれ！レッツチャレンジ！」、「笑」の親近感では「威圧感禁止」という表現が使われています。

「この指止まれ！レッツチャレンジ！」は「前例にとらわれない発想と周囲を巻き込む発信力でチームを牽引できている」ということの共通言語であり、「威圧感禁止」は「個々のやりとりから会議の場まで意見を交換しやすい関係を作ることができている」ということの共通言語になります。

「認」と「笑」が仲間同士が本人に求める姿、「高」と「介」が会社が本人に求める姿であり、求める人物像と現状のギャップについて、自己評価と他者評価をしています。



■共通言語で“自分ゴト化”し、主体性のある風土に

当社では、人事評価基準以外にも、新しい共通言語が年間20～30個作られています。この共通言語は言いにくいことを言いやすくしたり、分かりづらいことを分かりやすくする等の発想から生まれています。

日々のコミュニケーションの中では、年齢、業務担当、役割など立場が違くと受け取り方にギャップが生まれることがあり、自分の考えが伝わらないことは“ストレス”となります。最終的には立場が上の社員が細かく指示を出すこととなりますが、お互いがイメージを共有できていなければ“やらされ仕事”になりがちです。

当社グループの株式会社メディプラス研究所で男女各7万人に実施した「ストレスオフ」に関する調査結果では、男女ともに仕事に感じるストレスの上位に「自由裁量がない」ことが上がっています。

イメージの共有で“自分ゴト化”した内容は“やらされ仕事”にはならず、主体的に取り組める理由になっています。

<イメージを共有する共通言語（抜粋）>

◆JASA（じゃーさ）

良い提案をした人に「ナイスJASA！」とシールを渡す。言葉の語源は「じゃあさあ…」という提案時の一言目から生まれた。シールは社内の見えるところに表を作って貼っている。

また「JASA」は、人事評価基準の「もっとずっと認め合おう」の中にある“仮説力”の項目に該当し、実際の人事評価にも反映されている。

この「JASA」があることで、企画者のさらなるアイデアのヒントになったり、提案することに自信が持てない人も一言目の勇気を持てるきっかけになり、主体性が高まる理由の1つになっている。

◆オフ活（ストレスオフ活動の略）

現在は事業活動でも使用している言葉。自分と向き合う時間を作って“オンとオフ”の切り替えを行うきっかけを作る活動。社内に「オフ活」が浸透することで、自分と向き合うためや、家族と過ごすための前向きな時間として有給を取得する風土が作られた。



JASAシール（右上）と表



社内のオフ活の1つ「ヨガ」



有給を利用して家族とオフ活

■主体性を育てる仕組み作り

当社では、共通言語以外にも主体性を育てる仕組みがあります。主な内容では、毎朝1時間、全社員が集まり事業の本質等をテーマにディスカッションする「朝ゼミ」や、業務の役割を超えた5～6名で目標をたてて一緒に取り組む「クラス制度」、自分の人生をデザインし、休みの取り方も計画をたてる「バックキャストリング」などです。

「バックキャストリング」で計画した“このように生きたい、自分はこのように在りたい”という目指すイメージに向けて“今やるべきこと”や“今やめるべきこと”をクラスでサポートし合いながら実践し、「朝ゼミ」を活用して主体的に仕事に取り組めるようにしています。

このストレスオフにつながる主体性を育てる仕組みは、社内だけでなく、社会全体に発信していくことを目指しています。

■ 会社概要

社名 : 株式会社メディプラス
代表取締役: 恒吉 明美 (つねよし あけみ)
所在地 : 〒150 - 0013 東京都渋谷区恵比寿4-6-1 恵比寿MFビル2階
設立 : 2003年8月
事業内容 : オリジナル化粧品「メディプラス」シリーズの企画・開発・販売
関連会社 : 株式会社メディプラス研究所
台湾法人 美樂思股份有限公司 (メイラースー)
(統一番号 54658642 台北市中山區中山北路2段46號8樓之)
URL : <http://mediplus.co.jp/>

【関連会社：株式会社メディプラス研究所について】

株式会社メディプラス研究所は、「ココロの体力低下」をしている日本人の心の状態を可視化できるよう、脳科学者などの専門家や他社企業と共同で、エビデンスに基づいてストレスと身体や肌を調査・研究するプロジェクト“オフラボ (ストレスオフラボ)”の運営を行っています。また、心のバランスが取れていて、身体も肌も健やかな状態のことを「ストレスオフ」と提唱し、ストレスオフな状態へと導くさまざまなセルフケアを検証しています。“ストレスオフを日本の文化に”をミッションに、ストレスオフな社会の定着を目指し、活動しています。
オフラボURL : <https://mediplus-lab.jp/>

【プレスリリースに関するお問い合わせ】

メディプラス 広報事務局 担当：柴山 (携帯 070-1389-0172)
E-mail : pr@real-ize.com TEL 03-5411-0066 / FAX 03-3401-7788