

ライフプラン&キャリアプランを見据えたヘルスリテラシー向上を支援 山梨中央銀行の入行 3 年目・7 年目向けに「プレコンセプションケア」をテーマとした研修をそれぞれ実施

「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、以下当社)は、株式会社山梨中央銀行(本社:山梨県甲府市丸の内、代表取締役頭取:古屋 賀章、以下山梨中央銀行)にて 2025 年 8 月と 10 月の 2 回にわたり、「プレコンセプションケア」をテーマにした行員研修を実施いたしました。対象は入行 3 年目および 7 年目の行員対象で、プレコンセプションケアへの理解とともに、自身のヘルスリテラシーの向上を促す機会となりました。



ファミワンは、2024 年度に山梨中央銀行の行員向けに実施した研修が高く評価されたことを受け、2025 年度も引き続き行員向け研修を開催いたしました。2025 年度は、入行 3 年目および 7 年目の行員を対象に実施しています。研修のテーマは「プレコンセプションケア」。講師はファミワンの不妊症看護認定看護師である西岡有可が務めました。研修では、月経、PMS などの女性特有の健康課題に関する正しい知識を伝えるとともに、「プレコンセプションケア」が何か、そしてそれが将来の自分自身の健康や次世代の健康にどう繋がるのかを解説し、今後のライフプランやキャリアプランを共に考える機会となりました。また、研修中には、クイズやワークを交えながら、参加者が自らの健康状態や生活習慣を見直す場面も見られました。自らの将来を見据え、ヘルスリテラシー向上に積極的に取り組む様子がうかがえました。開催後のアンケートでは、入行 3 年目・7 年目の両研修において、理解度・満足度ともに 100%という高い評価を得られ、「今の健康状態がライフプランに影響することを改めて実感した」などの声もあり、本研修を通じて、将来の自身の健康に対する意識の変化が、研修参加者の間で広がっていることが分かります。

■開催概要

- 【テーマ】「プレコンセプションケアをはじめよう」
- 【開催日時】2025 年 8 月 8 日(金)・10 月 10 日(金)
- 【開催形式】現地開催
- 【講師】不妊症看護認定看護師 西岡 有可(株式会社ファミワン)
- 【対象者】山梨中央銀行 3 年目行員及び 7 年目行員

▼研修後アンケートからのコメント(一部抜粋)

- ・将来設計は自分だけでなくパートナーとも考え設計していくものと理解できた。
- ・人間ドック等、がん検診を受けてみたいと思いました。そのことを通じ、自分の健康について考えていくことが必要であると考えました。
- ・自分のキャリア形成を考える良い機会となった。
- ・今の健康状態がライフプランに影響すると改めて実感した
- ・具体的に書き出してみると、すぐ先の将来に重要なイベントがたくさんあるなと感じた
プレコン検診を受けてみようと思った。

▼研修当日の様子



■山梨中央銀行担当者コメント

企業がプレコンセプションケアを学ぶ機会を提供することは、従業員の健康状態の改善や、健康リスクの低減につながります。

山梨中央銀行としても、行員一人ひとりの健康に責任を持つという考えのもと、今年度は3年目行員に加え、結婚を意識し始める年代の7年目行員にも研修対象を拡大しました。参加した行員からは、「自分の健康を見直すきっかけになった。」「将来を考えるうえで役立つ内容だった。」といった声が寄せられ、クイズやワークにも積極的に取り組む姿が印象的でした。

今後もプレコンセプションケア研修を通じて、行員の健康リテラシーを高めるとともに、銀行としてより働きやすい職場環境の実現を目指してまいります。

■山梨県の「妊活等健康オンラインサポート事業」について

ファミワンは山梨県より「生涯を通じた妊娠・出産支援体制強化事業」の委託を受け、「妊活等健康オンラインサポート事業」として専門家によるヘルスケアサポートの提供を 2023 年より行なっています。妊活・不妊治療についてだけではなく、思春期、妊娠・出産、不妊・不育、流産・死産、更年期、性の問題等(避妊や性感染症等の性行為に関する相談、予期せぬ妊娠、メンタルヘルスケア、夫婦間のコミュニケーション等を含む)の問題などに関するあらゆる悩みへの相談に無料で対応しておりますので、ぜひお気軽にご登録ください。

公式サイト <https://www.pref.yamanashi.jp/kosodate/ninkatusoudan.html>

■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、キャリアカウンセラー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。

*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