

**参加満足度 100% 見えない不調を「チームの支え合い」へ
「生理痛体験からはじまる職場理解ワークショップ」の
企業向け無料体験会を開催し、正式提供をスタート**

「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、2026 年 8 月 27 日(木)、Panasonic Beauty 表参道にて企業の人事・総務・D&I 推進のご担当者様を対象とした「生理痛体験からはじまる職場理解ワークショップ」の先行体験会を実施いたしました。

**参加者満足度100%
生理痛体験からはじまる新たなワークショップ****お問い合わせ・個別相談受付中**

famione

月経(生理)に伴う不調による労働損失が注目される中、「生理休暇などの制度はあるが利用されない」「周囲がどう配慮すべきかわからない」と悩む企業が増えています。本ワークショップは、座学での知識習得に留まらず、専門機器を用いた「生理痛の疑似体験」やチームでのワークを組み込むことで、見えない不調への想像力を育み、すぐに取り組めるアクションへと繋げる新しいアプローチのワークショップです。

**対話と豊富な展示で深まる『職場理解ワークショップ』
グループワーク・展示エリアの様子**

famione

■明日からできるセルフケア、周囲ができるアクションを共有

当日は、参加者全員が専用機器による痛みを体験しました。これまで生理痛を経験したことのない参加者からは「これほどの痛みを抱えて仕事をしているとは想像以上だった」「すぐ横になりたいほどの痛み」と驚きの声が上がりました。

グループワークでは女性の4つの「ゆらぎ(ホルモン周期)」や痛みを知ったうえで、この不調や辛さを個人の我慢で終わらせず、チーム全体でどう支え合うかについて、各社の人事担当者同士でディスカッションが行われました。「常備薬を設置する」「長時間の会議ではトイレ休憩を取る」「4つの期があることを理解して、いつ自分にどんな症状があるかを知る」「使いやすい休憩スペースの設置」といった、明日からすぐに自社で取り組める具体的なアイデアが多数共有され、非常に熱量の高い時間となりました。

■事後アンケート結果

事後アンケートでは、参加者全員から「大変満足(78%)」「満足(22%)」との評価を獲得しました。特に「ホルモン周期の講義と疑似体験の組み合わせが非常に腹落ちした」との声が多く寄せられています。また、4つの周期を示すタペストリーや様々な不調を知る「不調カード」、生理痛用品の展示も非常に好評をいただきました。

■本ワークショップお問い合わせ先

特設サイト: <https://project.famione.com/shokuba-work>

お問い合わせフォーム: <https://form.run/@famioneworkshop-contact>

■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。

▶法人向け 福利厚生サービス <https://famione.com/benefit>

▶自治体向け住民へのヘルスケアサポート事業 <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/>

- ▶法人向け 福利厚生サービス <https://famione.com/benefit>
- ▶自治体向け住民へのヘルスケアサポート事業 <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 TEL:080-2243-6995