

企業の皆さまへ

オフィスで足つぼ？
無料トライアルを実施中！

女性社員の健康をもっと応援したくないですか？
もし何かできることがあるのなら、いいなと思いませんか？

Femcarework

それなら、女性のための足つぼがオフィスで受けられる「Femcare work」をおすすめします。

なぜなら、仕事のちょっとした合間や休憩中に気軽に受けていただくことができ、ケアは足だけなのに全身への効果があり、即効性のスッキリ感だけでなく、続けることで女性社員の健康も増進できるからです。

仕事の合間に受けられた方は、

「足がスッキリしました。見てください！スニーカーがゆるい！！」

「めちゃくちゃスッキリして頭もスッキリです。むくんだ夕方の足に効きます！」

「ポカポカで驚いてます。リフレッシュしたので仕事も集中できました。」

「工作中なので頭や顔を触られるのは抵抗ありますが(身だしなみ的に)、足だし消毒もしてくれて受けやすかったです。」

「翌日お通じが良かったのは足つぼのおかげでしょうか？」

「いつも足は冷えてるけど家帰ってもあったかったし、翌日もまだ持続してました。」

「むくんでだるくなった足に直撃。最高です！！」

「毎日やってもらいたい！」

(某百貨店様にてトライアル)

などうれしいお声をいただいています。

現在、「Femcarework」の
無料トライアルを実施中です。
貴社の女性社員にプレゼントして、
喜ばせてあげませんか？

サービス詳細ページ

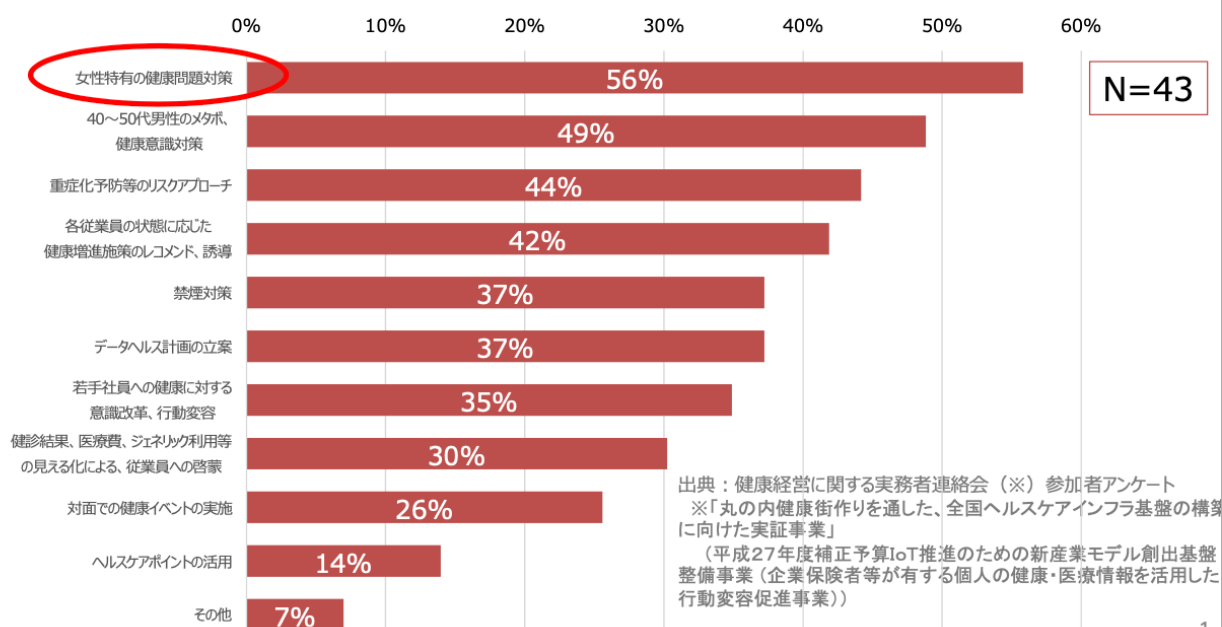


ONE DE MĀYU

健康経営を推進する企業の今後の関心：女性の健康

- 健康経営を積極的に推進する企業においては、特に女性特有の健康問題対策に高い関心が寄せられている。
- 女性の社会進出等の観点から、女性特有の健康課題に対する取組を健康経営銘柄や健康経営優良法人の基準等において明確化し、優良な取組事例を発信していく。

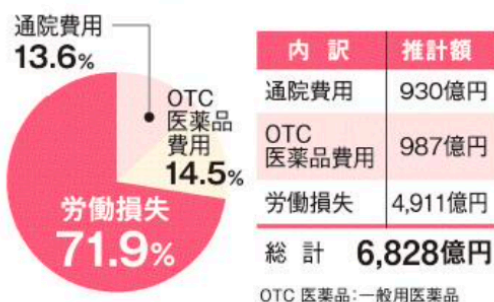
「健康経営」の取り組みで関心が高いものをお聞かせください。（複数選択可）



健康経営による女性の健康課題への対応

- 健康経営の質をさらに高めるためには、今後は女性の健康についても重要視。
- 健康に対する取り組みは過去メタボ対策が中心であったが、日本の全従業員数のうち約44%（2016年）をしめる女性の健康に対する取り組みを増やすことで、企業の更なる活性化につながるのではないかと。
- 例えば、**女性特有の月経随伴症状による労働損失は4,911億円と試算されている。健康経営を通じて女性の健康課題に対応し、女性が働きやすい社会環境の整備を進めることが、生産性向上や企業業績向上に結びつくと考えられる。**

月経随伴症状による1年間の社会経済的負担



Tanaka E, Momoeda M, Osuga Y et al. J Med Econ 2013; 16(11): 1255-1266に基づき作成。

職場における女性の健康に関する現在の課題

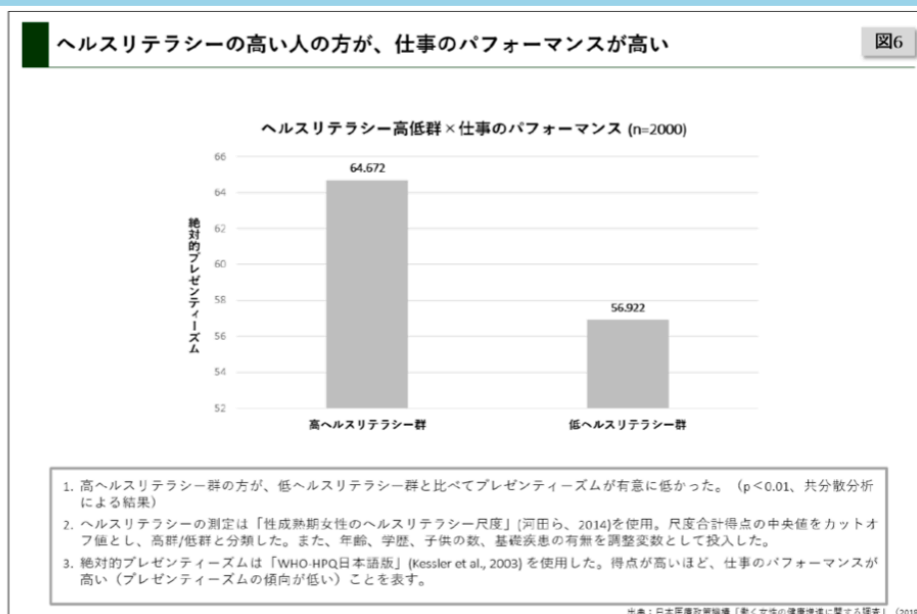
- 女性が比較的多い職種における課題**
例)接客業・立ち仕事・コールセンターなどの職種におけるメンタルヘルスや喫煙率の増加など
- 月経における課題**
例)プレゼンティーズムの損失やリテラシー不足など
- 女性特有の疾病における課題**
例)仕事との両立や婦人科検診の有無など
- 妊娠・出産における課題**
例)キャリアチャンスの喪失など
- 更年期障害における課題**
例)仕事や介護との両立や職場におけるチャンスの喪失など

可能性のある改善・効果

- アブセンティーズムの改善
- プレゼンティーズムの改善
- 長期的な人材活用
- エンゲージメントの向上

女性の健康課題に対するリテラシー

- 女性の健康課題が労働損失や生産性等へ影響していること等の情報について、男性や管理職だけでなく女性自身の知識不足も課題。
- 日本医療政策機構（HGPI）においても、ヘルスリテラシーの高い女性の方が仕事のパフォーマンスが高いという調査結果を発表しており、企業の生産性において女性の健康リテラシーが重要であることが示唆される。



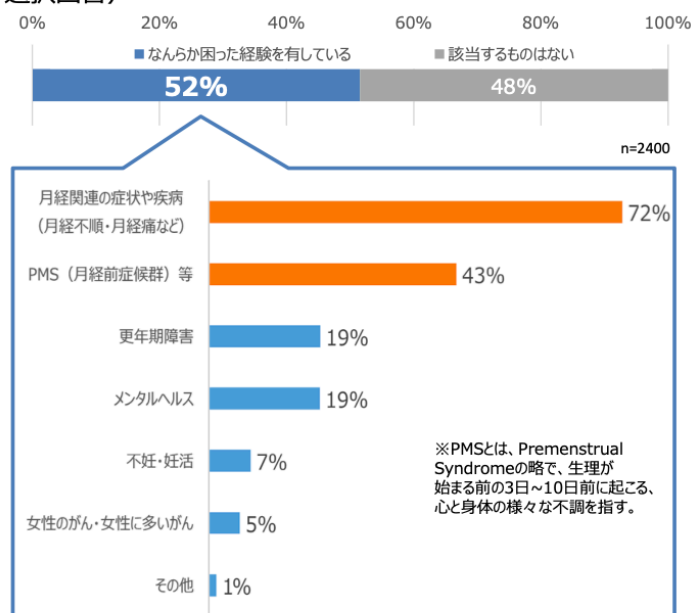
出典：日本医療政策機構「働く女性の健康増進に関する調査2018（最終報告）」（2018年3月）

4

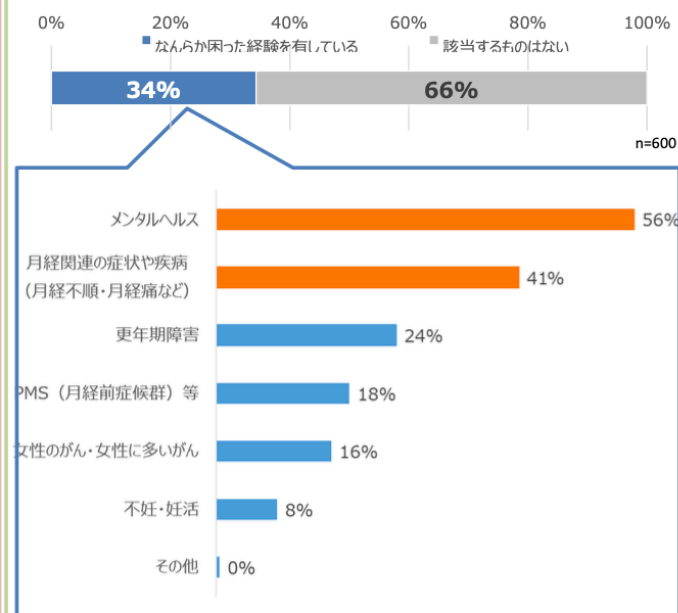
女性従業員が抱える健康課題と仕事への影響

- **女性従業員の約5割が女性特有の健康課題などにより職場で困った経験がある**と回答。そのうちの多くが月経痛や月経前症候群によるもの。他方、管理者では約4割が女性特有の健康課題への対処に困っていると回答するが、**最も多いのはメンタルヘルス**。

【女性従業員】女性特有の健康課題や女性に多く現れる症状により、勤務先で困った経験をしたことはありますか。（該当する方は複数選択回答）



【管理者】管理者として対処に困った経験のある、女性従業員の健康課題や症状を教えてください。（該当する方は複数選択回答）

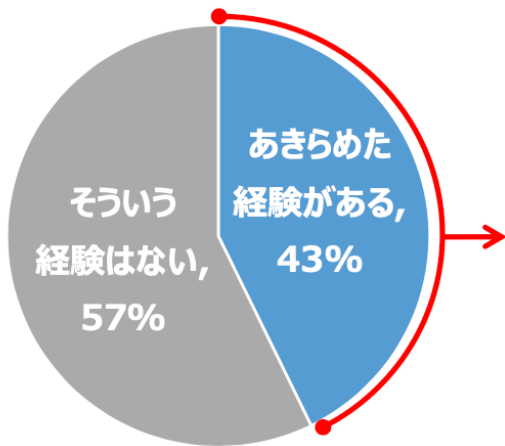


6

女性従業員が会社に求めるサポート

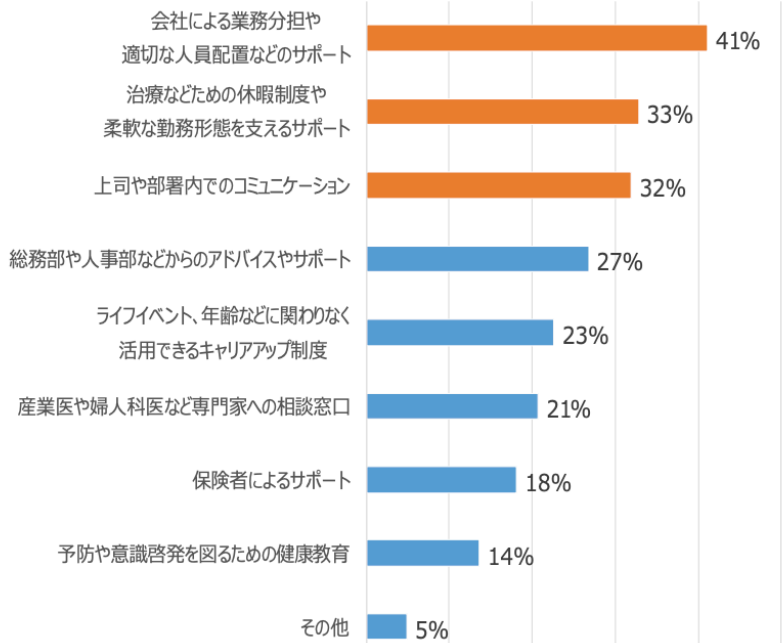
- 女性従業員が会社に求める女性特有の健康課題や症状、妊娠・出産・妊活等におけるサポートとして、「会社による業務分担・適切な人員配置」や、「両立のための休暇制度や柔軟な勤務形態等のサポート」、「上等等部署内コミュニケーション」が多く挙げた。

【女性従業員】女性特有の健康課題などにより職場であきらめなくてはならないと感じた事がありますか。(n=2400)



【女性従業員】その際に職場で必要と感じたもの、あれば助かったと思われるものはどんなものがありますか。

(複数選択、n=1020)



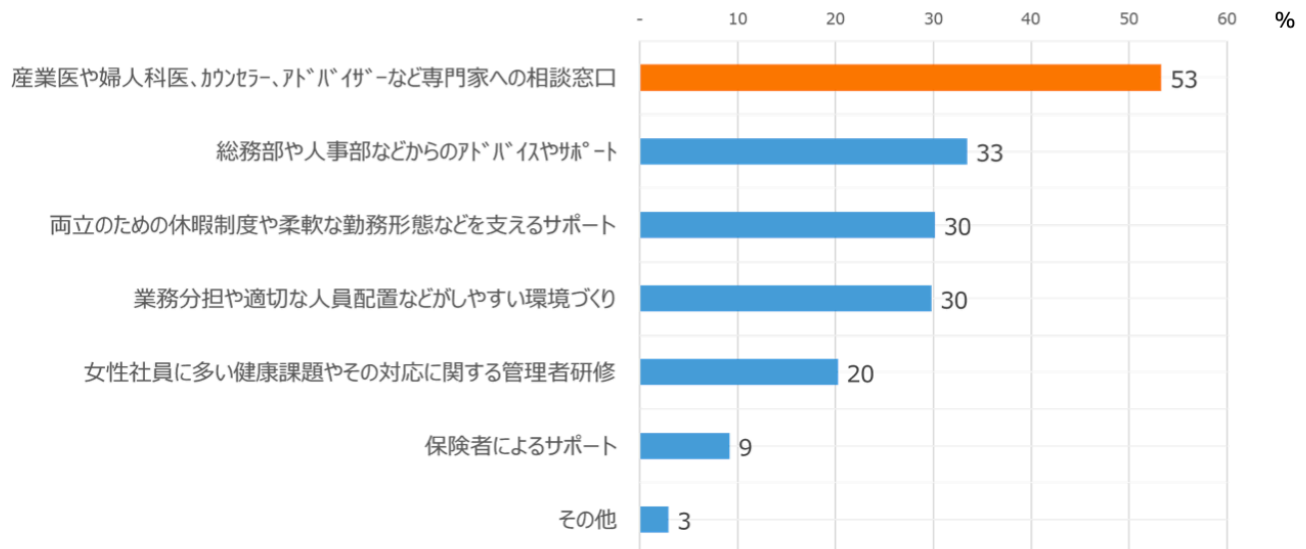
9

管理職が会社に求める女性の健康についてのサポート

- 管理職においては、産業医・カウンセラー等の相談窓口の設置希望が多く、管理職もどのような対応をすればいいのかわからず困っており、外部専門家のサポートを求めているのではないかと。

【管理職】女性特有の健康課題などの事情を持つ女性部下への対応が必要となった際に、職場で必要と感じたもの、あれば助かったと思われるものはどんなものがありますか。

(複数選択、n=272)



管理職の実際の声

- **男性には分からない女性特有の症状**に的確にアドバイス出来ない。
- **妊娠をすると周囲が『無理させられない』と感じ**、重要な仕事は渡せないという気持ちになってしまう。

10

今後女性の健康について以下の施策を実施することで、病気等による休職や離職の防止や生産性の向上、帰属意識の向上等、健康経営の効果が現れるのではないかと。

- ① **リテラシーの向上**・・・研修の中で女性の健康について取り上げることで、女性従業員も自分たちの健康に対する対処方法を知り、男性従業員や管理職も同僚や部下への接し方を知ることができる。
- ② **相談窓口の設置**・・・女性従業員がちょっとした不調を相談したり、管理職が部下の健康状態を見ながら対処方法を相談することができる。
- ③ **働きやすい環境**・・・テレワークや休暇の整備、シフト改善等の制度を整備し、管理職や男性従業員も含めて実践することで、女性従業員がそれぞれの健康状態に合わせた柔軟な働き方ができる。

11

女性従業員の健康を足つぼで？なぜ足つぼ？

・足だけで全身に効く

足つぼは足のマッサージ、足のむくみ取りと思われがちですが、全身の状態をよくする健康法。

・即効性がある

続けることで健康増進。即効性もあり、足や頭がスッキリした、視界が明るくなった等効果を感じやすい

・足が不調の原因だか

座りっぱなしで血流が一番悪くなる足。足（ふくらはぎ）は第二の心臓のため血流悪化で全身の不調にも…

・場所を取らない

休憩室などの隅っこで畳一畳分、女性従業員とセラピストのイス2脚さえあればOK

・気軽

顔や頭なら工作中マッサージするには抵抗がありますが、足なら目立たない場所で抵抗少ない

・自分でもケアできる

受けると自分でもやりたくなり、セルフケアを求める人が増え、相乗効果でさらに効果的！

助けてあげられるのは会社、会社を助けるのは従業員

会社の経営の中で見落とされてきたのが、従業員の健康です。

健康経営と言われるようになり、ようやく気にかける企業も増えてはきましたが、ただ健康になろうと言うだけや、やってあげるだけ、モノを購入させるだけでは意味がありません。

必要なのは、ヘルスリテラシー。

People care when they know. 「人は知れば、気にかける」

わからない、できない、不調のままなのは、何をすればいいか知らないだけ。
知れば、動きたい人は動きます。

「教える」のではなく、環境を用意する。

足つぼを受けるだけなら、簡単です。「気持ちいいなら、むくみ取れるなら、受けてみよ」

そんな”受け身”な環境をまずは用意する。

興味を持ってもらえたら、そこで初めて教えるということが始まります。

それでやっと頭に入り、一人一人が健康生活を送るようになるのです。

だから、まずは「環境づくり」から。

それができるのが、FemcareworkK（フェムケアワーク）

さりげなく、「本日、休憩室で足つぼが受けられます！ぜひ受けてみてください」とスタートしてみてください。

それが本当は、一人一人のヘルスリテラシー向上につながっているとは誰も気づきません。
楽しんでもらいましょう。気持ち良くなってもらいましょう。喜んでもらいましょう！

そこから始まります、会社全体の健康が。

**FemcareworkKでは、無料トライアルを実施中です。貴社で一度やってみませんか？
限定5社までとなっております。お早めにお申し込みください。**

トライアルでは、セラピストが1名休憩室等ご希望の場所に2時間滞在します。
2時間のうちでしたら、何人でも受けていただけます。（女性のみとなります）
実際のサービスの料金や受け方など、貴社にあったプランをご提案させていただきます。
（単発、サブスクあり。料金はセラピストの人数や時間により変動）

2022年7月～8月末まで
募集、8月以降実施

無料トライアルのお申し込み・お問い合わせはこちらから。
<https://ws.formzu.net/dist/S75634923/>



ONE DE MĀYU