

「f44」ブランド立ち上げに伴う組織内推進活動として  
キューサイの社員を対象にウェルエイジングの実践として  
フェムケアを学ぶヘルスケアセミナーを開催しました

「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、以下 ファミワン)はキューサイ株式会社(本社:福岡県福岡市、代表取締役社長:石川 順朗、以下 キューサイ)にて、全社員を対象に「みんなで知りたい 働き盛りの健康課題～月経・男女の更年期～」セミナーを開催しました。



本セミナーは、ファミワンの公認心理師・臨床心理士である戸田さやかが講師として登壇し、「みんなで知りたい 働き盛りの健康課題～月経・男女の更年期～」をテーマに、月経・更年期症状の基礎知識から、今からできるセルフケア、支える立場でできることについて分かりやすく解説しました。

セミナー開催前には、事前アンケートにて「健康課題で気になっていることや困っていることはありますか?」「ウェルエイジングやセルフケアのために、どんなことに取り組んでいますか?」といった、健康課題に対する意識を調査し、実際に月経・PMS や更年期を始め様々な症状で気になっていることや困っていることが具体的に回答として得られ、社員のヘルスケアに対するリテラシー向上が必要であることが分かりました。

当日は、現地での対面形式で23名、オンライン64名の方に参加いただき、更年期や睡眠にまつわるセルフチェックシートも活用しながら、聞いているだけではない参加型での講義形式となりました。最後のワークでは4人グループとなり健康課題に対して「やれていないことをどうすれば日々の生活に無理なく取り込めるでしょうか?」という問いに対して、セルフケアに関する意見を出し合い、学びを深めました。オンラインで参加していた方にもブレイクアウトルーム機能を使って自動で設定されたグループで、現地参加者と同様にワークを行い、出た意見をチャットで送ってもらうなど、活気あふれる学びの場となりました。

## ■セミナー概要

【テーマ】「みんなで知りたい 働き盛りの健康課題～月経・男女の更年期～」

【開催日時】2026年5月19日 13:30～15:00

【開催場所】キューサイ

【対象者】キューサイの全社員

【講師】公認心理師・臨床心理士 戸田 さやか(ファミワン)

## ■セミナー開催の背景

キューサイは2026年4月、仕事や家庭で忙しい40～50代の「責任世代」の女性たちに向けたフェムケアブランド「f44(エフフォーティフォー)」を立ち上げました。このブランドの立ち上げにあたり大切にしたのは「当事者として、エイジングによる健康課題を正しく理解する」ことです。キューサイ社員の6割以上が女性であり、その多くが今回のターゲットである40～50代の「責任世代」と同じ立場にあります。しかし、女性特有の健康変化については、当事者であっても正しい知識を持ち合わせていないケースが多いのが実態です。「お客さまに寄り添うために、まず自分たちが知る」。その思いから、社員を対象とした女性の健康に関するセミナーを実施しました。

▼詳細はこちら

<https://corporate.kyusai.co.jp/news/detail.php?p=15757>

## ■キューサイ株式会社 f44 ブランド担当者からのコメント

今回、社員自らがウェルエイジングを体現し、お客様へその価値をお届けするために、まずは自分自身やパートナー、家族の健康課題について考える機会を設けました。セミナーを通して、年代性別を問わず、学び、意見交換ができたことはとてもよかったと思います。

<キューサイ株式会社>

1965年に福岡県福岡市で創業し、2025年10月で60周年を迎えました。人々のカラダとココロの健康や健康寿命の延伸に貢献したいと、ケールを原料とした青汁「ザ・ケール」をはじめとしたヘルスケア商品やスキンケア商品の事業領域を広げ、数多くの商品・サービスを世の中に展開してきました。2022年からは「心身のウェルエイジングを発展・普及させ、人々が前向きに歳を重ねられる世界を実現する。」をミッションに掲げ「ウェルエイジングカンパニー」を目指して企業活動に取り組んでいます。

▼詳細はこちら

<https://corporate.kyusai.co.jp/>

## ■セミナー開催後アンケートからのコメント(一部抜粋)

- ・話づらいテーマに対し、突っ込んだ講義内容で興味が湧き、意識が高まった(50歳代、男性)
- ・私だけでなく男性も更年期には不調がでてくるし、それを周りに伝えていいと言われてもらった(50歳代、女性)
- ・わたし自身、今年44歳。平均的な更年期突入の年齢が知れ心構えができた。(40歳代、女性)
- ・自分の周りに更年期の方がいますが、どう寄り添ったらいいか学ぶことができてよかった。(30歳代、女性)
- ・女性だけでなく男性も更年期などの悩みがでることがあることを知った、女性の生理的な苦しみをデータをもとに説明いただいたのでわかりやすいし誰でも共感できたと思いました。(40歳代、女性)
- ・ワークをしながら自身や周りの健康課題や生活について考えられて、貴重な機会になりました。(20歳代、女性)

## ▼研修当日の様子



## ■ヘルスケアサポートサービス「ファミワン」の概要 組織や地域全体の風土づくり × 当事者の個別サポートの2軸でご支援

「ファミワン」は、専門家セミナーによる「風土醸成」と、オンライン相談による「個別の当事者サポート」により、企業の健康経営や女性活躍を支援する福利厚生提供、そして自治体における住民支援を行っています。利用者は看護師や心理士等の有資格者に匿名で相談でき、心理的安全性の向上や不調の未然防止に寄与します。また、企業や地域の課題に合わせてカスタマイズしたセミナーや研修により、当事者のみならず周囲の支援者も含めた組織・地域全体のリテラシー向上を図ります。

2018年の提供開始以来、小田急電鉄やTBS厚生会、大成建設、NTT、講談社等の民間企業から、神奈川県横須賀市や東京都世田谷区、広島県三原市、群馬県邑楽町、茨城県、奈良県、山梨県等の各自治体に幅広く導入。特にプレコンセプションケアや働く人々の健康課題、DE&I推進の領域において国内トップクラスの実績を有しています。

※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。

▶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/>

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