

「プレコンセプションケア」と「メンタルヘルス」2つの教育研修
株式会社あいち銀行の新入行員に向けて
「新社会人のためのヘルスケア研修」の教育研修を実施

「子どもを願うすべての人によりそい 幸せな人生を歩める社会をつくる」をビジョンに掲げ、法人の従業員向け福利厚生や自治体の住民向け支援を行うヘルスケアサポートサービス「ファミワン」
<https://famione.com/benefit/>などを展開する株式会社ファミワン(本社:東京都渋谷区、代表取締役:石川勇介)は、株式会社あいち銀行(本社:愛知県名古屋市中区、取締役頭取(代表取締役):鈴木武裕)の新入行員に対し、2025 年 4 月 17 日(木)に「新社会人のためのヘルスケア研修」を実施いたしました。



あいち銀行の新入行員を対象とした本教育研修において、ファミワンは「新社会人のためのヘルスケア研修」として、「将来の選択肢を広げる～プレコンセプションケア～」と「メンタルヘルスの基礎知識」の2つの教育研修を実施いたしました。

「将来の選択肢を広げるために～プレコンセプションケア～」では、ファミワンの生殖医療相談士・看護師 石橋 双葉が登場し、月経やPMSなどの女性特有の健康課題について正しい知識を解説しました。「メンタルヘルスの基礎知識」では、ファミワンの公認心理師・臨床心理士 西田 めぐみが登場し、心の健康とは何か、ストレスとは何かといったメンタルヘルスの基礎知識を解説しました。

本研修を通じて、新社会人として新たな一歩を踏み出す新入行員の皆様が、各ライフステージで遭遇する健康課題やストレスについて客観的に理解し、具体的な対処法を習得することで、自身のヘルスリテラシー向上を図り、職場でのストレスマネジメント能力やセルフケアの実践力を養う機会を提供しました。参加者の方からは「社会人生活を始める上で不可欠な知識を学べた」とのお声を多数いただきました。

■セミナー概要

「新社会人のためのヘルスケア研修」

【テーマ①】「将来の選択肢を広げるために～プレコンセプションケア～」

【開催日時】2025 年 4 月 17 日(木) 12:45～14:15

【講師】生殖医療相談士・看護師 石橋 双葉 (株式会社ファミワン)

【テーマ②】「メンタルヘルスの基礎知識」

【開催日時】2025 年 4 月 17 日(木) 14:30～15:30

【講 師】 公認心理師・臨床心理士 西田 めぐみ(株式会社ファミワン)

＜研修当日の様子＞



■参加者のコメント(一部)

「学生からの生活習慣が変わった中でどういう風に調整すれば良いのか分かりました。」

「体や心を健康に保つことは人生のクオリティに関わってくることなので、その大切な話を詳しく聞けた」

「女性の月経のことを男性にも理解して欲しいと思う事があったためこのように講義にきていただいて、お話してくれることはとても女性にとって嬉しいと思いました。」

また、メンタルを保つためにご褒美を少しだけ具体的にみつけるということを実践していきたいと思いました。」

「これから社会人となり、より将来を考える上で人生設計や自分の健康のために何をすべきなのか具体的に考える事ができるようになった。」

また日常生活の中で自分と切り離すことのできないストレスとの向き合い方や対処方について考えることが出来た」

■福利厚生サービス「ファミワン」の概要

組織全体の風土づくり × 当事者の個別サポートの 2 軸でご支援

福利厚生サービス「ファミワン」は、「専門家によるセミナー/研修を通じての従業員のリテラシー向上や社内風土の醸成」、そして「オンライン健康相談による従業員個々のサポート」の両側面から、企業の健康経営や両立支援の促進、女性活躍推進を支援します。

「ファミワン」導入企業の社員/従業員は、オンライン上で時間や場所を選ばず、社外の看護師や心理士、キャリアコンサルタントなどの有資格者に多様なテーマについての相談が可能です。匿名でかつ内容を会社に知られずに相談できる環境を提供することで、心理的安全性を高めるとともに従業員満足度の向上が期待できます。さらに、早期に悩みを相談し自身の身体や心の状態に気づくことで、行動変容を促し、不調を未然に防ぐ効果も期待できます。

また、全従業員を対象に、プロフェッショナル講師陣によるセミナー/研修を提供し、会社全体のリテラシーを高めます。特に女性特有の健康課題に対しては、約 7 割の女性従業員が上司・周囲の理解を望んでいます*1。管理職や支える側の従業員など、当事者以外へ正しい知識を提供し、理解を促すことで支援の幅の拡大に貢献します。セミナー/研修のテーマは、各社のニーズや課題感に応じてカスタマイズ*2 が可能です。

2018 年 9 月より、法人向け福利厚生プログラムの提供を開始。小田急電鉄や TBS 厚生会などへの福利厚生導入に加えて、ソニー、全日本空輸株式会社(ANA)、伊藤忠労働組合などへもセミナーを提供しています。自治体への提供としても、神奈川県横須賀市をはじめ、長崎県、東京都杉並区、世田谷区、広島県三原市、群馬県邑楽町など、都道府県単位から中核都市、そして数万人規模の市区町村まで幅広く提供を行っております。

※本サービスは医療行為ではないため、診断や処方はいりません。

▶ファミワン 法人向け福利厚生サービス <https://famione.com/benefit>

▶自治体向け「妊活 LINE サポート事業」 <https://famione.com/local/>

- *1 出所:働く女性のウェルネス向上委員会 HP より(東京都実施,2023-5,都内で働く女性 3500 人 + 企業担当者 200 人へのアンケート調査結果)
- *2 不妊治療の基礎知識、卵子凍結などプレコンセプションケアの啓発、月経・PMS、更年期などの健康課題、ライフプランや人間関係、メンタルケアまで多彩なテーマに対応

専門家が妊活・不妊治療をフルサポート

全国で専門家 50 名がサポート

不妊症看護認定看護師・臨床心理士・胚培養士・管理栄養士・
保健師・薬剤師・キャリアカウンセラー・助産師など

※2024年3月現在

famione

<会社情報>

株式会社ファミワン

所在地 〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂 1 丁目 10 番 8 号渋谷道玄坂東急ビル 2F-C
代表者 代表取締役 石川 勇介
設立日 2015 年 6 月 1 日
URL <https://famione.co.jp/>

- ▶ファミワン 法人向け福利厚生サービス <https://famione.com/benefit>
▶自治体向け「妊活 LINE サポート事業」 <https://famione.com/local/>

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社ファミワン 広報担当 Mail: info@famione.com TEL:080-2243-6995