

講師プロフィール



共同開発者・講師

濱脇 文子先生

株式会社マイユティックス 代表取締役
一般社団法人 女性の健康推進協会 代表理事
産前産後ケアセンター「Vitalité House(ヴィタリテハウス)」施設長
大阪大学招聘准教授
星薬科大学非常勤講師
国立保健医療科学院 専門課程II 地域保健福祉分野 修了

助産師外来からお産、乳房外来、産後ケアまで幅広く従事し、数千人の母子と家族のケアを行う。出張専門で開業。地域での両親学級、家庭訪問など自治体の母子保健事業のスーパーバイズや、民間企業、NPOと共同でマタニティソリューション・女性の健康推進事業開発を行っている。はぐふるアンバサダー。

女性の健康をサポートする

「女性の健康経営セミナー」のご案内

memo

会社名	CMC GROUP ▶ https://cmc.jp/ 株式会社CMCエクスメディカ ▶ https://cmc-xmedica.co.jp
所在地	〒105-0004 東京都港区新橋6-17-17 御成門センタービル2F
TEL	03-3434-0635

CMCエクスメディカは医療・医薬業界に特化した医療医薬専門広告会社です。新製剤発売に関わる企画業務、既存薬の市場浸透、最新のDXの提供とともに変革を目指す仕事を展開する医療医薬専門の広告コミュニケーション会社です。

CMCエクスメディカは、「健やか親子21」応援メンバーです。「健やか親子21」は母子の健康水準を向上させるためのさまざまな取り組みを、みんなで推進する国民運動計画です。



<https://www.hug-full.com/>



子どもを育む医療・ヘルスケアの
情報提供サイト

2023年9月改訂



株式会社マイユティックス



CMC GROUP



株式会社CMCエクスメディカ

みんなで考え、実践する 女性のための健康経営セミナー

健康経営は、企業にとって企業価値の向上、企業イメージアップや社員モチベーション向上、リクルート効果など、必須で取り組むべき課題となっています。更に、ダイバーシティ&インクルージョン*1対応の一環で、女性社員の健康づくり、働きやすい環境づくり等により、女性がイキイキと活躍できる企業になることもこれからの社会、社員から求められます。

健康経営のメリット

- 企業イメージアップ
- 社員モチベーション向上
- リクルート効果
- 生産性の向上
- 医療費削減

ESG*2の取り組み

*1 ダイバーシティ&インクルージョン:多様な人材の能力や個性が活かされている状態を意味します。

*2 ESG:持続可能な世界の実現のために、企業の長期的成長に重要な、環境(E)、社会(S)、ガバナンス(G)の3つの視点の頭文字を取った言葉です。

CMCエクスメディカが開発した「女性の健康経営セミナー」の特長

- ① 医療サイエンスに基づき、コミュニケーションに長けた医療医薬専門広告会社が開発
- ② 体験型・対話型のアクティブラーニングによる、自ら考え、理解を深められるセミナー設計(ワークショップ実施が基本)

各セミナーの内容は、はぐふるアンバサダーの濱脇文子先生とCMCエクスメディカのスタッフで独自開発しています。また、CMCエクスメディカの学術チームが内容を精査することで、EBM(エビデンス・ベースド・メディスン)の観点からも、信頼できる内容になっています。全15講義で構成されており、女性だけでなく男性及び管理職の方にも対応する内容を用意しています。各企業さまの与件によって、講義をセレクトしたプログラムで実施することも可能です。

お客様の状況やご希望に合わせて、ワークショップの無いオンライン(ライブ)での講義もご用意しています。お気軽にご相談ください。

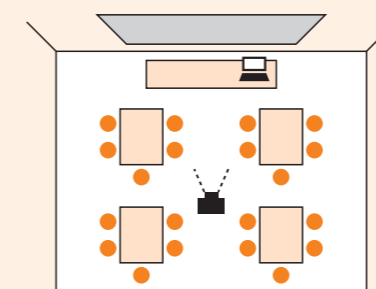


標準仕様及び費用 ※1講義での開催の場合

開催形式	リアル(会場) [ワークショップあり]	オンライン(ライブ) [ワークショップなし]
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・あらかじめ4~5グループに分かれて講義を聴講いただけます。 ・講義終了後(又は講義中)、グループ毎でワークショップを実施します。 ・所要時間は90分程の想定です。(講義45分+ワークショップ30分+まとめ15分) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークショップを実施しない講義のみのセミナーとなります。 ・所要時間は60分程の想定です。(講義45~50分+質疑応答10~15分)
参加人数 (基本設定人数)	<p>20名まで</p> <p>※参加者21名以上の場合は、別途ご相談とさせていただきます。</p>	<p>ご相談</p> <p>※弊社プラットフォーム利用の場合は、400名までとなります。</p>
販売価格	<p>250,000円</p> <p>講師費：200,000円 運営費：50,000円</p>	<p>200,000円</p> <p>講師費：150,000円 運営費：50,000円 ※プラットフォーム費用別途</p>
特記事項	<ul style="list-style-type: none"> ・会場選定及び会場費用は別途ご相談となります。 ・開催に必要な機材及び備品については、別途ご相談となります。 ・講師及び運営スタッフの交通費は別途となります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・オンライン(プラットフォーム)は弊社システム以外でも対応可能となります。 ・講師及び運営スタッフの交通費は別途となります。 ・講演の録画については、開催法人様限定でのご活用を条件に使用可能となります。(使用期間は最長6か月)

※上記販売価格合計に管理費(10%)が加算されます。 ※消費税は含まれておりません。

リアル(会場)実施イメージ



※スクリーン、プロジェクター等の備品については、別途ご相談とさせていただきます。

「女性の健康経営セミナー」プログラム構成(15講義)

みんなで考え、実践する女性のための健康経営セミナー



対象別プログラムパッケージ例

特定の年代・ライフステージ&ライフコース別の社員を対象としたプログラムパッケージ		新入社員男女や管理職向け(研修対象と合わせた)、対象者にとって必要なミニマムな概要中心の学びのプログラムパッケージ	
【中高年社員向け】更年期対策パッケージ	【若年層女性社員向け】未来計画立案パッケージ	【新入社員】健康増進パッケージ	【社長/役員】健康経営を理解するパッケージ
4講義 10.更年期の理解を深めよう～女性と男性の更年期 概要編～ 11.更年期に起きやすい心とからだの疾病を知る 12.更年期のセルフケアでの改善(栄養・運動) 13.メンタル/リスクリング	5講義 5.女性ホルモンと仕事 6.月経トラブルとの付き合い方 7.プレコンセプションケアを考える 8.妊娠/出産 9.子育て期～働きながらの子育て/パパ育児～	5講義 1.健康経営を考える 3.ヘルスリテラシー 5.女性ホルモンと仕事 7.プレコンセプションケアを考える (8.妊娠/出産+9.子育て期のサマリーを含む) 10.更年期の理解を深めよう～女性と男性の更年期 概要編～ (13.メンタル/リスクリングのサマリーを含む)	3講義 1.健康経営を考える 3.ヘルスリテラシー 5.女性ホルモンと仕事

プログラム詳細一覧表

カテゴリー	No.	講義タイトル	形式	講義概要	WSあり	WSタイトル	対象			
							女性社員	女性管理職	男性社員	男性管理職
概論	1	健康経営を考える	セミナー+WS	今、社会から企業に求められている健康経営についてのHow toを紹介。	●	自社にとっての健康経営とは	●	●	○	●
	2	何が現在起きているのか現状考察	セミナー	健康経営を企業課題の一つとして取り組む要因、理由を(男性中心から女性を中心とする健康活動へ)などが注目			●	●	-	●
	3	ヘルスリテラシー	セミナー+WS	ヘルスリテラシーとは何か?今なぜ必要なのか?そして、ど	●	ヘルスリテラシーを高めるためには	●	●	○	●
	4	マタハラ・セクハラ	セミナー+WS	女性社員を中心とした職場の3大ハラスメント(パワハラ、セクハラ、マタハラ)の研修を実施(企業ニーズ対応)。	●	職場でのハラスメントに気をつけるには?	●	●	-	●
月経関連	5	女性ホルモンと仕事	セミナー+WS	「女性のホルモンと女性の一生」。ホルモンの恩恵を受け受けることになる。知識の習得に加え、WSによる、より	●	コミュニケーションで健康問題を解決する	●	●	-	●
	6	月経トラブルとの付き合い方	セミナー+WS	月経があることによるトラブルと疾病を紹介(黄体期・生理改善方法として、トラブルを緩和する運動ワークを実施。	●	セルフケアと運動	●	●	○	●
プレコンセプションケアと子育て(妊娠前のケアから、子どもを産み育てながら働くことを応援する)	7	プレコンセプションケアを考える	セミナー+WS	子育て期にフォーカスした講義。「プレコンセプションケア」の対し、職場・職場の周りの理解が必要。そのためには男性も	●	会社に導入するとしたらどんなものがある?	●	●	○	●
	8	妊娠/出産	セミナー+WS	社員の妊娠・出産、妊娠のための体づくりに対し、企業は必要。この戦略の立案を戦略会議として実施。	●	産休育休戦略会議	●	●	○	●
	9	子育て期 ～働きながらの子育て/パパ育児～	セミナー+WS	産後の女性の心身の変化と、パパだからこそできる子育て(男性も)をテーマとした講義とロールプレイ(WS)の開催。	●	働きながらの子育て課題	●	●	○	●
更年期	10	更年期の理解を深めよう ～女性と男性の更年期 概要編～	セミナー+WS	更年期について、男性と女性の両方の理解を深める。更年期グループの集まりとしてWSを実施。	●	更年期に関する、印象や理解度の確認	●	●	○	●
	11	更年期に起きやすい心とからだの疾病を知る	セミナー	更年期の症状と更年期に起きやすい疾病を知り、自己判断したら危ないことも伝える。			●	●	-	●
	12	更年期のセルフケアでの改善(栄養・運動)	セミナー+WS	更年期のセルフケアによる改善(栄養、運動)、セルフケア・改善方法をやってみよう!と働きかける。	●	運動ワーク	●	●	-	●
	13	メンタル/リスクリソング	セミナー+WS	更年期のメンタルについて。更年期は次のステージに向けて学び直しやリスクリソングが必要。WSはメンタルヘルス・スト	●	メンタルヘルス研修	●	●	○	●
老年期	14	老年期の変化を知る	セミナー+WS	老年期における変化を知る。老年期は体も思考力も低下を学ぶ。	●	運動ワーク	●	●	-	●
	15	価値ある老年期を迎えるために～体・思考・経験～	セミナー+WS	価値ある老年期を迎えるために考え、体づくり、経験を活かす講義とWSを開催。	●	キャリアを活かして企業や社会に貢献できること	●	●	○	●