



2025年1月30日
株式会社ティップネス

— カゴメとティップネスによるコラボレーションプログラム — 若手従業員の早期離職を食事・運動・メンタルヘルスで予防する 「若手従業員健康リテラシー向上プログラム」提供開始

関東・関西・東海地区に総合フィットネスクラブおよび24時間トレーニングジムを展開する株式会社ティップネス（本部：東京都千代田区、代表取締役社長：岡部 智洋、以下ティップネス）は、カゴメ株式会社（本社：愛知県名古屋市、代表取締役社長：山口聡、以下カゴメ）とのコラボレーションプログラムとして、「若手従業員健康リテラシー向上プログラム」の提供を1月30日より開始します。若手従業員の早期離職に課題を抱える法人に向けて、食事・運動・メンタルヘルスという3つの視点からのアプローチで就業継続へつなげることを目的とした新しいプログラムです。



□ “社内コミュニケーションの円滑化”と“健康習慣の獲得”で若手従業員の就業継続を促す

近年、若手従業員の離職率の高まりに頭を悩ませる企業が増えています。厚生労働省が2024年10月に発表した調査結果によると、就職後3年以内の離職率は、高校卒は2年連続で上昇、大学卒は3年連続で上昇しています。（厚生労働省「新規学卒就職者の離職状況（令和2年卒業者）」より）

そんな中、ティップネスではこのたび野菜のリーディングカンパニーであるカゴメと協業し、新卒をはじめとする「若手従業員の早期離職予防」を目的としたプログラムの提供を開始します。若者にありがちな乱れた食生活は、体調不良や集中力の低下など社会人としてのパフォーマンスに影響を与えます。本プログラムでは、食事・運動・メンタルヘルスという3つの視点からアプローチを行い、仕事を円滑に進めるためのコミュニケーション術や健康習慣を身につけることで、心身のコンディションを整え健康と前向きな思考を保ち、就業継続を促すことを狙います。

当社は、今後も法人の課題解決につながるサービスを積極的に展開し、企業理念である「健康で快適な生活文化の提案と提供」を実現してまいります。

□ 「若手従業員健康リテラシー向上プログラム」概要

第1部：講義「気づく、わかる、すぐ実践できる！野菜から始める食生活改善」（講義 45分＋質疑応答 15分）

カゴメの専門チーム「野菜と生活 管理栄養士ラボ[®]」による講義で、野菜の栄養や必要性、野菜摂取量の簡単な把握方法、ムリなく実践できるバランスの良い食事法などを学びます。また講義前後には推定野菜摂取量を見える化する「ベジチェック[®]」（※）での測定をおこない、食習慣改善の行動変容へつなげます。

※ベジチェック[®]…手のひらをセンサーに約 30 秒押しあてるだけで簡単に野菜摂取量が推定できるカゴメの機器。



第2部：講義「仕事が進みやすくなるコミュニケーション術」（30分または45分）

心理カウンセラーが講義を担当。社内ネットワークが弱い若手社員の悩みや不安を解消し、企業人としての成長を促すことを目的に、「すぐに実践できるコミュニケーションの取り方」を座学とグループワークで学びます。社内における情報の取得法、他者の意図のつかみ方、得られた情報を活用した円滑な仕事術を、3～5名のメンバーに分け、グループワークをおこないながら順序だてて身につけることができます。

第3部：運動教室「カラダほぐす YOGA」（30分または45分）

ティップネスの人気プログラム「からだほぐす YOGA」のレッスンで、日々蓄積される疲労やコリ、ストレスにアプローチ。ゆったりとしたヨガのポーズに加えてストレッチや呼吸法・瞑想をおこない、心地良くカラダをほぐしリセットします。緊張から解放されて深いリラックスを得られ、呼吸や自律神経が整うことで免疫力の向上も期待できます。



【概算費用（税込）】

385,000 円

※内容の組み合わせや時間はカスタマイズ可能です。（別途お見積り）

▷プログラムの詳細はこちら>> <https://partner.tipness.co.jp/plan/1vdevzjr87hj0unb.html>

□ 株式会社ティップネス 会社概要

会社名：株式会社ティップネス

本部：〒102-0081 東京都千代田区四番町 5 番地 6 日テレ四番町ビル 1 号館 3 階

創立：1986 年 10 月 代表者：代表取締役社長 岡部 智洋

事業内容：フィットネスクラブの経営

店舗数：直営店 143 店舗、フランチャイズ 3 店舗、受託施設（指定管理含む）11 施設