



## 【働く人を幸せに 組織を元気に】

臨床心理士 高村 裕子

みなさん、こちらのタイトルに見覚えがありますか？  
こちらは、当カウンセリング係のキャッチコピーです。

一般的にカウンセラーは、相談室でのクライアントとの個別の関わりを通じて、悩みや、課題解決の伴走者となります。個別事情に即して、個人の生きがいを追求していきますが、当係ではさらに、**職場や事業所全体の活性化に向けた活動にも取り組んでいます**。例えば、「ストレスチェック集団分析結果を用いた職場環境改善」や「メンタルヘルス教育」、「職場マネジメントに関する上長相談」などが挙げられます。これは、お一人おひとりの、健康や幸せの追求と、事業所の活性化は、相互に循環すると考えているからです。

カウンセリングでは、クライアントが安心してこれまでの自分を見つめ直し、自分のありたい姿を見つけるためにサポートいたします。もちろん守秘義務も徹底します。一方で、**クライアントのサポーターとなられる、職場のみ皆さんの健康と働きがいも大切にしています**。従業員個人と、組織の双方がwin-winの関係になれるようなメンタルヘルスの施策をめざしております。

カウンセラー＝個別対応のみと思わず、様々な場面でご活用ください！

## Q&A

カウンセリング係の具体的な活動内容を知りたいのですが。



ページ下部掲載の「日立健康管理センタHP内のカウンセリング係ページ」に当係の活動概要やメンタルヘルス関連情報を掲載しております。ご興味のある方はぜひご一読ください。私たちと一緒に、個人の幸せと組織の活力UPに取り組んでいきましょう。



健診・保健指導などの健康情報はこちら

日立健康管理センタ HP

<https://www.hitachi.co.jp/hospital/nikkense/>



人間ドックは『日立健康管理センタ』  
をご利用ください

次回は 6月初旬頃に記事をお届けします