

かたる、
はたらく、
らくになる。



“言えない”を“話してみよう”に

誰にも相談できないはたらく人の困りごとに寄り添います

プライバシーを保護しながらオンライン上で心理相談を実施

従業員のセルフケアを促進し、従業員自身がストレスに気づき
対処できるように自ら行動を起こす仕組みを提供します



質の高い心理相談

実務経験豊富な臨床心理士・公認心理師のW資格者が相談に対応。相談者の潜在的な困りごとを引き出し、一緒に問題の整理を行うことで、相談者自身のセルフケアを促します。

東京大学との共同研究

アバターを用いることで、表情など必要な非言語情報を損なわずに、良質な心理相談の提供が可能であることを確認。アバター心理相談の有効性を実証しています。

申込み相談もWEBで。平日夜・土曜も

職場を通さず、相談者自身がスマートフォンやパソコンで申込から相談まで行います。多忙な従業員でも利用しやすい時間と環境を提供します。

人事には月次レポートの提供

相談者の秘匿性を保ったまま、相談件数や悩みのカテゴリなどをレポート提出。従業員の抱える困りごとの種類を定量的に把握できます。

はたらく人への支援だけではない、人事・労務管理者の負担軽減へ

課題

仕事に関する強い不安や
ストレスを抱えている

53.3%

参考：厚生労働省令和3年度労働安全衛生調査(個人調査/事業所調査)

メンタル不調で
「連続1カ月以上の休業」又は
「退職」の従業員がいた事業所

10.1%

放置すると・・・
退職者の増加
生産性低下
組織コスト増加

導入後

- プレゼンティーズムの解消
- 退職者・高ストレス者の対策
- 従業員のセルフケア促進
- エンゲージメント向上
- メンタルケア業務の負担減

ご利用いただいた方の声



自分がモヤモヤと思っていることを言語化したり、考える手助けをもらった。具体的なアドバイスももらえて勇気づけられた。
(40代男性)



話していくうちに、自分のまとまっていなかった思考が整理されて、スッキリとまとまった考えにすることができた。
(30代女性)

悩みが整理された **91%**※

アバター相談は **93%**※
利用しやすい

※実施後アンケート(n=70)より
2022年4月1日～2023年1月31日

こんな課題はありませんか？

- ✓ 中途入社者が離職してしまう
- ✓ 産育休明け従業員のフォロー不足
- ✓ 高ストレス者が増えている
- ✓ 高ストレス者が医師面談を受けない

<KATAruruはさまざまなシーンで活用できます>

“こころのケア”の オンボーディング

- 対象者に定期的な面談の場とサーベイを提供します。
- 「相談しにくい」「なじめない」など、特有の悩みを相談して自身がストレスに気づき早期に対処。
- 人事も仕事満足度やストレス状態を把握できます。

高ストレス者支援

- ストレスチェックの高ストレス者のうち、医師面談を希望しない従業員へのフォローとして活用。
- 高ストレスとなった要因(睡眠、仕事量、環境変化など)と一緒に探し、相談者自身のセルフケアを促進。

ほかにもメンタル不調予備軍がいるかもしれません

- ✓ 転勤、異動、昇降格などの環境変化は、適応に時間がかかりストレス
- ✓ 在宅勤務、シフト制、夜勤など働き方の違いが相談しにくい環境に
- ✓ 管理職、チームマネージャー、SVなどリーダー層のストレス増

KATAruru が

早期発見、重症化予防

を支援します

導入いただいた人事担当者の声

メンタル不調者への対応が遅れているため導入。若手離職の課題にフィットすると感じた。

産業保健師の負担増がきっかけ。心理師から専門的な視点でアドバイスをもらえるのが魅力。

ストレスが多い中堅リーダーに限定して活用。専門家によるメンタルケアが受けられるのが導入の決め手。

サービス名称	KATAruru(かたるる)こころの健康 アバター支援サービス
サービス内容	双方向アバターを使用したこころの健康相談
対象者	契約者の従業員
相談形式	オンライン相談(アバター相談) ※双方向顔出し相談(ZOOM)も可能
面談受付	事前予約制(オンライン予約システム使用)
対応曜日・時間	月～土曜日(祝日除く) 12:00～21:00(最終相談開始時間20:00)
設定コース	気軽に相談コース(30分)／本格的相談コース(50分)
心理師の資格	臨床心理士・公認心理師(国家資格)の両方の資格保有者
使用可能デバイス	パソコン(Windows/macOS) ^{※1} 、スマートフォン・タブレット(iOS/Android) ^{※2} ^{※3}

※1 Microsoft社のOS ※2 Apple社のOS ※3 Google社のOS

お問い合わせ

パーソルワークスデザイン株式会社

人事ソリューション本部 ヘルスケア企画部 KATAruru課

E-mail: pwd-katarurueigyo@persol.co.jp

<https://sub2.persol-wd.co.jp/lp/kataruru/>

KATAruru
サービスのご紹介



資料ダウンロード



パーソルワークスデザイン