

1

事業名

女性の意思決定支援サービスの構築
および ライフデザインにまつわる
社会環境整備に向けた実証事業
報告書



一般財団法人 ウェルネスサポートLab

2022年3月8日

2-1 事業目的と実施内容



<目的>

- ◆デリケートな女性特有の心身バランスやライフイベントに起因する心身不調、不安の緩和・改善を行う
- ◆働く地方女性のリアルな「健康×働く」の課題の抽出、ニーズの把握とサービス構築に向けての検討
- ◆同性間・異性間・世代間の意識ギャップを埋め、エイジレスで働きやすい職場・社会づくり

2-2 テーマ

健康

女性の
カラダ

ライフ
イベント

かかりつけの「フレンドナース」によるサポート



継続可能なキャリア形成に取り組める社会

これまでの活動より、女性の方が健康課題が大きく、首都圏女性と比較して地方女性の意思伝達に対する苦手意識も大きい。そのような背景より、地方都市では相談窓口が機能しない傾向にあると推測する。

首都圏女性と比較して、地方女性が「意思決定・意思伝達」への苦手意識が強いことが、「さらなる身心不調」かつその身心不調に対する「相談行為に至らない」一因だと仮定し、かかりつけナース制度の機能を使つての効果を確認する。

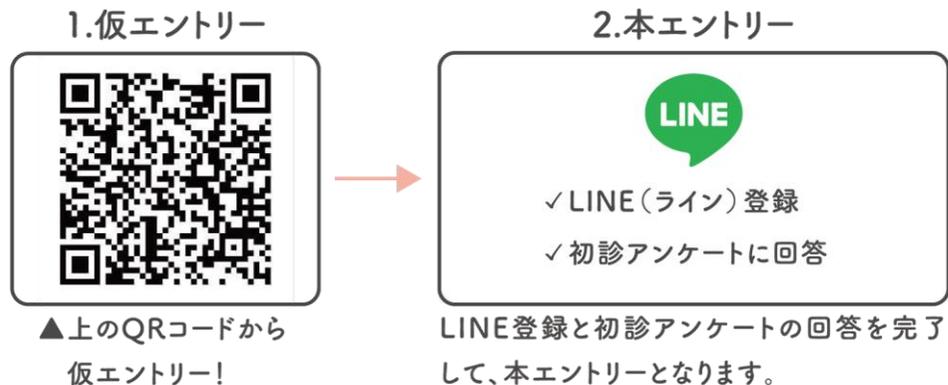
かかりつけナースの価値

- 24時間好きな時に何度でもかかりつけナースが担当
- 一個人・一家族に寄り添ったパーソナルなサービス
- 小さな不安・不調・サインを見逃さない
- 豊富な人脈と情報で信頼できる施設・専門家へ引継
- 未病期・療養期両面の専門家窓口対応でスムーズかつ安心

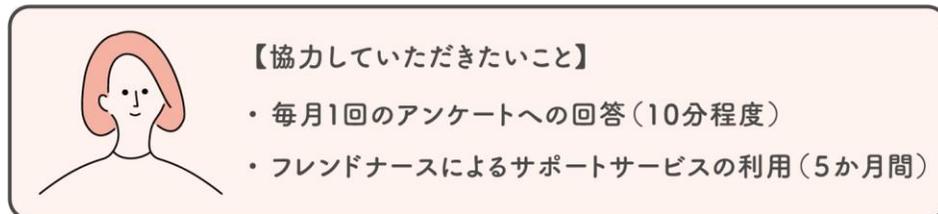
利用者にとっての価値

最高の友人
プロフェッショナル
最強のサポーター

3-1 モニター募集(500名)



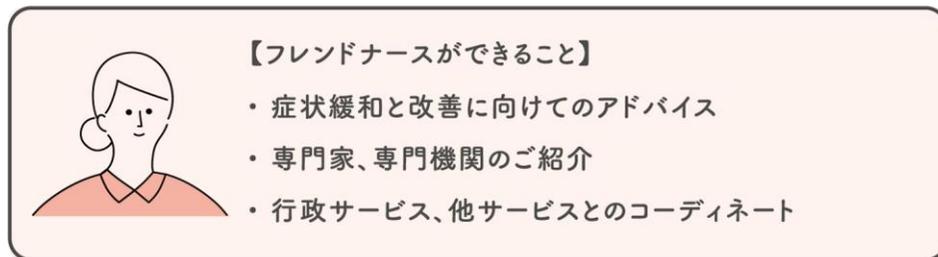
5ヶ月間のモニター体験



アドバイス
紹介
コーディネート

相談

フレンドナース



募集期間

8/20(月)まで

※定員に達し次第、締め切らせていただきます。

応募条件

福岡在住or勤務
20~50代の働く女性
Line利用可能
相談の意思がある

5カ月のモニター体験

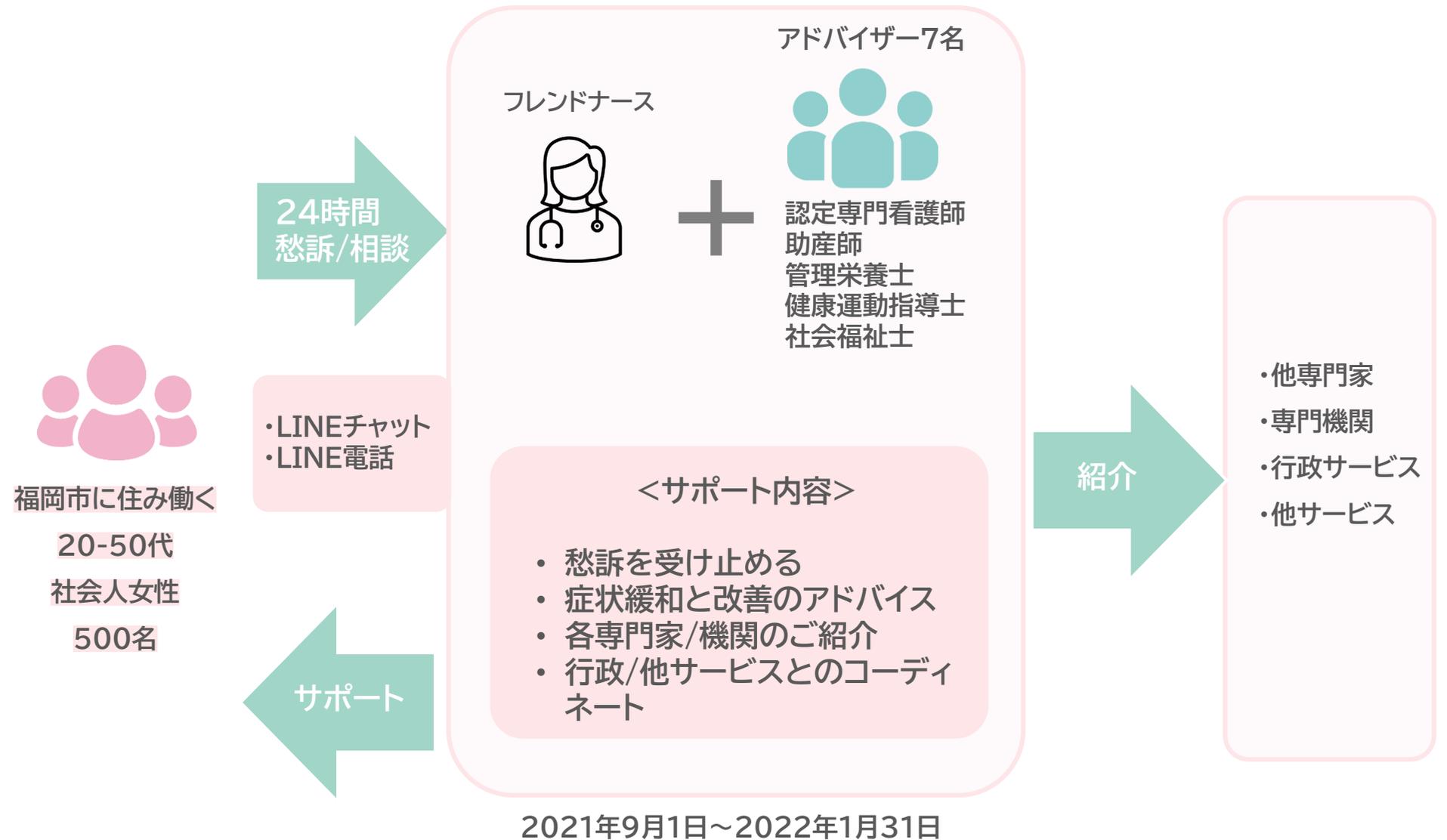
・2021/09/01~2022/01/31

主に相談にのれること

・ご自身のことだけでなく、ご家族について
またどんなに小さな症状や不安でもご相談いただけます。

- ① 症状に関する不安不調
 - ・PMSや月経不調や整理痛など、整理に関すること
 - ・不妊治療や疾病などのホルモン治療に関すること
 - ・産前産後に関すること
 - ・更年期や不定愁訴に関すること
- ② ライフイベントに関する不安
 - ・結婚/妊活/出産/社会復帰/子育て/看護/介護/セカンドライフについて
- ③ その他 気になること

3-2 意思決定支援の実施体制



3-3 意思決定支援の詳細

フレンドナース



アドバイザー



<相談にのれること>

ご自身だけでなくご家族のこともご相談ください。

① 症状に関する不安不調

- ・PMSや月経不調や整理痛など、生理に関すること
- ・不妊治療や疾病などのホルモン治療に関すること
- ・産前産後に関すること
- ・更年期や不定愁訴に関すること

② ライフイベントに関する不安

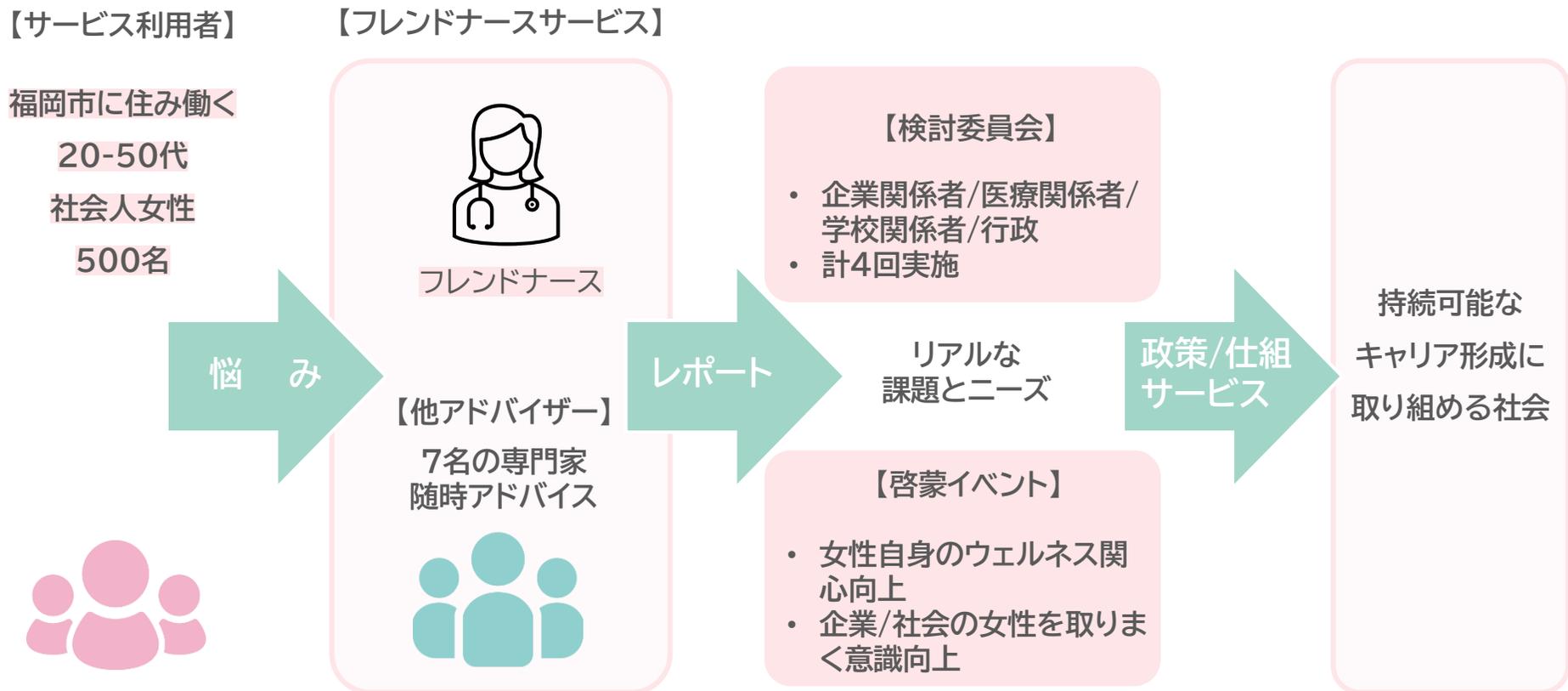
- ・結婚/妊活・出産/社会復帰・子育て/看護・介護/セカンドライフについて

③ その他 気になること

- ・健康なカラダとココロづくりに関する様々なこと

2021年9月1日～2022年1月31日

3-4 事業全体の体制



～啓蒙イベント～

#

政府・大企業も注目するフェムテック。
フェムテックとは、Female+Technologyを組合せた造語で、女性が抱える月経や不妊治療などの健康問題をテクノロジーで解決できる分野を指します。SDGsにおけるジェンダー平等や健康といった観点からも注目を浴びるトピックスです。

Femtech Friendly Fukuoka

フェムテックで変わる私たちの暮らし

8/12(木) 19:00～20:30

オンラインにて開催

参加費無料

お申し込みはこちら

<http://ptix.at/NAQpS6>

Peatix →



生理や出産、それに関わるキャリアの展望といった女性の体と生活をめぐる悩みは今も昔も変わりませんが、フェムテックと関わることで、私たち福岡に住み働く女性たち、そして企業活動はどのように変わのでしょうか？

「Femtech Friendly Fukuoka」は、フェムテックで変わる私達の暮らしについて考えるオンラインイベントです。

そもそも「フェムテックって何？」という方から、企業内でのダイバーシティ推進や新たなビジネスチャンスとして注目していられる方、そして9月から始めるサポートサービス実証実験に参加してみたい女性の方々まで役立つイベントとなっております。どうぞご参加ください！

参加対象 企業関係者（女性が多く勤める企業など）
実証実験の参加希望者
フェムテックに関心のある事業者など

実施方法 オンライン

お申し込み方法 上記QRコードでのお申し込み、もしくは
info@wellsuppo.or.jpにお名前とメールを記載の上
お申し込みください

主な内容

- ウェルネスサポートLab事業紹介・本実証実験の内容
- パネルディスカッション～なぜ、いまここで、フェムテック？～
《登壇者》

笠 淑美（一般財団法人ウェルネスサポートLab代表理事）
春口 浩子（九州経済産業局 総務企画部 企画調査課）
企業からのスペシャルゲスト



一般財団法人ウェルネスサポートLab（本社：福岡市中央区/代表理事：笠 淑美）は、日々の暮らしをそして最期の瞬間まで自分らしくありつづけるための社会サポートを行っています。当団体は、女性のからだ・健康の悩みなどのデリケートな問題について、まるで友人のように気軽に相談できる「かかりつけナース」がLINEを使ってサポートする実証実験を、経済産業省 令和3年度「フェムテック等サポートサービス実証事業費補助金」を活用して実施します。

主催：一般財団法人ウェルネスサポートLab、株式会社YOUI 協力：九州経済産業局（調整中）

- 両イベントの動員数：150名（アーカイブ参加含）
- 福岡女子商業高等学校での啓蒙活動も実施

Femtech Friendly Fukuoka

フェムテックで私たちも変わってみよう

2/14 月 10:30～12:00

オンラインにて開催

参加費無料

参加対象 企業の人事・経営・新規事業担当者、フェムテックに関心のある方、福岡女性の健康に関心のある方など

「Femtech Friendly Fukuoka」は、福岡市に住み働く20代から50代までの働く女性500名の方とともに実施したフレンドナース実証実験を通じてわかってきた、私たち福岡女性のありようを多くの方にお伝えし、そしてこれからの暮らしを企業や家庭の中でどのように形作っていくことができるか、みんなで考えるオンラインイベントです。

内容

- 1 ウェルネスサポートLab事業紹介・本実証実験の内容
- 2 パネルディスカッション～福岡女性は、変わらなげやいけなげ？～

ゲスト



株式会社nijito
マーケティング戦略室PRチーム
カスタマーシップ部
山下 未紗 Yamashita Misa

短大卒業後は化粧品通販の立ち上げ第一号社員として入社。約10年間
コンタクトセンターの立ち上げからロイヤルカスタマーの専属担当として顧
客との関係構築を経験。その後nijitoの創業からブランド開発までの一連に
携わる。プライベートでは国家資格のキャリアコンサルタントを取得。



株式会社若木屋三越
取締役執行役員
総務・経営企画部長
和田 金也 Wada Kinuya

平成4年同志社大学法学部卒業後、同年株式会社若木屋（現株式会社若木屋
三越）入社。リビング売場担当、人事担当長、サロン営業部長を経て、平成
28年に取締役総務・経営企画部長に就任。女性が多く働く会社における、多
様な価値観、ライフスタイルをふまえたキャリア形成支援に取り組んでいる。



一般財団法人ウェルネスサポートLab
代表理事
笠 淑美 Ryu Yoshimi

ホスト

九州芸術工科大学卒業後、ランドスケープコンサルタンツ会社に入社。その
後、長女の小学校入学を機に「持続可能なキャリア形成」を求めてフリーラ
ンスに転身し、女性の働き方支援を行う。その一環としてフレンドナースの
育成と働き方支援に取り組み始める。2020年1月、一般財団法人ウェルネ
スサポートLab代表理事に就任。

申込方法

下記QRコードでのお申し込み、もしくは info@wellsuppo.or.jp にお名前とメールを記載の上、お申し込みください。



主催：一般財団法人ウェルネスサポートLab
株式会社YOUI

お申し込みはこちら → Peatix



4

フレンドナースサービス実施内容



ディナーメニュー人気ランキング

① 小甲のわさびソースのステーキ 750円

② サボリステーキ 1500円

③ 牛のステーキ 1000円

④ 牛のステーキ 1000円

⑤ 牛のステーキ 1000円

⑥ 牛のステーキ 1000円

⑦ 牛のステーキ 1000円

⑧ 牛のステーキ 1000円

⑨ 牛のステーキ 1000円

⑩ 牛のステーキ 1000円

⑪ 牛のステーキ 1000円

⑫ 牛のステーキ 1000円

⑬ 牛のステーキ 1000円

⑭ 牛のステーキ 1000円

⑮ 牛のステーキ 1000円

⑯ 牛のステーキ 1000円

⑰ 牛のステーキ 1000円

⑱ 牛のステーキ 1000円

⑲ 牛のステーキ 1000円

⑳ 牛のステーキ 1000円

㉑ 牛のステーキ 1000円

㉒ 牛のステーキ 1000円

㉓ 牛のステーキ 1000円

㉔ 牛のステーキ 1000円

㉕ 牛のステーキ 1000円

㉖ 牛のステーキ 1000円

㉗ 牛のステーキ 1000円

㉘ 牛のステーキ 1000円

㉙ 牛のステーキ 1000円

㉚ 牛のステーキ 1000円

㉛ 牛のステーキ 1000円

㉜ 牛のステーキ 1000円

㉝ 牛のステーキ 1000円

㉞ 牛のステーキ 1000円

㉟ 牛のステーキ 1000円

㊱ 牛のステーキ 1000円

㊲ 牛のステーキ 1000円

㊳ 牛のステーキ 1000円

㊴ 牛のステーキ 1000円

㊵ 牛のステーキ 1000円

㊶ 牛のステーキ 1000円

㊷ 牛のステーキ 1000円

㊸ 牛のステーキ 1000円

㊹ 牛のステーキ 1000円

㊺ 牛のステーキ 1000円

① しんじょう寺からの参り

② しんじょう寺に参り

③ しんじょう寺に参り

④ しんじょう寺に参り

⑤ しんじょう寺に参り

⑥ しんじょう寺に参り

⑦ しんじょう寺に参り

⑧ しんじょう寺に参り

⑨ しんじょう寺に参り

⑩ しんじょう寺に参り

⑪ しんじょう寺に参り

⑫ しんじょう寺に参り

⑬ しんじょう寺に参り

⑭ しんじょう寺に参り

⑮ しんじょう寺に参り

⑯ しんじょう寺に参り

⑰ しんじょう寺に参り

⑱ しんじょう寺に参り

⑲ しんじょう寺に参り

⑳ しんじょう寺に参り

㉑ しんじょう寺に参り

㉒ しんじょう寺に参り

㉓ しんじょう寺に参り

㉔ しんじょう寺に参り

㉕ しんじょう寺に参り

㉖ しんじょう寺に参り

㉗ しんじょう寺に参り

㉘ しんじょう寺に参り

㉙ しんじょう寺に参り

㉚ しんじょう寺に参り

㉛ しんじょう寺に参り

㉜ しんじょう寺に参り

㉝ しんじょう寺に参り

㉞ しんじょう寺に参り

㉟ しんじょう寺に参り

㊱ しんじょう寺に参り

㊲ しんじょう寺に参り

㊳ しんじょう寺に参り

㊴ しんじょう寺に参り

㊵ しんじょう寺に参り

㊶ しんじょう寺に参り

㊷ しんじょう寺に参り

㊸ しんじょう寺に参り

㊹ しんじょう寺に参り

㊺ しんじょう寺に参り

～人数に関すること～

利用率:45.5%
(241人/530人中)

相談人数		9月	10月	11月	12月	1月
相談人数	新規人数	128	22	55	16	20
	既存人数	0	43	79	64	85
	計	128	65	134	80	105
累計人数		128	150	205	221	241

～内容に関すること～

女性特有:44.1%
(365/827件中)

相談内容		9月	10月	11月	12月	1月	合計
身心不調不安	PMS等の月経に関する身心不調・不安	40	5	13	4	6	68
	不定愁訴に関する身心不調・不安	81	46	59	20	12	218
	更年期に関する身心不調・不安	15	5	3	6	6	35
	女性特有の疾患に関する身心不調・不安	4	0	2	2	3	11
	不妊治療に関する身心不調・不安	2	0	4	2	1	9
	産前産後に関する身心不調・不安	11	3	3	2	1	20
	療養期に関する身心不調・不安	11	7	10	15	12	55
	その他の身心不調・不安	28	4	6	19	38	95
	受診（科）に関する迷い・不安	7	4	4	2	2	19
	アピアランスに関する悩み・不安	6	3	3	3	7	22
ライフイベント	仕事に関する迷い・悩み	13	1	5	11	14	44
	妊活・出産に関する悩み・不安	1	1	1	0	1	4
	子育てに関する悩み・不安	4	3	2	5	3	17
	看護・介護（家族）に関する悩み・不安	8	5	17	6	8	44
	老後に関する悩み・不安	1	0	0	0	0	1
	人間関係（パートナー）に関する悩み・不安	3	0	3	1	0	7
	人間関係（職場）に関する悩み・不安	4	4	8	3	1	20
人間関係（その他）に関する悩み・不安	0	0	4	2	2	8	
その他	生活習慣（運動・食・睡眠）	3	0	1	1	0	5
	その他（サンクスメール、日程調整）	9	7	17	11	43	87
	その他（コロナ）	27	3	1	1	6	38
相談件数合計		278	101	166	116	166	827
相談累計件数		278	379	545	661	827	

～対応に関すること～

傾聴:48.2%
FN単体:42.7%

対応内容	9月	10月	11月	12月	1月	合計
傾聴（フレンドナース）	74	49	114	70	92	399
アドバイス（フレンドナース）	167	41	45	35	65	353
アドバイス（アドバイザー1人含む）	21	6	5	8	7	47
アドバイス（アドバイザー2人以上含む）	5	1	0	0	1	7
紹介（アドバイザー）	1	0	0	0	1	2
紹介（その他専門機関）	10	4	2	3	0	19
月次合計	278	101	166	116	166	827

～対応内容の詳細～

受診の推進130件
中、女性特有の症状
に対するものは2/3

サポート内容	9月	10月	11月	12月	1月	合計	
アドバイス 課題解決 緩和 決和	食習慣改善	21	6	5	2	5	39
	運動習慣改善	26	3	4	8	4	45
	睡眠習慣改善	31	8	12	3	9	63
	基礎体温測定	2	2	2	0	0	6
	生理対策	2	1	1	0	0	4
	冷えむくみ対策	2	1	2	0	0	5
決意 定思	疾患症状治療について	7	7	8	3	0	25
	薬剤について	16	3	2	0	0	21
ア テ ン ド 進 推	メンテナンス提案	1	0	0	2	1	4
	医療機関受診の提案	13	6	5	5	17	46
	婦人科受診提案	18	9	5	5	7	44
傾聴	74	49	112	30	9	274	
フォロー・経過伺い	75	45	111	65	65	361	
その他(承認含)	18	9	9	13	6	55	
月次合計	330	156	279	141	126	1032	

●受診推進55件/130件中受診、内9名が疾病発見に至る

※甲状腺腫瘍、緑内障、非結核性抗酸菌症、微小血管狭心症、ヘルニア、靭帯損傷、坐骨神経痛、良性発作性頭位めまい、過敏性腸症候群

●傾聴、フレンドナース単体アドバイスでほとんどを占める

●生活習慣(受診のタイミング含)のアドバイスがほとんどを占める、習慣として定着するまでの長期的なかかわりが重要

～AD別相談件数～

アドバイザー種別	9月	10月	11月	12月	1月	合計
助産師	8	3	0	3	1	15
管理栄養士	3	3	1	0	0	7
健康運動指導士	7	0	1	2	0	10
社会福祉士	0	0	0	0	2	2
乳腺専門看護師	0	1	0	0	3	4
不妊治療看護師	0	0	0	0	0	0
がん認定看護師	0	0	0	0	1	1
アピアランス	4	1	3	3	1	12
月次合計	22	8	5	8	8	51

～クーポン利用詳細～

アドバイザー種別	9月	10月	11月	12月	1月	合計
助産師	0	0	0	1	0	1
管理栄養士	0	0	0	0	0	0
健康運動指導士	0	0	13	3	10	26
社会福祉士	0	0	0	0	0	0
乳腺専門看護師	0	0	0	0	0	0
不妊治療看護師	0	0	0	1	0	1
がん認定看護師	0	0	0	0	0	0
アピアランス	0	0	0	1	0	1
月次合計	0	0	13	6	10	29

- 専門家別の「助産師」「健康運動指導士」「管理栄養士」の利用が多い
- ライフイベントでは「産前産後」タームの身心の変化に対応できる気軽な相談窓口の不足が推測される
- 長期的な生活習慣内では「動かす」「食べる」ための個別なアドバイスを要していることが推測される

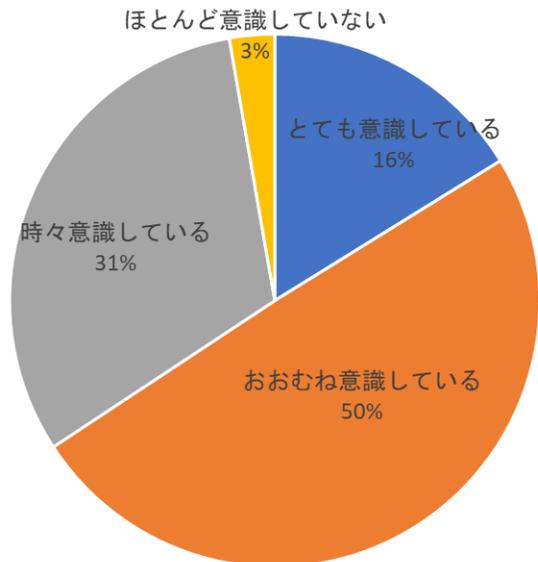
5

健康にまつわる生活習慣アンケートの実施内容 「動かす」「ねむる」「はたらく」「たべる」

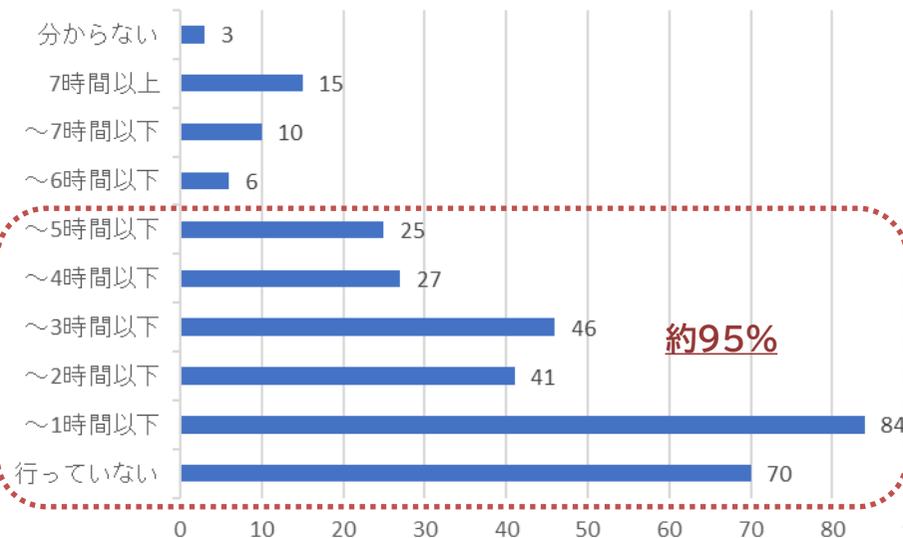


～福岡の働く女性の7割が健康意識を持つが、実際の運動量・強度は少ない傾向に！！～

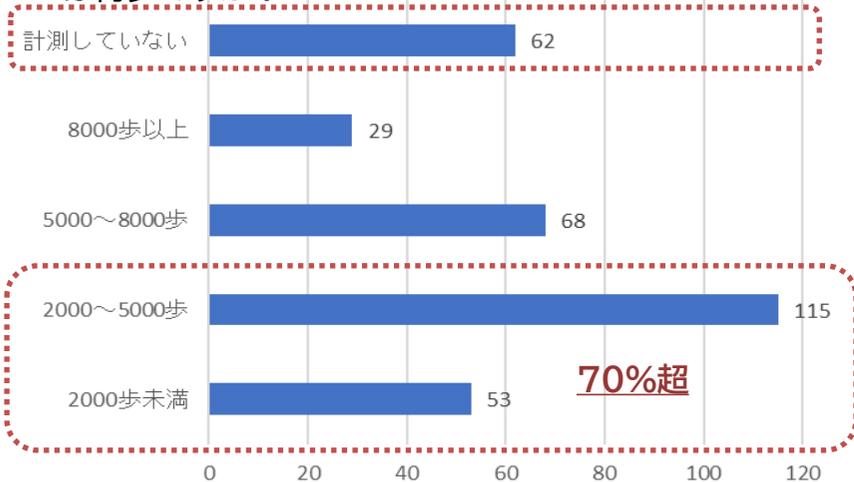
Q:現在、どれくらい健康に意識して暮らしていますか？



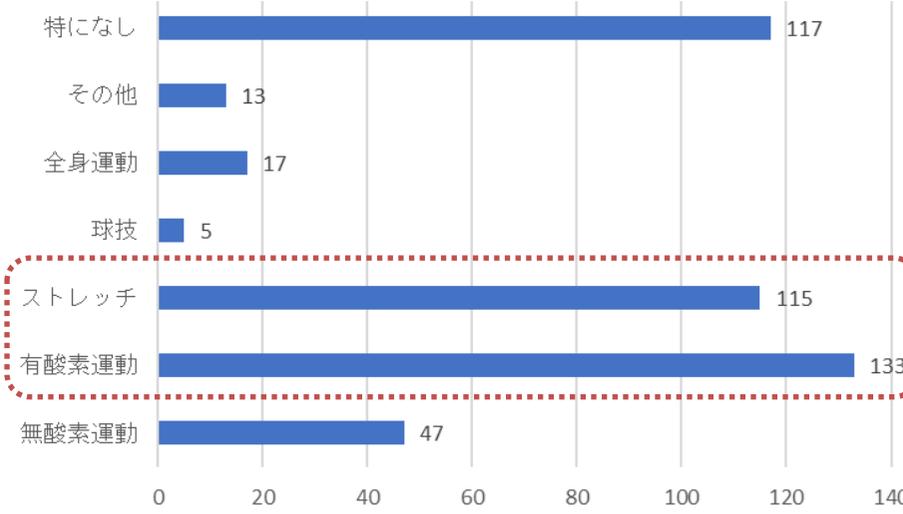
Q:過去1ヶ月を振り返って、一週間当たり合計で何時間運動をしましたか？



Q:過去1ヶ月を振り返って、日常生活での一日平均歩数は何歩ですか？



Q:過去1ヶ月を振り返って、どんな運動を主にしていますか？

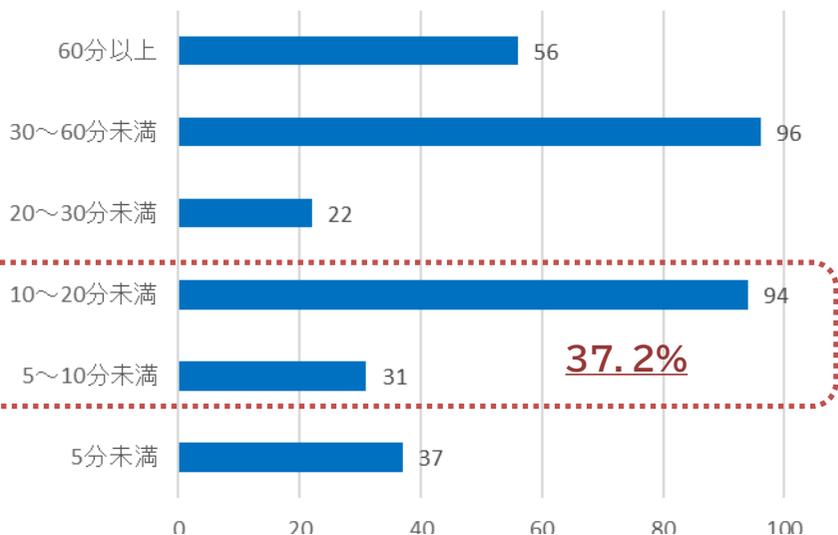


世界保健機構(WHO)「運動・身体活動と座位行動に関するガイドライン」

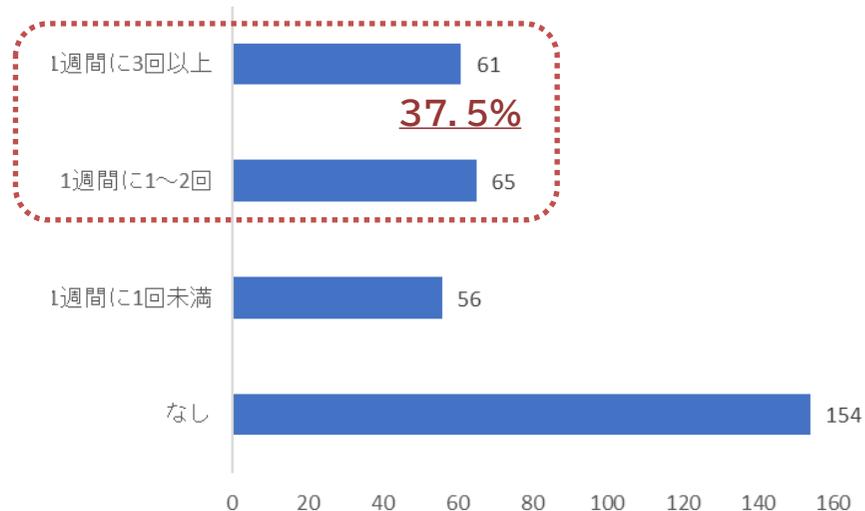
- 週に150～300分の中強度の有酸素運動、もしくは75～150分の高強度有酸素運動、またはその組み合わせで同等の時間・強度となる身体活動
- 一週間のうち2日は、中強度以上の負荷で筋力トレーニング
- 座位行動は低強度でもいいので身体活動に置き換える

～回答者の2/3が睡眠障害を抱えている！！～

Q:過去1ヶ月を振り返って、寝床に入って寝るまでにどれくらい時間を要しましたか？

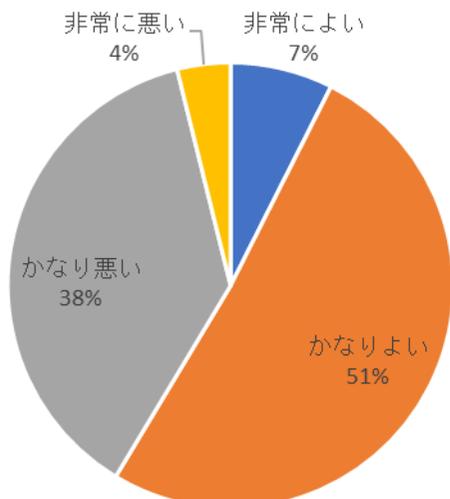


Q:過去1ヶ月を振り返って、「途中覚醒」のために睡眠が困難でしたか？

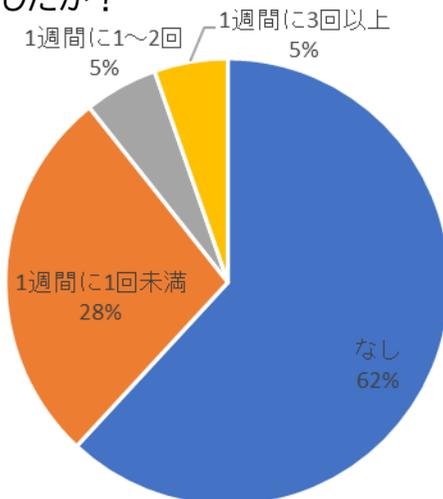


そのほか自由回答による他睡眠障害については62件/336件中寄せられ、一般的な体調不良・不安だけでなく、女性特有の身心不調や、家族に起因するものも多く含まれる。

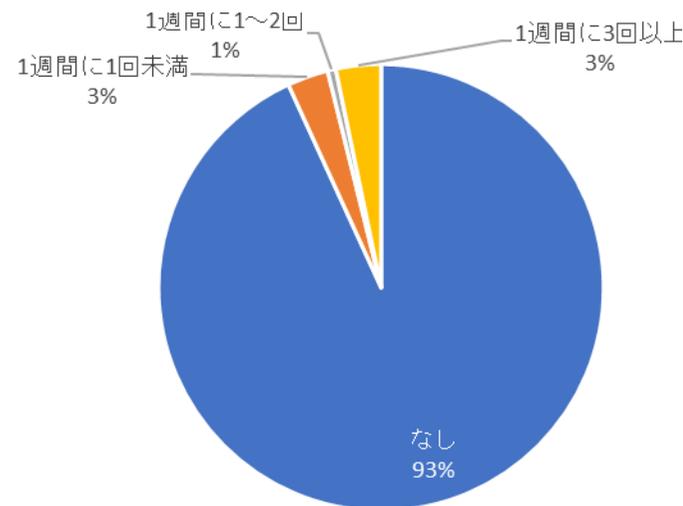
Q:過去1ヶ月を振り返って、睡眠の質をどのように感じますか？



Q:過去1ヶ月を振り返って、社会活動中に眠くておきていられなくなりましたか？



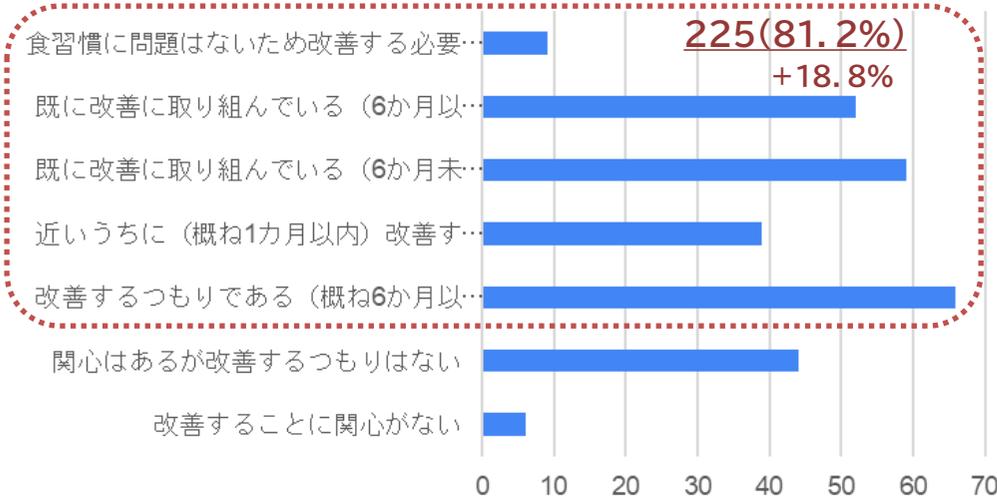
Q:過去1ヶ月を振り返って、眠るために薬(市販薬)を服用しましたか？



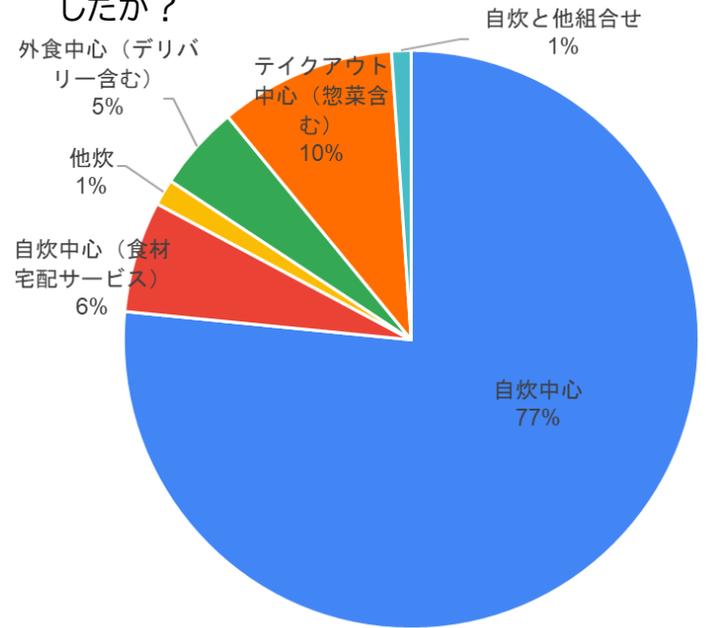
実際の「睡眠の質」と自意識の差に関する意識差や、不調を改善しない傾向より、対処に至っていない現状が推測

～福岡の女性は仕事・家事が忙しくても、「美容・体質改善」のために断然自炊派！～

Q:食生活を改善しようとしていますか？



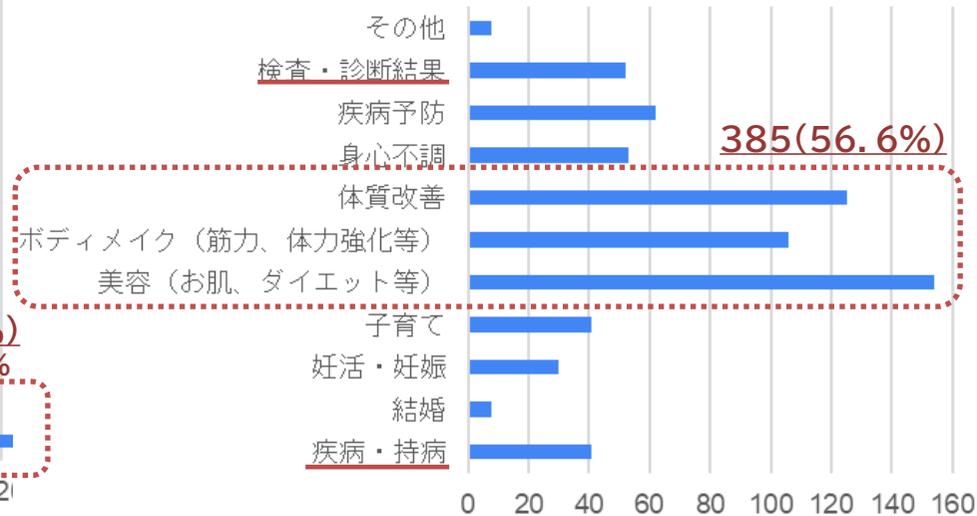
Q:過去1か月を振り返って、主な食事の方法はなんでしたか？



Q:健康な食習慣の妨げとなっていることは何ですか？

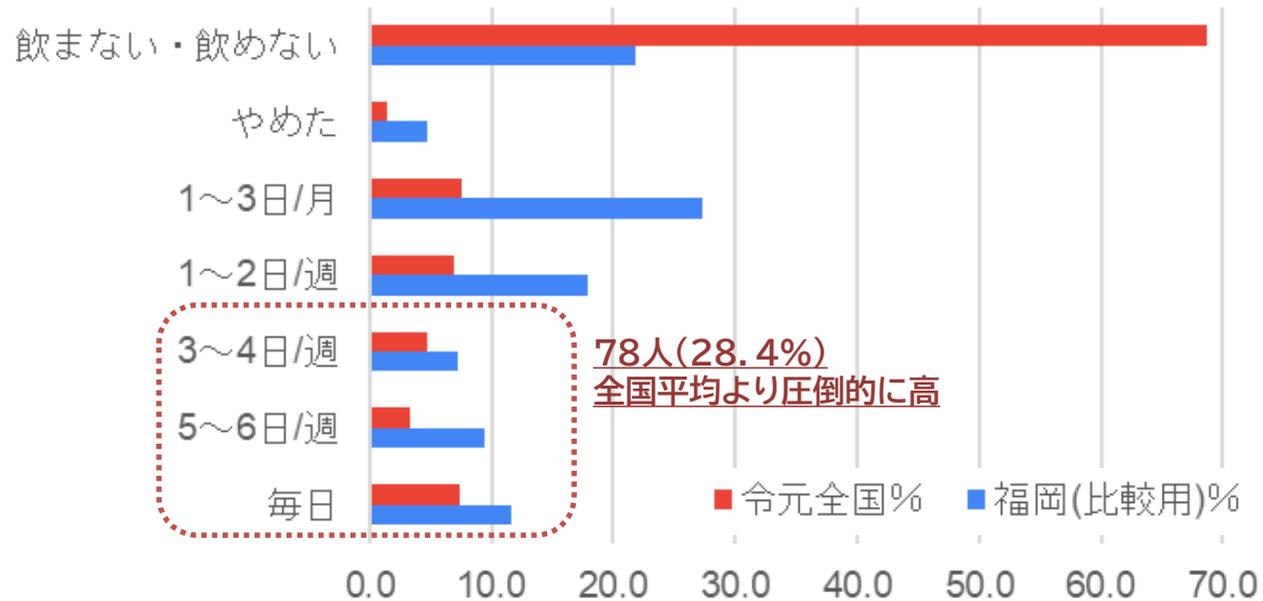


Q:食習慣の改善に関心を持ったきっかけは何ですか？

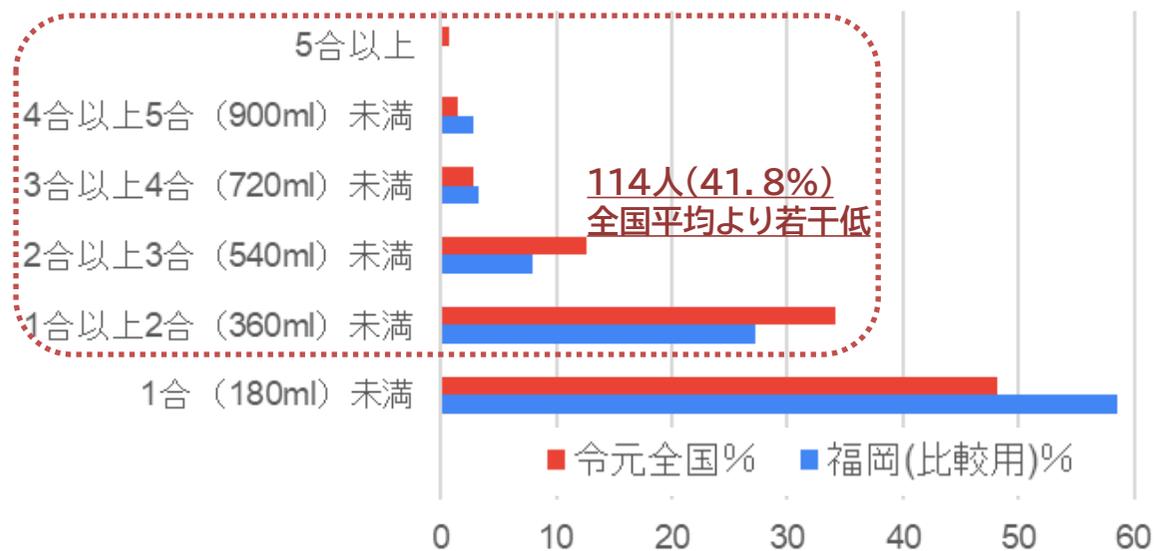


～福岡の女性は飲みにケーションが大好き?!生活習慣病予備軍が潜む～

Q:過去1か月でお酒をどれくらいの頻度で飲みましたか?



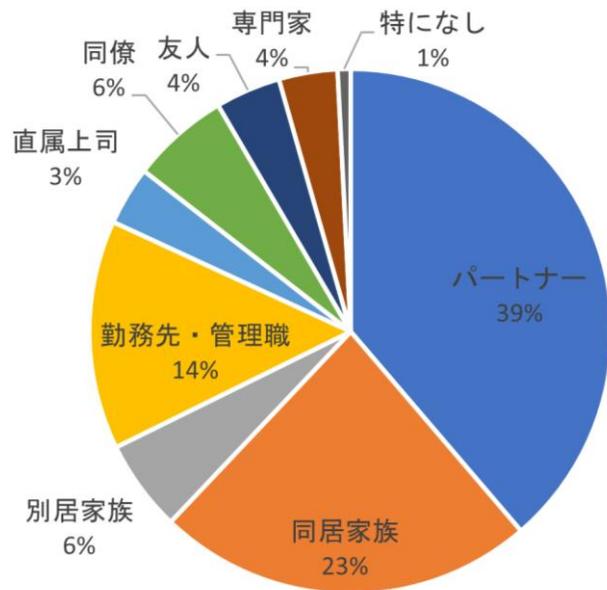
Q:お酒を飲むときは一日あたりどれくらいの量を飲みますか?



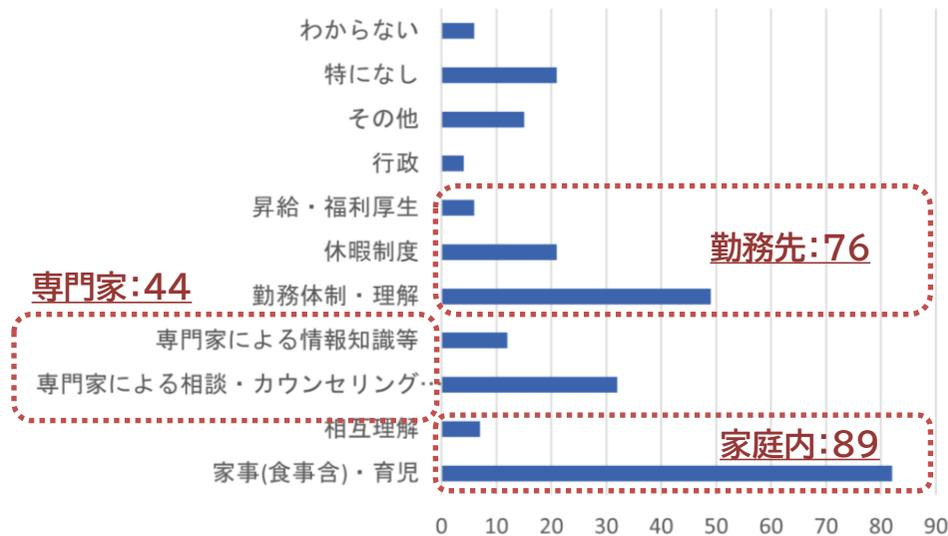
健康日本21では生活習慣病のリスクを高める量を「3日/週以上、20g(男性の半量)/日以上」としています。

～福岡の女性の約7割が「パートナーや家族」から「家事育児」サポートを必要としている！～

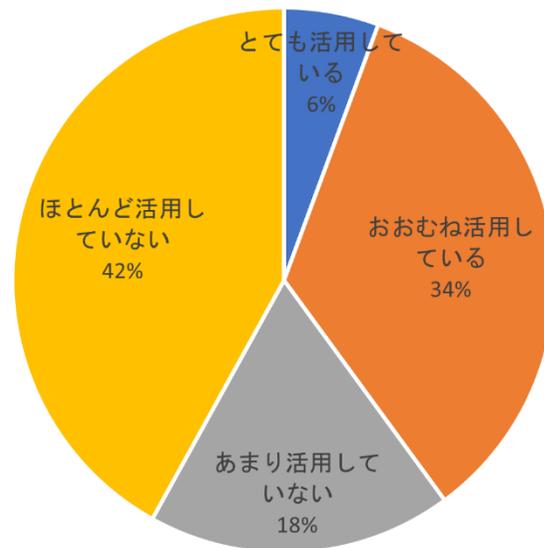
Q:健康と仕事を両立するために誰からのサポートが一番必要ですか？



Q:健康と仕事を両立するためにどんなサポートがあるとよいですか？

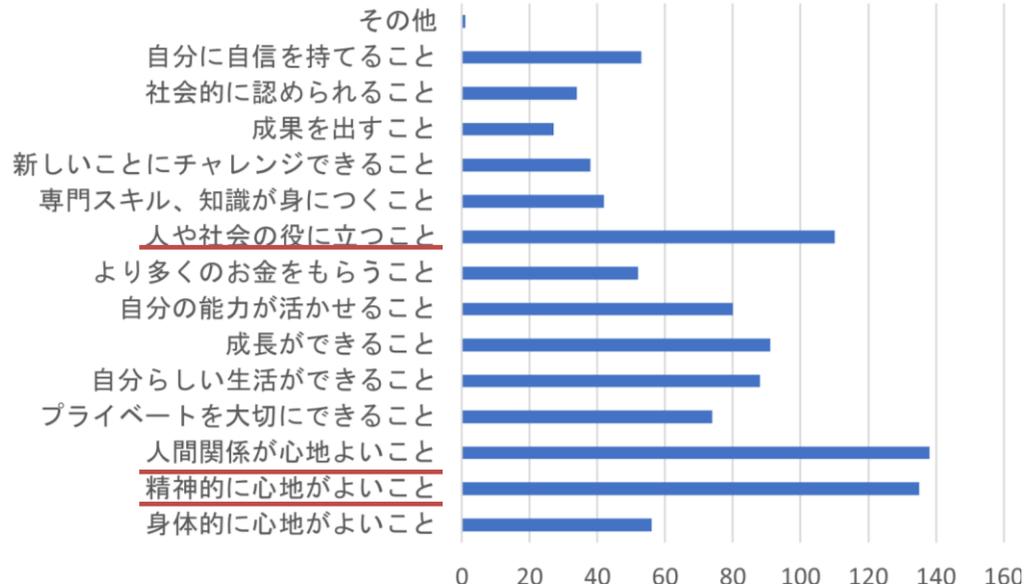


Q:勤務先の制度をどれくらい活用していますか？



～福岡の働く女性は職場の人間関係が良いと精神的に心地よい?!～

Q:働くことを通して求めているものは何ですか？



～福岡の働く女性とパートナー・職場間に認識ギャップは?!～

Q:パートナーや職場に理解してほしいことは何ですか？

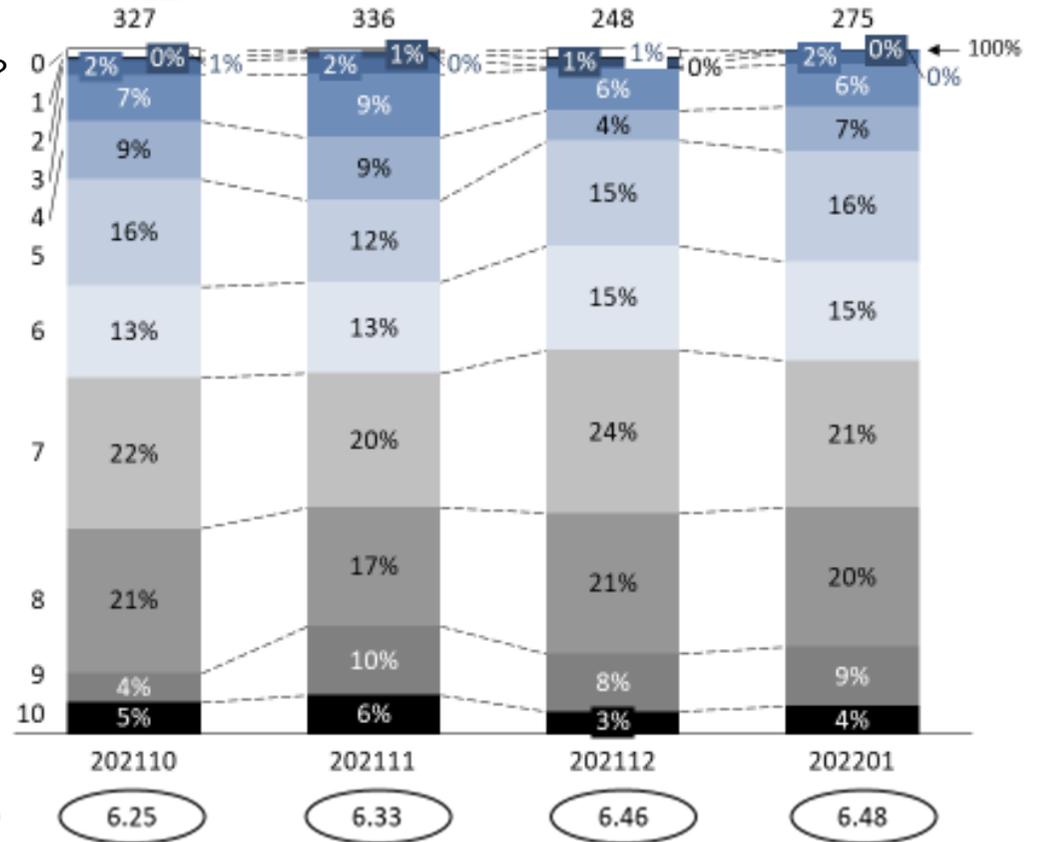


～福岡の働く20代女性は幸せを感じていない?!～

Q:現在の暮らし全般について満足していますか？

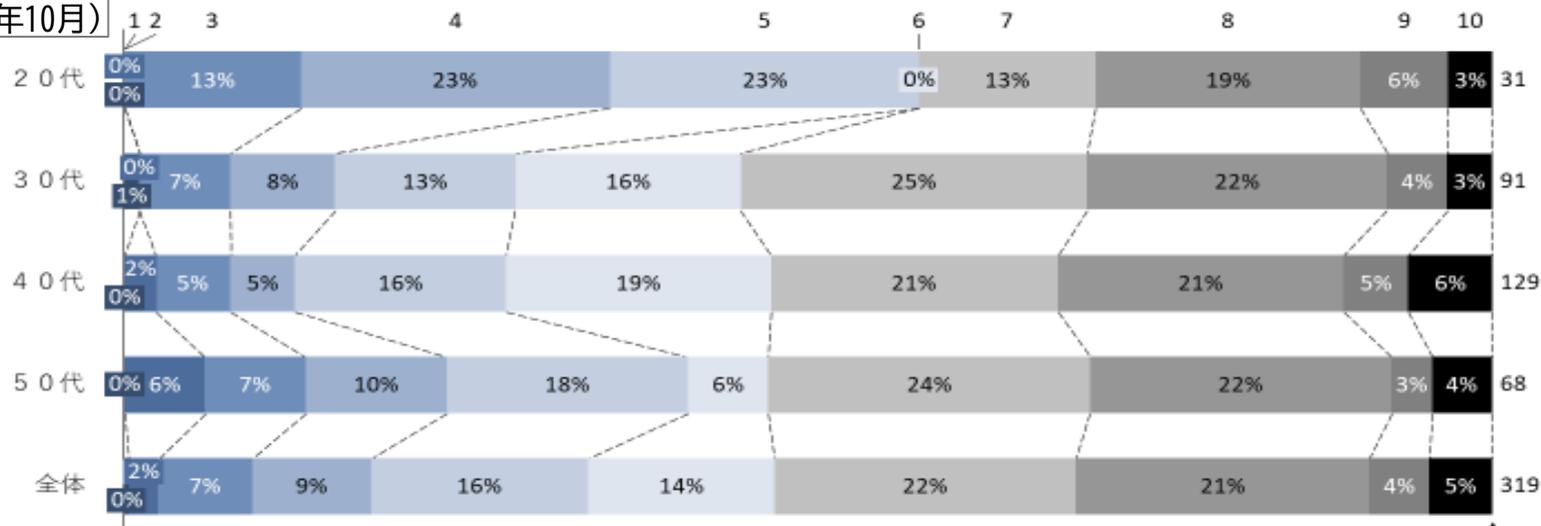
全体推移(2021年10月～2022年1月)

2021年全国平均5.8に比べて
高い傾向



年代別分布(2021年10月)

20代の満足度が
低い傾向



～啓蒙リーフレット～

動かす

健康への意識 回答合計 327人

とても意識している 53人
 おおむね意識している 162人
 時々意識している 103人
 ほとんど意識していない 9人

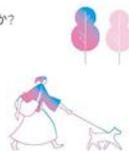
健康への意識は約7割の人が意識をしている一方、実際運動をしている人は少ない



一日平均歩数 回答合計 327人

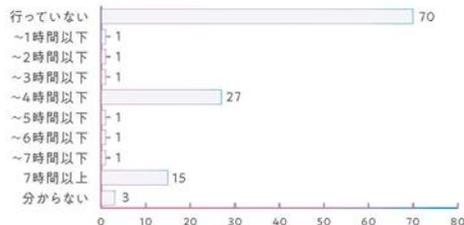
過去1ヶ月を振り返って、日常生活での一日平均歩数は何歩ですか？

2000歩未満 53
 2000～5000歩 115
 5000～8000歩 68
 8000歩以上 29
 計測していない 62



運動時間 回答合計 814人

過去1ヶ月を振り返って、一週間当たり合計で何時間くらい運動をしましたか？



世界保健機関(WHO)
 「運動・身体活動と座位行動に関するガイドライン」
 対象別運動・身体活動の推奨事項(一部抜粋)
 ※一般的な成人 18～64歳
 ＊週に150～300分の中強度の有酸素運動、もしくは75～150分の高強度の有酸素運動、またはその組み合わせで同等の時間・強度となる身体活動を実施する。
 ＊1週間のうち2日は、中強度以上の負荷をかけた筋力トレーニングを取り入れる。
 ＊座位行動は低強度でもいので身体活動に置き換える。

運動をしている人も、理想的な運動量と比較すると、十分な量ではない。

運動種類 回答合計 580人

過去1ヶ月を振り返って、どんな運動(通勤での自転車、ジョギングも含む)を主にしていますか？



眠る

入眠時間 回答合計 336人

過去1か月を振り返って寝床について寝るまでどれくらい時間を要しましたか？



健康的な入眠時間

回答者の2/3が睡眠障害を抱えている

中途覚醒頻度 回答合計 336人

過去1か月を振り返ってどれくらいの頻度で、以下の理由のために睡眠が困難でしたか？



1週間に1回以上の頻度で、夜間または早朝に目が覚め、睡眠が困難と感じた人は約30%

- 子供の寝相が悪い
- 夜中のトイレ
- 夫のいびき
- 考え事
- 親の介護
- 妊娠中
- 授乳
- ストレス
- かゆみ
- 眠りが浅い

睡眠の質 回答合計 336人

過去1か月を振り返って睡眠の質をどのように感じますか？



睡眠影響の頻度 回答合計 336人

過去1か月を振り返ってどのくらいの頻度で、車の運転や食事中、勤務中などその他の社会活動中に眠くて起きていられなくなりましたか？



市販薬服用の頻度 回答合計 336人

過去1か月を振り返って、どれくらいの頻度で、眠るために薬(市販薬)を服用しましたか？



6

サービス提供について



6-1

企業ヒアリングの結果

1

A社（スキンケア・ヘアケア商品の製造・販売）

- 女性の多い会社には向いていると思う。
- 導入メリットが伝わりづらい印象。働く人が大事、働く人が健全に働くうえで「ちょっとしたこと」を伝える場があることの重要性をお伝えする必要があるのでは。
- 福利厚生としてであれば、1社員あたり1000円以下／月額ほどが予算なのではないか。オプションとしてセミナーの開催、啓蒙啓発の機会を作るなど。人事が研修をするのも大変なので、オプションでセミナー・ワークショップをするなど。
- 守秘義務の範囲内で、傾向がわかる、大きな心身の不調がある時に会社への報告をするなどはほしいが、会社とは別のサービスとして軸にしたほうがいいのではないか。

2

B社（インテリア・ライフスタイル雑貨販売）

- 自社は女性社員が多く、女性特有の心身不調の課題はあることは経営層も理解している。日常的に相談を受けてもらえるサービスはよい。
- メールアカウントのシステムみたいに、ひとり〇円で、何人あたりいくら、年間で〇〇円など。福利厚生費として一人あたり月1,000円100人だと月額10万円。年間で120万円と考えると安いのではないか。
- どういった傾向があるか、他社との差などがわかると、自分の会社がどうかなどわかるのでいいのではないか。
- 他社でもニーズがあるのではないか。既存に女性専用サービスがあるが、女性と男性とが働きやすくなるためのサービスとしてPRすることがよいのではないか。

6-2

企業ヒアリングの結果

まとめ

- 女性社員が多く働く企業3社へのヒアリングを実施(ヒアリング対象者は男性2名・女性 1名ずつ)
- アンケート結果および、福利厚生としてフレンドナースサービスを導入するにあたっての所感をヒアリングした。
- 3社とも、福利厚生としてサービスを導入することについては前向きなコメントを頂けた。
- 会社として相談内容を把握することは必要がないが、企業としての状態をフィードバックしたり、状態に合わせて改善策提案についてのニーズを伺えた
(セミナーの実施、経営陣への戦略アドバイスなど)

6-3

モニターインタビューの結果

背景

- モニター530名中、利用の合った方の中から20代、30代、40代、50代の各世代より、正社員とパートタイマーの方を合計13人選出し、ビデオチャットまたは電話でインタビュー(約30分)を行った。
- インタビュー項目は、①モニター登録をしたご自身の背景、②チャット相談を始めて使った際の動機、③使ってみて良かったこと、④改善してほしいこと/プラスであると良いこと、⑤暮らしの変化、⑥値段について、⑦その他

まとめ

- 病院に行くほどではない身心不調や不安(コロナ含)を認識している方、ナースが行うオンラインサービスに興味がある方が該当
- 配信情報での「相談事例」が最初のきっかけとして効果的
- 一度利用すると友人感覚で、気軽に利用でき、専門家としての安心感が感じれる
- 不調を受容し、振り返る習慣で自己肯定感が向上した方がほとんど、行動改善につながると自信がもてる
- 利用時、不利用時の同一金額への抵抗があるよう
- ウェルサポの活動やフレンドナース制度に興味を示す方が多い

7-1

問題点

不調が
通常化

年代を重ねる毎
長期化・複雑化
慢性的

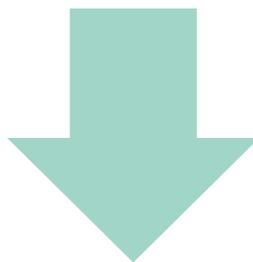
健康がフック
ではない

公私ともに
Myプロジェクトの
設定がない

コミュニケーション
苦手意識

何を相談していいか
相談していい内容か
わからない

行動喚起(相談含む)+習慣化が困難な状況



「健康＝不安不調がないこと」という前提社会

7-2 課題点

不安不調を
明らかにする
受け入れる

はたらきかけ・継続的
寄り添い・For You
多種多様

啓蒙活動

自身と企業・社会間の認識ギャップを埋めるための多種多様なイベント

相談窓口

オンライン・オフライン両様で働きかけと傾聴(ディープリスニング)力を駆使した長期的かつかかりつけ感で安心な環境づくり

振り返り

定期的なmyプロジェクト設定と振り返りで習慣化トレーニング

他地域展開

各地域のステークホルダー・社会資源との協力体制

8-1

来年度以降の事業展開

1 フレンドナースチャット相談業務

- 【To B】福岡市内3企業へのトライアル実施
- 【To C】活動PRの検討実施、サービス内容の見直し提供
- 【To G】他地域展開

2 サービス・施策への提言

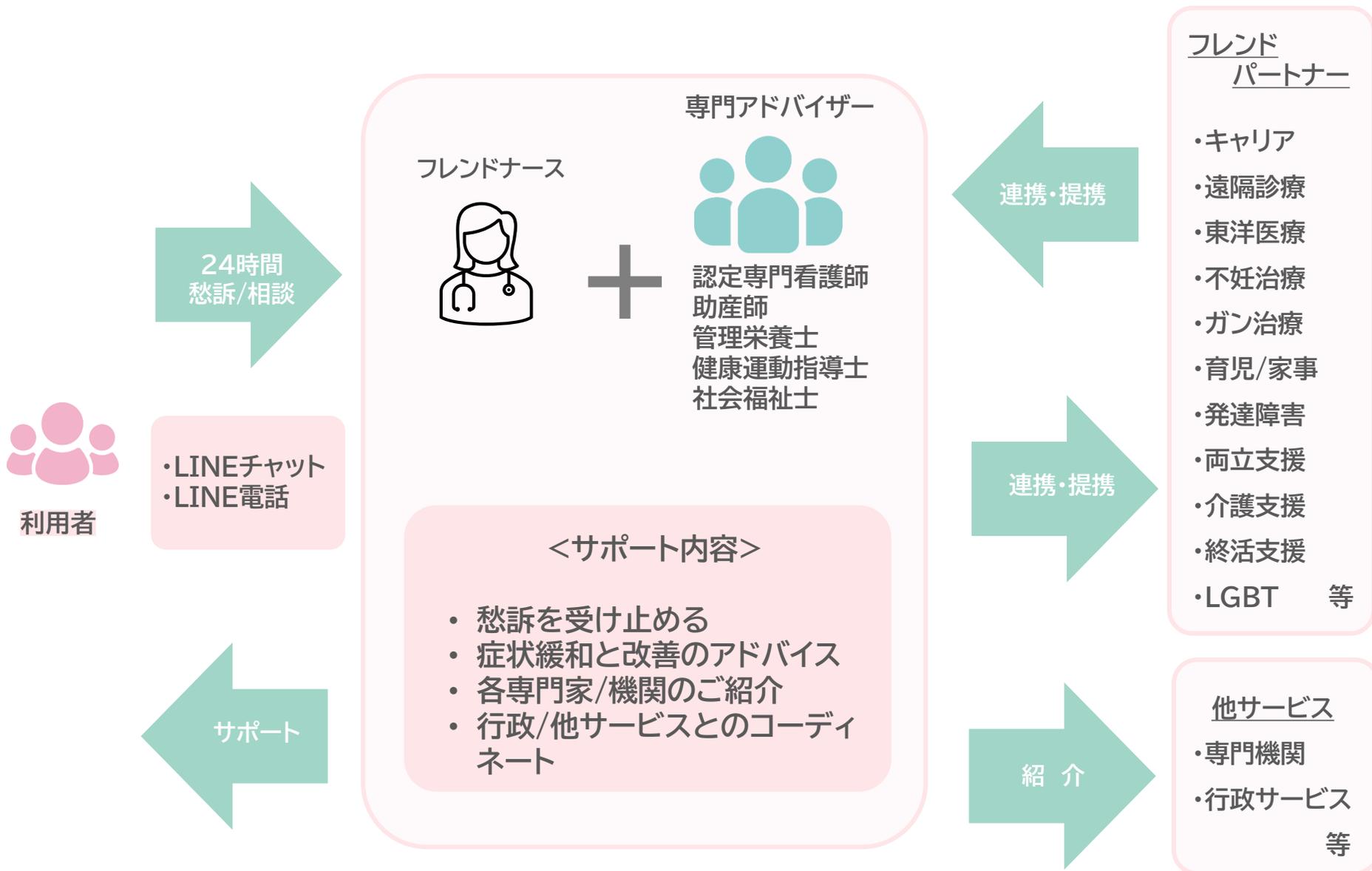
- 「記録」「振り返り」をテーマとしたプロダクツの検討

3 啓蒙活動

- リーフレット、実証事業結果をもとに教育機関、企業を中心に啓蒙イベント、講習の実施
- 「自分磨き」「美容」「社会貢献」をキーワードにしたイベント開催
- メディア活動

8-2 意思決定支援の体制強化

実証事業期間に連携協定企業さまの他に、誰しもが「心身ともに健やかで持続可能なキャリア形成」のできる社会づくりにともにチャレンジして下さる「フレンドパートナー」を募集しております。



8-3

企業・自治体の皆様へ

誰もが「心身ともに健やかで持続可能なキャリア形成」のできる社会づくりとともにチャレンジして
くださる企業・自治体様のお問合せお待ちしております。

【目的】 不安不調期と療養期のワンストップ対応で、働く（住む）人々の持続可能なキャリア形成と健やかな地域社会づくり

1 3ヶ月の企業向けトライアルパックの実施

- ・ 期間：3ヶ月（以降、有料プランにて継続可能）
- ・ 費用：トライアル期間中は無料
- ・ 提供サービス：フレンドナースによるチャット相談24時間受付、対応時間は7:00-21:00
- ・ 健康情報や相談喚起の情報配信
- ・ 傾向に合わせたセミナー
- ・ 担当者様への報告面談

2 他自治体（地域）展開モデルの実施

- ・ 各自治体の課題と特徴を活かした独自モデルの提案とトライアル実施
- ・ 各自治体の社会資源をフルに活用
- ・ 看護スキルを活かしたオフラインとオンラインのハイブリッド型のサービスモデル
- ・ イベントや講習なども交えた啓蒙活動と不安解消の両面でサポート
- ・ 各自治体の傾向分析よりリアルな課題の抽出

【お問合せ】

一般財団法人ウェルネスサポートLab
メール：ryu.y@wellsuppo.or.jp

担当者：笠 淑美 / Yoshimi Ryu
web：<https://www.wellsuppo.or.jp>