

パーソルキャリア、女性の生理の悩みを解消する商品に出会える 期間限定イベントで、はたらく女性のための相談ブースを設置

日程：2023年7月8日（土） 場所：新宿マルイ 本館3階 相談無料

転職サービス「[doda](#)」などを提供するパーソルキャリア株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：瀬野尾 裕）は、生理に特化したメディア「Lean」が主催する「女性の生理の悩みを解消する商品に出会える期間限定イベント」にて、生理痛や月経前症候群に関する相談ブースを設置することをお知らせいたします。イベントは2023年7月8日（土）、9日（日）の2日間開かれ、相談ブースの設置は8日（土）のみとなります。パーソルキャリアはこのイベントを通じ、女性一人ひとりが自分らしく生きるために、ヘルスリテラシーが向上する一助となることを目指しています。



■ イベント概要

| | |
|------|--|
| 日時 | 2023年7月8日（土） 11:00～20:00～ 7月9日（日） 11:00～20:00 |
| 会場 | 新宿マルイ本館 3階 コンセプトショップス マルチスペース 〒160-0022 東京都新宿区新宿3-30-13 |
| アクセス | <ul style="list-style-type: none"> ・新宿三丁目駅／東京メトロ丸の内線 A4出口 徒歩約1分 ・新宿三丁目駅／東京新宿線 A1出口 徒歩約2分 ・新宿三丁目駅／東京メトロ副都心線 A1出口 徒歩約2分 ・新宿駅／東京メトロ丸の内線 A6出口 徒歩約3分 ・新宿駅／JR山手線 東口 徒歩約5分 |
| 出展者 | 10～20社を予定 |
| 参加費 | 無料 |

■当社が出展する相談ブースについて

生理痛や月経前症候群（PMS）の症状があるけれど、病院に行くべきかわからない。病院に行くほどではないけれどセルフケアで少しでも快適に過ごしたい。そんな悩みを抱える方たちに向けて、個別の症状を伺った上で、アドバイスする相談ブースです。女性ホルモンバランスプランナーの資格を持つヘルスコーチが、一人ひとりに合ったセルフケア方法を紹介します。

生理痛や月経前症候群（PMS）の症状は大きく3つに分かれ、その症状によりセルフケアの方法も異なります。自身のタイプを知り、毎日を快適に過ごすヒントを持ち帰っていただけます。

| | |
|--------|---|
| 日時 | 2023年7月8日（土） 11:00～12:30、13:30～15:30、16:00～18:00 ※イベントは9日も開催されますが、相談ブースは1日のみ |
| ヘルスコーチ |  金藤 美樹穂さん 株式会社uchu代表取締役／女性ホルモンバランスプランナー。 パーソルキャリアでヘルスコーチとして生理痛や月経前症候群の相談に対応。 |
| 参加費 | 無料 ※事前予約が必要 |
| 予約方法 | 以下より、ご予約ください。 https://lean-persol.peatix.com/ |

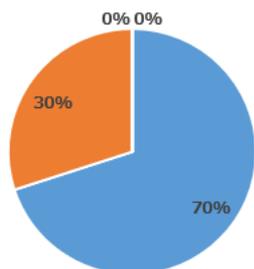
■当社で実施したヘルスコーチの内容と参加者の声

パーソルキャリアの独自調査では、女性特有の健康症状から「働き方を変えた/諦めた経験のある人」が5割以上いることが明らかになりました。そこで当社は、はたらく女性の健康問題を解消したいと、「はたらく女性の健康と活躍を考える会」を立ち上げ、社内外で活動しています。その一つが、社員へのヘルスコーチの取り組みです。

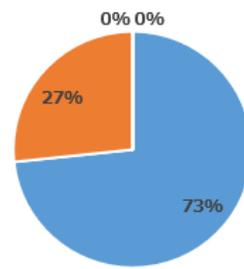
当社の社員は生物学的な男女比率が、男性：女性＝47：53と女性が多くを占めています。また女性社員の8割以上が20～30代であることから、生理痛や月経前症候群（PMS）に悩む女性が数多く存在していました。そこで、女性には適切な対応方法を知ってもらうため、管理職には女性の体に起こることを知ったうえで理解ある対応をしてもらうために、それぞれに向けた生理／生理痛／月経前症候群（PMS）セミナーを実施。その後、希望者30人に対し、女性ホルモンバランスプランナーの資格を持つヘルスコーチとのオンライン1on1を実施しました。

その結果、100%の人に意識変容や行動変容があったほか、体調の変化や仕事のパフォーマンス向上などが見られました。

参加して満足だった。



意識の変化や行動変容に繋がった。



■非常にそう思う ■ややそう思う ■あまりそう思わない ■まったくそう思わない

■非常にそう思う ■ややそう思う ■あまりそう思わない ■まったくそう思わない

問い合わせ先 パーソルキャリア株式会社（旧社名：インテリジェンス） 広報部
TEL：03-6757-4266 FAX：03-6385-6134 pr@persol.co.jp

〈参加者の声 ※一部〉

- ・ビタミン C を摂取する、ストレッチをするなど、簡単に取り入れられるものをご提案いただき、無理なく実践できました。
- ・以前は、PMS はメンタル的にかなりつらく、睡眠にも影響が出ていましたが、ヘルスコーチ後は睡眠の状況が改善し、仕事への影響が少なくなりました。
- ・全体的に疲れにくくなり、集中力があがった気がしています。
- ・事前に対策をとる時期があきらかになったことで仕事のスケジュール・バランスを取りやすくなりました。
- ・今まで仕事が終わってもぐるぐる頭の中で考えることがありましたが、切り替えがしやすくなりました。また、どうすれば自分の身体が楽になるのかが分かったので、しんどい時こそ我慢せず、楽になるために行動しようと考えられるようになりました。

〈ヘルスコーチの体験記事〉

<https://note.persol-career.co.jp/n/n96d917608928>

〈ヘルスコーチ実施概要〉

- ・実施時期：1 回目：2023 年 3 月 23 日～2023 年 4 月 3 日、 2 回目：2023 年 4 月 13 日～2023 年 5 月 18 日
- ・方法：オンラインにて一人 30 分
- ・対象：パーソルキャリアの生理痛や月経前症候群に悩む女性のうち希望者 30 人

■ [はたらく女性の健康と活躍を考える会](#)について

はたらく女性たちが本来の力を発揮できる環境作りのために、社内外で女性のヘルスリテラシー向上の取り組みを行っています。当事者である女性自身だけでなく、管理職や企業、そして社会全体が、女性に関するヘルスリテラシーを身につけることや、相互に理解を深めることの必要性を認識する。そんな世の中に向けて、活動の輪を広げていきます。

■ [パーソルキャリア株式会社](#)について < <https://www.persol-career.co.jp/> >

パーソルキャリア株式会社は、**「人々に「はたらく」を自分のものにする力を**をミッションとし、転職サービス「doda」やハイクラス人材のキャリア戦略プラットフォーム「iX」を通じて人材紹介、求人広告、新卒採用支援のサービスを提供しています。2022年5月にはプロフェッショナル人材の総合活用支援ブランド「HiPro」を立上げ、副業・フリーランス領域にも参入。グループの総力をあげて、これまで以上に個人の「はたらく」にフォーカスした社会価値の創出に努め、社会課題に正面から向き合い、すべての「はたらく」が笑顔につながる社会の実現を目指します。

当社のミッションについて：https://www.persol-career.co.jp/mission_value/detail/

■ [株式会社LEAN](#)について

株式会社LEANは、生理の悩みを相談できる情報メディア「[Lean](#)」を運営しています。サービス名称「Lean」には、凛とした気持ちで過ごせる人を増やしたいという思いが込められています。

所在地：東京都品川区豊町5-4-7

設立：2023年5月22日

代表：立道 友緯

公式サイト：<https://home.jp-lean.com/>

事業内容：生理の悩みを相談できる情報メディアの運営、生理用品の購入を補助する福利厚生サービスの運営

問い合わせ先 パーソルキャリア株式会社（旧社名：インテリジェンス） 広報部
TEL：03-6757-4266 FAX：03-6385-6134 pr@persol.co.jp