

**PMSや更年期について、当事者の思いや周囲のサポートのポイントを解説  
静岡市の職員に向けて「働く世代の健康課題」を  
テーマにした研修動画を提供しました**

「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、静岡市(市長:難波 喬司、以下 静岡市)より委託を受け、静岡市職員に向けて、「働く世代の健康課題」をテーマにした研修動画を提供いたしました。



今回提供した研修動画は、「知っておきたい月経・PMS・男女の更年期～誰もが安心して働ける職場のためのヘルスリテラシー～」をテーマに、月経やPMSに関する基本知識に加え、男女の更年期にみられる症状について、専門家の立場からわかりやすく解説しています。当事者の気持ちはもちろん、支える人や共に働く人の視点からのサポートのヒントも動画内で紹介しています。

### ■静岡市 担当者様コメント

男女で異なる健康上の課題を正しく認識することは、働きやすい職場環境の創出に資するだけでなく、さまざまな市民と接する機会の多い行政職員にとって重要な視点です。今回の研修では、特に男性職員から「月経や更年期についての理解が深まった」「体調が優れない職員への声掛けの仕方が参考になった」といった感想が寄せられました。日常業務の中では知る機会の少ない月経やPMS、更年期に関する基礎的知識を習得する機会となり、職場での相互理解を深める上で有意義な研修であったと考えています。

### ■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、診断や処方は行いません。

- ▶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](mailto:info@famione.com) TEL:080-2243-6995