

TRULY's VALUE

TRULY

Mission

閉ざされた悩みに向き合い、男女が理解し合える社会へ。

Mission

Vision

Value

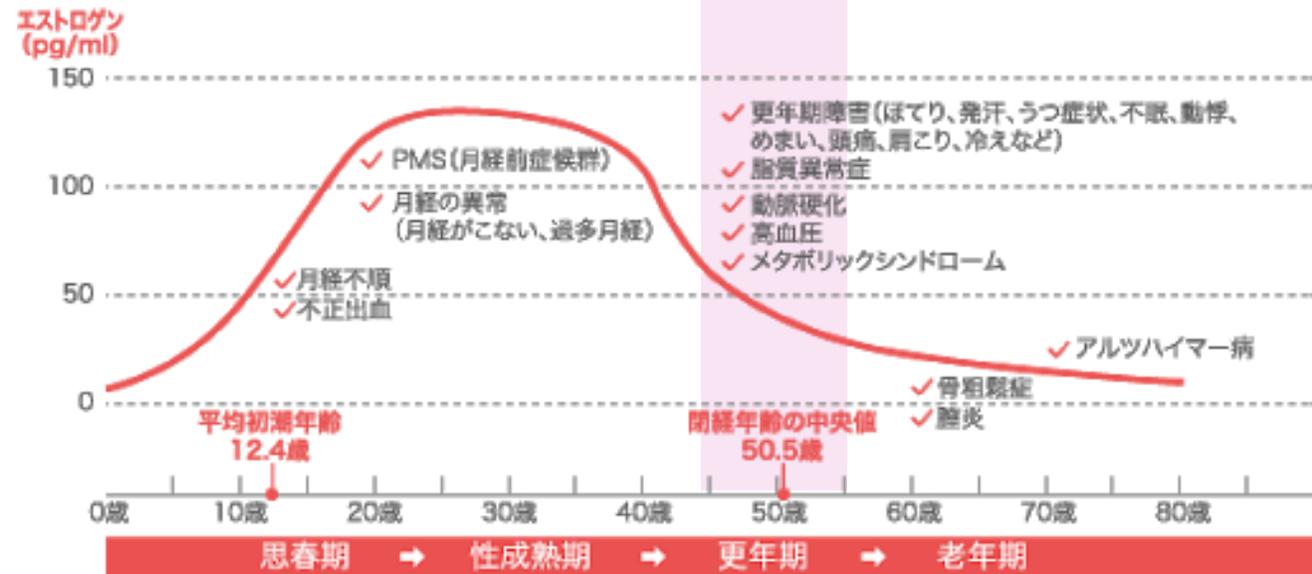
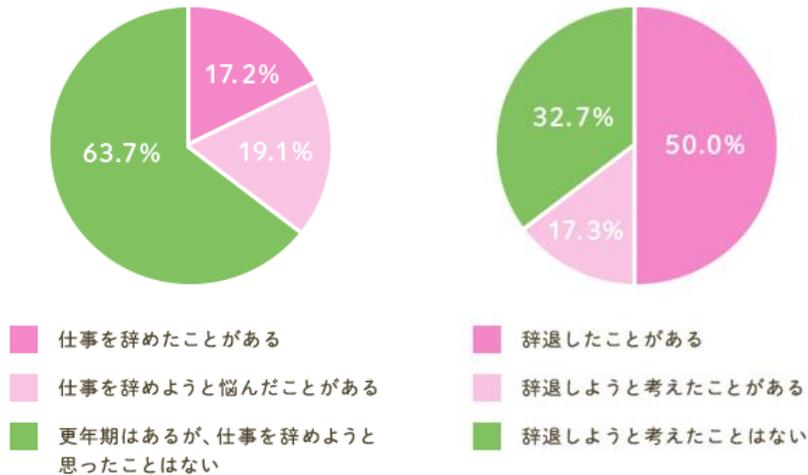
「信じられる情報と、安心できる寄りどころを。」

TRULYは、更年期の先まで、
どこよりも寄り添う、フェムテックカンパニーです。

約7割の女性が、更年期によって管理職昇進を足踏みしている。

女性の社会進出も進み、多くの女性が管理職に就くようになった一方で、辞退を考えているのが現状。

キャリアのピークに「更年期」はおとずれます！



1 生理・PMS



・働く女性の55.7%は、毎月の生理・PMSによる仕事への支障がある

▶ 男性従業員・管理職の理解促進

2 妊娠・出産・産後



・第一子出産前後の離職率46.9%
・機会損失（マミートラック）

▶ 働き方の多様性

3 更年期

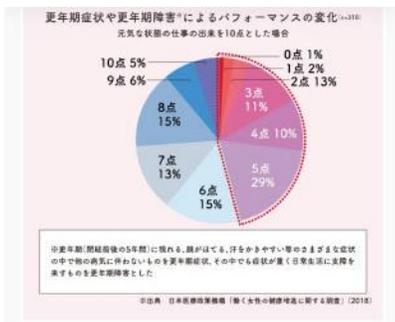


・「更年期」を理由に50%の女性が昇進を辞退
・職場や女性同士でも相談しにくい＝タブー視
▶ 企業側の課題認識、リテラシー向上、サポート

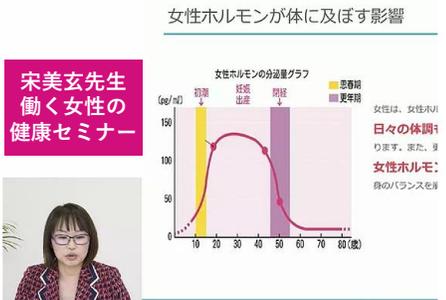
働く女性の悩みに寄りそう「TRULYメソッド」

知る

ヘルスケアセミナー 記事・動画コンテンツ



調査によると、月経に医療候群)の症状を現在、それぞれ約半数。更年期は過去に経験した人によって、仕事のパフォーマンスが半分以上の結果でした。



サンプル動画

https://www.youtube.com/watch?v=Zlsub3s9_6E

調べる

セルフチェック・検査キット

セルフチェック結果

あなたのFem Score

からだ 42%

美容ケア 75%

メンタル 57%

更年期の症状がみられます。



セルフ検査も提供

相談する

生理・月経

妊娠・出産

PMS

性に
関すること

不眠

ストレス
更年期

デリケート
ゾーン

働いている女性社員の健康不安や課題を解決する、医師による個別相談

女性ならではの多くの悩みを相談できる、オンラインチャット相談サービス。

誰にも相談できずに我慢している女性に寄り添い、不安を取り除きます。



<特徴>

- 匿名なので、個人情報を守られながら、職場を気にせず、いつでもどこでも気軽に相談できる
- 宋美玄先生を中心に経験豊富な女医チームが丁寧に対応
- 更年期を中心に、女性の悩みに幅広く対応

<相談ジャンル>

- | | |
|------------|------------|
| 1.生理・月経 | 5.ストレス・更年期 |
| 2.PMS | 6.不眠 |
| 3.デリケートゾーン | 7.性に関すること |
| 4.妊娠・出産 | 8.その他 |

「我慢せず、理解がすすみ、結果キャリアをあきらめない」

「更年期の対策行動」を、「ピンクリボン」のようなオープンアクションへ！

女性個人の変容

女性の女性ホルモンの変動、心身に起こりやすい変化を知り、自身の健康状態を理解し、正しいケア&対策する

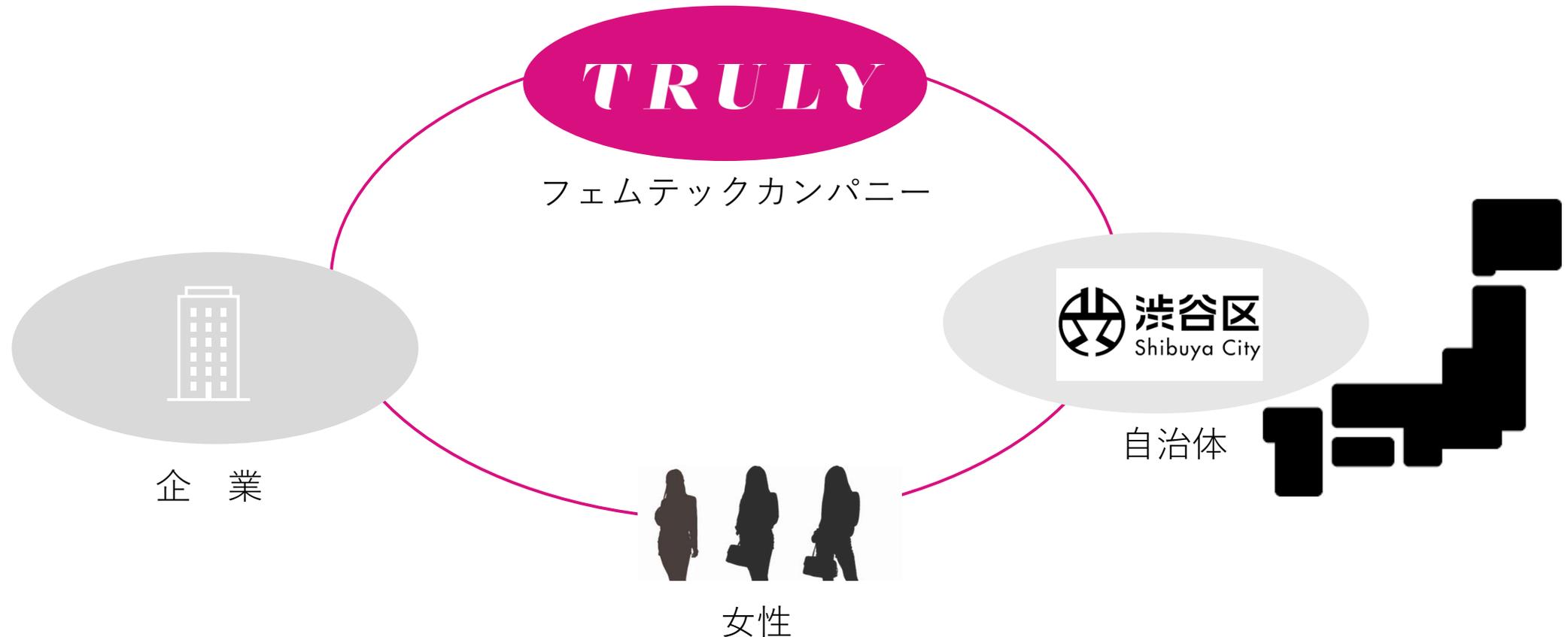
社会の変容

男性や企業を含む社会全体で、更年期を新たなケア分野として正しく向き合い、タブー視せず、理解し合おう

働く女性のウェルビーイングの向上

「更年期の理解促進に加え、対処方法を知り、対策アクションを起こす」

TRULYが展開している、法人向けサービス活用を通して、
渋谷区民モニターの実証実験を皮切りに、北～南～全国自治体へと展開



1) 協力団体である渋谷区でTRULYのサービスを利用

渋谷区のモニター会員30～50代の女性にTRULYのサービスを活用。
(チャット相談・動画セミナー)

2) 利用者に対して、定量・定性調査を実施

利用後、アンケートで「①知識や身体の変化」「②生活への変化」
「③プレゼンティズム指標」をヒアリング。

目的：健康不安を相談したり、対策につながったりする事によって、医学的に計測しにくい、心身の状態の改善につながっている事を可視化。

その結果、生産性を測る指標である「女性のプレゼンティズム」への影響を可視化する。

3) 2)の調査結果を専門家(医者)に評価

調査結果を医師やキャリアの専門家とともに分析し、客観的な評価を検証する。

4) 成果をシンポジウム形式で発信

更年期とキャリアの関係を可視化する。更年期で女性がキャリアを諦めていることなどを顕在化させることも狙いとしている。

WHO Health and Work Performance Questionnaire (short form) Japanese edition
世界保健機関 健康と労働パフォーマンスに関する質問紙(短縮版) 日本語版

アブセンティズム プレゼンティズム
AbsenteeismとPresenteeismに関する質問

B3. 過去7日間の間、おおよそ何時間あなたは働きましたか？
(もし97時間以上であれば97と記入してください)

時間数(00-97)

B4. 典型的な一週間に、あなたの雇用者はあなたに何時間働くことを期待していますか？
(もし変動するようであれば平均値を推定してください)

時間数(00-97)

B5. 今過去4週間(28日間)のあなたの仕事上の経験について考えてみてください。
以下に用意された空白部分に、次に提示されるそれぞれの仕事状況にあなたが何日間費やしたのか記入してください。

過去4週間(28日間)の間、あなたは・・・

	日数 (00-28)
B5a. 肉体的または精神的健康問題が理由で、勤務日(終日)を何日お休みしましたか？(あなた自身の健康のために休んだ日数のみを含め、誰か他の人の健康のためのものは含めないでください)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
B5b. その他の理由(休暇を含む)で勤務日(終日)を何日お休みしましたか？	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
B5c. 肉体的または精神的健康問題が理由で、勤務日(一部)を何日お休みしましたか？(あなた自身の健康のために休んだ日数のみを含め、誰か他の人の健康のためのものは含めないでください)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
B5d. その他の理由(休暇を含む)で勤務日(一部)を何日お休みしましたか？	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
B5e. 早く出社したり、遅く帰宅したり、休日出勤したりしたことが何日ありましたか？	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

課題の洗い出しと、意義の掘り起こし

なぜこの社会課題に向き合うのか？
実施する意義・価値は？

現状・課題	意義・価値
すべての女性が直面する更年期・閉経	更年期がオープンになることで前向きに過ごせる
周囲に相談しにくい	男性社員や周囲の理解を得ることで、働きやすい職場環境に
我慢によるメンタルダウンや仕事への支障	働き盛り女性の経済的損失を抑制
管理職を辞退、辞職	

ビジョン会議

結果をもとに、ビジョン・ゴールを決める会議を開催



PR&アクション

更年期とキャリアの関係を可視化し情報発信していく

