

2025年1月21日

太陽化学株式会社

株式会社 HATHA

ビジネスパーソンの健康課題に寄り添う「疲労改善プログラム」を

三菱地所シェア休養室「とまり木」にて開催

～鉄不足に注目し、自主的な健康行動をサポート～

太陽化学株式会社（本社：三重県四日市市、代表取締役社長：山崎 長宏）は、現代人の生活の質や労働パフォーマンスの低下の原因として課題視されている「疲れやすい、イライラする、不安感、冷え」などの軽度の健康課題を改善するための『疲労改善プログラム』を株式会社 HATHA とともに、三菱地所株式会社が運営するシェア休養室「とまり木」にて開催します。太陽化学はミネラルなどの機能性素材を研究開発する「ミネラルカンパニー」として、これらの健康課題の原因の一つである鉄不足に注目し、ビジネスパーソンに対して鉄の情報啓蒙および手軽に鉄を摂取するための手段提供を行うことで心身のバランスを整え、自主的な健康行動をサポートします。

■開催背景

現代社会において、ビジネスパーソンは業務の多様化や人間関係の複雑化に伴い心身ともに大きな負担を抱えています。太陽化学の調査結果では20～40代の女性のうち、実に69.7%の人が「疲れやすい、イライラする、不安感、冷え」などの軽度の健康課題を感じたことがあるということがわかりました。^{*1} これらの症状は具体的な病名が付かないため、周囲に理解されにくく、本人自身も悩みを抱えがちです。

これらの課題は単なる個人的な問題ではなく、社会全体、ひいては企業の生産性にも大きな影響を与える深刻な問題になりえます。さらに欠勤、労働パフォーマンスの低下にもつながり、その損失金額は約5,700億円にもなるというデータもあります。^{*2}

そこで、「疲れやすい、イライラする、不安感、冷え」などの軽度の健康課題に負けない生活サポートを行いたいと考えました。

■不足ミネラル「鉄」で健康課題をサポート

軽度の健康課題には、様々な要因が考えられますが、ミネラル「鉄」不足も原因の一つです。^{*3} 鉄は体のすみずみに酸素を運ぶ重要な役割を担っていますが、不足するとエネルギー代謝の低下、新陳代謝の低下、疲労感の増大など様々なトラブルが起こります。また鉄は肌のターンオーバーにも深くかかわり、美容にも重要であることから注目を集めていますが、それでも尚、国民健康栄養調査によると鉄の摂取量は成人女性の多くの年代で不足しています。その理由として鉄を豊富に含む食材が限られているため、食事から鉄を充足させることが難しいことが一因と考えられます。太陽化学ではこの状況を踏まえ、手軽に鉄を摂取できる鉄サプリや鉄強化加工食品を有効活用すべきではないかと考えています。

■太陽化学が研究開発してきた「NDS 化鉄」

太陽化学はミネラルカンパニーとして、25 年以上にわたり安全性が高く、そして吸収性の高い特殊な「NDS 化鉄」を供給しています。太陽化学の調査結果では鉄剤、鉄サプリメントを摂取したことがある 20~40 代女性の約 4 人に 1 人が、鉄独特の味や臭いや胃のむかつきなどの不調を経験しており、鉄を摂取したくないと感じていることがわかってきました。
*1 「NDS 化鉄」は、従来問題視されてきた嫌な鉄味がなく、胃への負担が少なく安全性の高いだけでなく、吸収性が高いとされるヘム鉄と同等の吸収性が確認されている鉄原料です。この特殊な「NDS 化鉄」によって鉄強化食品の分野では高い評価を得ており、世の中に鉄強化食品が展開される一役を担ってきました。

■シェア休養室「とまり木」会員企業(利用者)に対しての『疲労改善プログラム』を開催

三菱地所はシェア休養室「とまり木」を 2023 年から実証実験として運営しています。体調不良時の休養の場として利用されているだけでなく、短時間で従業員の生産性を向上させるこれまでにない新しい場としても利用されています。この度、シェア休養室「とまり木」の利用者を対象に、『疲労改善プログラム』を開催いたします。

多くのビジネスパーソンは自身の不調と疲労感を十分に把握できていません。本プログラムを通じて、自身の健康に向き合い、運動や栄養（鉄分）の重要性を認知し生き生きと生活できるサポートを目指します。

<実施内容>

日時

第 1 回：2025 年 1 月 21 日(火)18:15~19:00

測定会・栄養セミナー（鉄の働きとおすすめ鉄強化食品）・疲労改善セルフマッサージ（呼吸を深めるマッサージ～体内に鉄を運んで元気に～）・生活習慣アンケート

第 2 回：2 月 18 日(火)18:15~19:00

測定会・栄養セミナー（鉄の意外な働き：美容、睡眠）・疲労改善セルフマッサージ（美と元気をチャージするマッサージ～鉄の吸収率をあげる～）・行動変容アンケート

場所：千代田区大手町 1-6-1 大手町ビル 1 階 シェア休養室「とまり木」

対象者：シェア休養室「とまり木」会員企業の従業員

内容：以下の通り

①ヘルステックを活用した自身の健康状態把握



ASTRIM FIT
(SYSMEX社)



生活習慣
アンケート

ヘモグロビン推定値

軽度の健康課題

②健康課題を解決するための具体的な手段

・栄養セミナー(太陽化学)

鉄分についての重要性の情報啓蒙
手軽に鉄分を摂取するための手段提供

・疲労改善セルフマッサージ(HATHA)

自宅、オフィスで手軽にできる簡単実践できるマッサージ

③体感・情報啓蒙による行動変容の確認

・行動変容アンケート

体感・情報啓蒙によって行動変容が継続されているか確認。行動変容が起きていない場合は、なぜ活動できなかったかを確認し、再度啓蒙を行う。

① ヘルステックによる自身の健康状態の把握：「生活習慣アンケート」を実施することで自身の「軽度の健康課題」の状態把握を行い、ASTRIM FIT(SYSMEX 社)によりヘモグロビン推定値を測定することで、「軽度の健康課題」と「鉄不足」の関係性を可視化します。

- ② 健康課題を解決するための具体的な手段：太陽化学から鉄の重要性についての栄養セミナーを実施します。これによって鉄の重要性、「軽度の健康課題」と鉄不足の関係性について理解度向上を目指します。また日頃の食事で不足しがちな鉄を補充するために、鉄サプリメントや鉄強化加工食品を紹介し簡単に鉄補給できる手段を提供することで、参加者の行動変容を促し、サプリメント飲用前・飲用後のヘモグロビン推定値の変化を測定します。
- ③ 健康経営向けにウェルネスプログラムを提供している HATHA から疲労改善セルフマッサージを提供します。座ったまま、肩こり、腰痛、身体の怠さなどを改善するセルフマッサージを学ぶことで、食生活以外の方法でも参加者の行動変容を行います。
- ④ 体感・情報啓蒙による行動変容の確認：①で自身の健康状態を可視化し、②で課題を解決するための具体的な手段を提供された参加者が自主的な健康活動の実施へ行動変容できているかを確認します。実施できていない参加者にはなぜ行動変容に繋がらなかったかを確認し、再度啓蒙を行い参加者の行動変容を目指します

*1 20-40代女性(N=3,606名)への太陽化学によるアンケート調査(2024年12月)より

*2 経済産業省「女性特有の健康課題による経済損失の試算と健康経営の必要性について」のレポートより

*3 Nutrients 2023, 15, 865

■太陽化学株式会社について

太陽化学(株)は“世界の人々の健康と豊かな生活文化に貢献する”ことを経営理念として掲げる食品原料メーカーです。研究開発型企業として、伝統的な天然素材から最先端技術を応用した新規素材まで様々な食材・工業用途素材を取り扱うと共に、無限の可能性を秘めた機能性食品素材の創造に取り組んでいます。

商号 : 太陽化学株式会社
 代表者 : 代表取締役社長 山崎 長宏
 所在地 : 〒512-1111 三重県四日市市山田町 800 番
 設立 : 1948年1月
 事業内容 : 乳化剤、安定剤、鶏卵加工品、機能性食品素材等の開発、製造
 資本金 : 77億3,062万円
 URL : <https://www.taiyokagaku.com/>

■三菱地所 シェア休養室「とまり木」について



シェア休養室「とまり木」は、個社では手間暇と維持管理コストがかかる休養サービスを企業間シェアという形で提供するサービスです。三菱地所グループの新事業提案制度により生まれた取り組みで、2023年10月より実証実験をスタートしています。

体調不良時の「休養(リカバリー)」と日常の生産性向上に資する「カラダを整える(チャージ)」にフォーカス、効率よく、短時間で、リセットできるメニューを取り揃え、開始以来6千人を超えるビジネスパーソンにご利用いただいております。慢性疲労、肩凝り・腰痛、不定愁訴、月経痛・PMS等を我慢せず解消できる場として、大手町ビル1階で営業中。

■株式会社 HATHA について



HATHA
Balance Of Yin&Yang

株式会社 HATHA は、「一人ひとりの健康が未来を変える」を企業理念に掲げ、健康経営を楽しみながら実践できるウェルネス講座を提供しています。各講座は、日常生活の中で効率的に行えるよう工夫されており、腸活をステップアップさせた『肝活』や『疲労回復プログラム』『代謝を上げるウォーキング講座』など、多彩な内容で従業員の健康と企業の活力をサポートしてまいります。HATHA は、楽しみながら学べるプログラムを通じて、働く方々の健康を守り、企業全体の生産性や職場環境の向上に貢献します。

【本プレスリリースに関するお問い合わせ先】

太陽化学株式会社 担当 マーケティング部 粕淵

[Tel:03-5470-6800](tel:03-5470-6800)

E-Mail: support@taiyokagaku.co.jp