

これからのウェルビーイング を考える

HCMC Consortium Private Seminar

2026.9.2 (水) 14:00-17:00

主催 HCMCコンソーシアム

対象者 HCMCコンソーシアム会員様

参加費 無料

開催方法 オンサイト (産総研臨海副都心センター) および
オンライン同時開催

14:00-15:45

開会・ご挨拶

講演[50分 × 2講演]

講演
1



生成AIを「仕事の資源」にする組織づくり
- 生成AI時代のウェルビーイングを考える

講師 小川 晋一郎 様

株式会社Awarefy CEO

講演
2



AI時代に求められる二つのリテラシー
- メンタルヘルスの全体像と、進化する
生成AIとの向き合い方

講師 松本 良平 様

株式会社マイシエルパ 代表取締役

15:45-16:25

パネルディスカッション

16:25-17:00

意見交換



生成AIを「仕事の資源」にする組織づくり - 生成AI時代のウェルビーイングを考える

小川 晋一郎 様

株式会社Awarefy CEO

ご略歴

東京大学工学部システム創成学科卒業後、2008年株式会社リクルートへ入社、HRカンパニー（現インディードリクルート）で営業・コンサルタント・データサイエンティストとして事業に従事。2014年に株式会社ビズリーチに転職し、1人目プロダクトマネージャーとして転職サイト「ビズリーチ」事業に従事した後、新卒採用事業部長として「ビズリーチ・キャンパス」事業を立ち上げる。2018年より株式会社Awarefy（旧社名Hakali）CEOに就任。

AIとの協働が当たり前になりつつある今、効率化の先にある「働く人のウェルビーイング」をどう描けばよいのか。本講演では、職業性ストレスの代表的な枠組みであるJD-R（仕事の要求度-資源）モデルを手がかりに、生成AIを「仕事の資源」として捉える視点を提示する。資源が豊かになるほど仕事はしやすくなる。一方で、AI依存をはじめとする好ましくない使い方への向き合い方も欠かさない。メンタルのセルフケアアプリ「Awarefy（アウェアファイ）」が2023年4月に生成AIを導入した際、多くのユーザーが感動をもって迎え入れたのはなぜか。その理由を紐解きながら、個人向けアプリ運営で得た知見を、組織づくりや労働の質の向上にどう活かせるかを展望する。



AI時代に求められる二つのリテラシー - メンタルヘルスの全体像と、進化する 生成AIとの向き合い方

松本 良平 様

株式会社マイシエルパ 代表取締役
株式会社マイシエルパ 代表取締役
医学博士、精神科専門医・指導医
京都府立医科大学 客員教授
日本医師会認定産業医
ヘルスケア・マネジメント修士（経営専門職大学院修了）

ご略歴

2001年、京都府立医科大学卒業。同大学精神医学教室にて臨床および研究に従事し、同大学大学院を修了し、精神疾患の脳画像研究により医学博士号を取得。American Journal of Psychiatryをはじめとする精神医学・脳科学分野の国際医学誌に約40本の研究論文を発表している。

2013年から2016年まで、400床規模の精神科病院で病院長を務め、2016年に株式会社マイシエルパを創業。現在は医療法人理事長としてメンタルクリニック3院を運営し、月間約4,000名の診療体制を統括している。2020年よりオンラインカウンセリングサービス「マイシエルパ」を提供し、これまでに累計400社以上の企業・団体への導入実績を持つ。精神科医療、産業保健、医療機関経営および企業のメンタルヘルス支援に関する幅広い経験をもとに、研修・講演を行っている。

WHOはメンタルヘルスを、人生のストレスに対処し、自らの能力を発揮し、学び、働き、社会に貢献することを可能にする、精神的ウェルビーイングの状態と定義しています。本講演ではまず、メンタルヘルスを疾患の有無だけで捉えず、その成り立ちから現状、予防、早期支援、治療までを含む全体像として整理します。そのうえで、作業や検索にとどまらず、相談や意思決定にも利用が広がる生成AIについて、その可能性とピットフォールを、精神科医療と「マイシエルパ」の実践知から解説します。生成AIを使うことを前提に、性能や利用環境の変化に応じて、リテラシーを継続的に点検・更新し続けるための視点を提示します。

