

2026 年 1 月 14 日

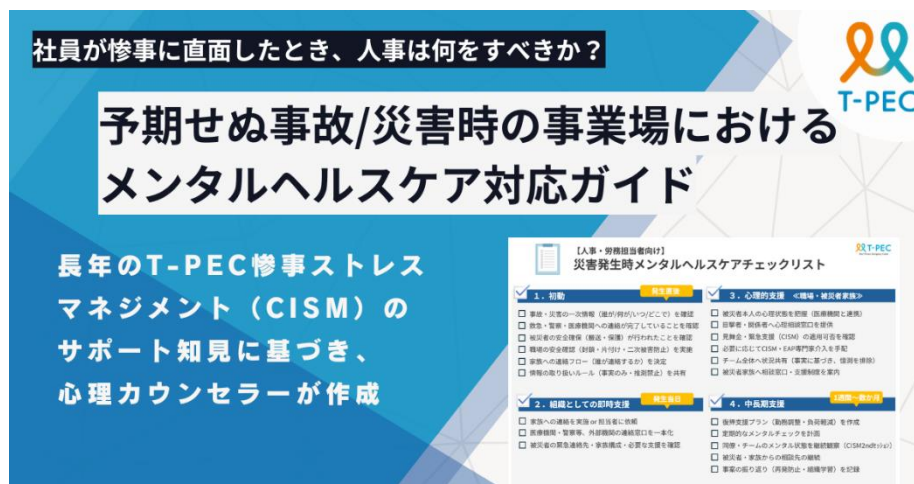
ティーパック株式会社

社員が惨事に直面したとき、人事は何をすべきか？チェックリスト公開

ティーパックの CISM 相談サポート知見に基づく、 人事担当者向け「予期せぬ事故/災害時のメンタルヘルスケア対応ガイド・チェックリスト」を無料配布

T-PEC チャットボット健康相談で「惨事（予期せぬ事故/災害）ケア」を新たに展開

社員が自然災害や事故、従業員の自死など、予期せぬ「惨事」に直面したとき、企業には迅速かつ適切なメンタルヘルス対応が求められます。「チャットボット健康相談—惨事（予期せぬ事故/災害）ケア」等を提供するティーパック株式会社（本社：東京都台東区、代表取締役社長：鼠家 和彦）は、こうした課題に向き合う取り組みの一環として、人事担当者向けに社員の惨事発生時に会社が取べきメンタルヘルス対応を整理したチェックリストを公開、ガイドを無料配布します。

※チェックリストはこちら（https://www.t-pec.co.jp/wp/wp-content/uploads/2026/01/newsrelease_2026-0114leaflet.pdf）※ガイドのダウンロードはこちら（<https://www.t-pec.co.jp/contents/useful-materials/mental-health-care-support-guide/>）

社員が惨事に直面したとき、人事は何をすべきか？

予期せぬ事故/災害時の事業場におけるメンタルヘルスケア対応ガイド

長年のT-PEC惨事ストレスマネジメント（CISM）のサポート知見に基づき、心理カウンセラーが作成

【人事・労務担当者向け】
災害発生時メンタルヘルスケアチェックリスト

- 1. 初動
- 2. 組織としての即時支援
- 3. 心理的支援（危機・被災者支援）
- 4. 中長期支援

本ガイドは、人事担当者向けに、本人や同僚、組織全体への心理的影響を見据え、企業としてどのように人を守るべきかという視点から、初動対応から中長期的なフォローまでを実務的にまとめたものです。

惨事ストレスマネジメント（CISM）分野で長年支援を行ってきたティーパックのノウハウを、社会に還元する取り組みとして広く提供します。

■ 惨事の際の会社対応の重要性について（社会背景から）

職場内外での事故や事件などに加え、頻発する地震や豪雨などの自然災害で、社員が強い心理的ストレスを受けるリスクは年々高まっています。こうした惨事は、当事者本人のこころの健康だけでなく、同僚やチーム、職場全体の心理的安全性にも影響を及ぼします。

一方で、企業の人事担当者は、

- 「どこまで配慮すべきか」
- 「専門家につなぐタイミングはいつか」
- 「かえって傷つけてしまわないか」

といった難しい判断を迫られることが少なくありません。

惨事への対応は、マニュアル化が難しく、属人的になりやすい領域です。

だからこそ、企業が事前に考え方や行動の指針を共有しておくことが、社員の安心と組織の信頼を守る上で重要になっていきます。

■ ティーベックの CISM ノウハウとチェックリスト公開について

【人事担当者向け】予期せぬ事故/災害時の事業場におけるメンタルヘルスケア対応ガイド


ティーベックは、長年にわたり、災害や事故、事件などの危機的状況における惨事のこころのケア（CISM：Critical Incident Stress Management）の支援に携わってきました。

こうした経験を踏まえ、予期せぬ事態に直面した企業や社員を支える新たな手段として、チャットボット健康相談の新しいコンテンツとして、「惨事（予期せぬ事故/災害）ケア～」の提供を開始しました。


あわせて今回、特定のサービス利用に限らず、多くの企業で役立ててもらいたいという思いから、これまで培ってきた CISM の知見をもとに、人事担当者が惨事発生時に確認すべき対応を整理したガイド（PDF データ）を無償で配布します。

（ガイドの全内容・冊子でのダウンロードはこちら <https://www.t-pec.co.jp/contents/useful-materials/mental-health-care-support-guide/>）

■今すぐに使えるチェックリストも掲載



【人事・労務担当者向け】
災害発生時メンタルヘルスケアチェックリスト



<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center; border-bottom: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"> <div style="display: flex; align-items: center;"> <input checked="" type="checkbox"/> 1. 初動 </div> <div style="background-color: #ffcc00; padding: 2px 5px; font-size: 0.8em;">発生直後</div> </div> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 事故・災害の一次情報（誰が/何が/いつ/どこで）を確認 <input type="checkbox"/> 救急・警察・医療機関への連絡が完了していることを確認 <input type="checkbox"/> 被災者の安全確保（搬送・保護）が行われたことを確認 <input type="checkbox"/> 職場の安全確認（封鎖・片付け・二次被害防止）を実施 <input type="checkbox"/> 家族への連絡フロー（誰が連絡するか）を決定 <input type="checkbox"/> 情報の取り扱いルール（事実のみ・推測禁止）を共有 	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center; border-bottom: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"> <div style="display: flex; align-items: center;"> <input checked="" type="checkbox"/> 3. 心理的支援 《職場・被災者家族》 </div> <div style="background-color: #ffcc00; padding: 2px 5px; font-size: 0.8em;">1週間～数か月</div> </div> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 被災者本人の心理状態を把握（医療機関と連携） <input type="checkbox"/> 目撃者・関係者へ心理相談窓口を提供 <input type="checkbox"/> 見舞金・緊急支援（CISM）の適用可否を確認 <input type="checkbox"/> 必要に応じてCISM・EAP専門家介入を手配 <input type="checkbox"/> チーム全体へ状況共有（事実に基づき、憶測を排除） <input type="checkbox"/> 被災者家族へ相談窓口・支援制度を案内
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center; border-bottom: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"> <div style="display: flex; align-items: center;"> <input checked="" type="checkbox"/> 2. 組織としての即時支援 </div> <div style="background-color: #ffcc00; padding: 2px 5px; font-size: 0.8em;">発生当日</div> </div> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 家族への連絡を実施 or 担当者に依頼 <input type="checkbox"/> 医療機関・警察等、外部機関の連絡窓口を一本化 <input type="checkbox"/> 被災者の緊急連絡先・家族構成・必要な支援を確認 	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center; border-bottom: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"> <div style="display: flex; align-items: center;"> <input checked="" type="checkbox"/> 4. 中長期支援 </div> <div style="background-color: #ffcc00; padding: 2px 5px; font-size: 0.8em;">1週間～数か月</div> </div> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 復帰支援プラン（勤務調整・負荷軽減）を作成 <input type="checkbox"/> 定期的なメンタルチェックを計画 <input type="checkbox"/> 同僚・チームのメンタル状態を継続観察（CISM2ndセッション） <input type="checkbox"/> 被災者・家族からの相談先の継続 <input type="checkbox"/> 事業の振り返り（再発防止・組織学習）を記録

© 2025 T-PEC CORPORATION All Rights Reserved

チェックリストはこちら（https://www.t-pec.co.jp/wp/wp-content/uploads/2026/01/newsrelease_2026-0114leaflet.pdf）で拡大・ダウンロードできます。

チェックリストでは、

- 初動時に企業として意識すべき配慮
- 当事者や周囲の社員への関わり方
- 人事・管理職が陥りやすい注意
- 中長期的なフォローの考え方

などを心理カウンセラーが整理し、「正解が見えにくい状況でも、人を中心に考える判断」を支える内容としています。

ティーベックは今後も、心身の健康・医療分野の知見を社会に還元し、企業と社員双方が安心して働ける環境づくりに貢献してまいります。

■ティーベック株式会社について <https://www.t-pec.co.jp/>

24 時間健康相談事業のパイオニアとして 1989 年に設立。医師・保健師・看護師などの医療資格者を有するコンタクトセンターを運営し、セカンドオピニオン手配サービスやメンタルカウンセリング、生活習慣病の重症化予防など、健康・医療分野における社会課題の解決を目的とした事業を多数展開。2017 年から 9 年連続で健康経営優良法人「ホワイト 500」に認定。

T-PEC 惨事のこころのケア（CISM） <https://www.t-pec.co.jp/service/cism/>

チャットボット健康相談 <https://www.t-pec.co.jp/service/chatbot/>

【本リリースに関するお問い合わせ先】

ティーベック株式会社（担当：経営企画部）

〒110-0005 東京都台東区上野 5 丁目 6 番 10 号

メール：info-pr@t-pec.co.jp