

アプリで職員のメンタルヘルスケア

市職員のメンタル不調予防で市民サービスの向上を

令和4年10月31日(月)、市は、市役所における健康経営のさらなる充実を図り、民間活力を活用した公民連携事業として、新たな取り組みを開始する。民間事業者が開発・提供するAIを用いたアプリを使い、職員自身が心身に支障をきたす前に対処するためのセルフケアの方法などを学ぶ。市担当者は、「健康経営を推進することで職員や職場がさらに元気になり、より質の高い市民サービスを提供できれば」と話す。

★連携事業者：emol 株式会社(京都市下京区)

事業者概要：認知行動療法に基づき、AIとの会話を通じてメンタルヘルスセルフケアを実施するアプリ「emol(エモル)」を開発・運営している。

★取り組みの概要

事業者が提供するスマートフォンのアプリ(メンタルセルフケアプログラム)は、心の中に芽生える不安な感情との上手な付き合い方や、普段から前向きな精神状態を保持するための心の持ちようを学ぶことができるもの。

市は、希望する市職員にこのアプリを一定期間使用させ、メンタル不調の未然予防とともに、特に抑うつ、不安といったメンタル面の改善を図ることで、業務生産性の向上、組織全体の活性化、ひいては市民サービスの更なる向上につながることを期待している。

なお、emol(株)は、今回のメンタルセルフケアプログラムを、経済産業省の「ヘルスケアサービス社会実装事業」の実施事業として参加しており、市は実施協力者として、利用者のプログラム実施前後でのアンケート取得及びアプリの効果検証に協力する。



(アプリのイメージ)

★健康経営の取り組み

市は今年6月に健康経営宣言を策定。「攻め」の健康経営として、市長をトップとした健康経営推進本部を立ち上げ、本格的に各種取り組みを進めている。今回の事業は市役所でも注力するメンタル不調の予防対策について、自分のタイミングでいつでもアクセスできるICTを活用した新たなケア手法として取り組む。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

<お問い合わせ>

総務部 職員課 ☎ : 072-841-1290 FAX : 072-846-2271