famione

報道関係各位

2026 年 11 月 06 日
株式会社ファミワン

専門家が正しい知識を届け、ヘルスリテラシー向上とライフプラン形成を支援

山梨中央銀行の入行 3・5 年目行員を対象に「プレコンセプションケア」をテーマとした研修をそれぞれ実施しました

「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）は株式会社山梨中央銀行（本社：山梨県甲府市丸の内、代表取締役頭取：古屋賀章、以下山梨中央銀行）の 3 年目行員および 5 年目行員を対象に、2026 年 8 月と 10 月の 2 回にわたり、プレコンセプションケアをはじめとするライフプラン・キャリアプランのためのヘルスケアセミナーを開催いたしました。



ファミワンは、山梨中央銀行の行員向けプレコンセプションケア研修を 2024 年度より継続して提供し、本年度で 3 回目となりました。前年度（2025 年度）の研修参加者からのご要望を受け、対象年次を 2 年早め、より早い段階で正しい知識を身につけることで、将来の選択肢やライフプランの検討に役立てていただくことを目的としています。

本研修では、「将来のために正しく知ろう プレコンセプションケアをはじめよう」をテーマに掲げ、女性特有の健康課題（月経、PMS など）に関する正しい知識を伝えるとともに、プレコンセプションケアの概念や日頃の生活習慣の振り返り、将来および次世代の健康とのつながりについて解説しました。参加者からは、自身のライフプランやキャリアプランを見つめ直すだけでなく、職場における周囲への相互理解や、業務上で接する顧客への理解深耕につながる気づきが見受けられました。正しいヘルスケア知識の習得とライフ・キャリアプランの一体的な検討を通じ、行員が働きやすい環境づくりとキャリア形成を後押しすることを目指しています。

また、現地会場では、生理用品やセルフ検査キット等のサンプルを展示するブースを併設し、実際に製品を手にとり特徴や使用感を確認できる体験機会を設けることで、女性特有の健康課題や日常的な負担への理解を深め、職場における相互理解をさらに促進する取り組みとなりました。

■セミナー参加者の声

「若い内からライフデザインやライフイベントについて考えるのが大切だと思った。」
「自分の将来について長期的に見ることができた。またそのために今何をするべきか考えるきっかけにもなった。」
「ライフデザインについて細かく考えることができた。銀行でもお客さまのライフデザインに関わる立

場なので、今回学んだ知識を私生活だけでなく、業務でも活用していきたい。」
「女性側の目線に立って一定の配慮はしないといけないと強く感じました。今は一般職のため、そこまで強く意識はしていないが、監督職になった場合にはより一層言動に気をつけていこうと思う。」

■開催概要

【テーマ】「将来のために正しく知ろう プレコンセプションケアをはじめよう」
【開催日時】8 月 21 日（金）・10 月 9 日（金）
【講師】
8 月： 小澤 彩加　看護師・不妊カウンセラー（株式会社ファミワン）
10 月：西岡 有可　不妊症看護認定看護師（株式会社ファミワン）
【対象】 山梨中央銀行 3 年目行員および 5 年目行員
【開催形式】 現地開催

■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の提供、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
▸自治体向け住民へのヘルスケアサポート事業 https://famione.com/local/



＜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