

人を、想う力。街を、想う力。

三菱地所グループ

Dynamic Harmony

Tokyo Marunouchi

2020年2月20日

株式会社ファムメディコ
日本からだ開発株式会社
三菱地所株式会社

Will Conscious Marunouchi2020

働く女性の健康をサポートする「まるのうち保健室」が期間限定でオープン！

まるのうち保健室「私と向き合う時間」を開催

開催日時：2020年3月5日（木）～4月24日（金）

開催場所：新丸ビル9階 丸の内ヘルスケアラウンジ ほか

三菱地所株式会社ならびに、株式会社ファムメディコ、日本からだ開発株式会社は、働く女性の未来の姿に寄り添うプロジェクト「Will Conscious Marunouchi（以下、WCM）※1」の活動と連携し、「まるのうち保健室※2」の一環として、女性ならではの疾病リスクを学び、自身の健康チェックと共に、これからのライフプランを豊かに彩る学びのコンテンツをラインナップした「私と向き合う時間」を開催いたします。「まるのうち保健室」では、2014年より働く女性に特化した健康測定やカウンセリングを行い、1,300名以上の健康実態データを解析し、働く女性の“痩せ”問題が深刻であり、“栄養・運動・睡眠”の三大不足から若年性の糖尿病やうつ病などリスクが高まっているという健康課題を明らかにしてきました。2018年には、これらのソリューションとして、「新習慣メソッド」を開発。同年には、「Conscious Women Diary」として一冊の手帳にまとめ、大丸有エリアの就業女性や企業、店舗へも配布を行い、「働く女性1,000名チャレンジ」と称して生活改善チャレンジに取り組むなどポピュレーションアプローチを実践してきました。

本年度は、これまでのポピュレーションアプローチに加え、リスクアプローチとして医療機関や大学とも連携を図り、「**女性ホルモン**」をテーマに**まるのうち保健室を開催**します。これまでの調査の中で向き合ってきた働く女性の日々の健康や更年期、妊娠と密接に関係し、プレゼンティズムにも大きな影響を与えている「女性ホルモン」にフォーカスし、月経やPMSの正しい知識の習得とともに女性ホルモン値を測定し、希望者には、AMH（卵巣の状態）の検査も行っていただける機会をご準備しました。

更に、楽しく豊かな明日の選択肢が広がる学びのコンテンツも数多くラインナップ。マインドフルネスから運動、睡眠、自分らしい生き方など多種多様なセミナーから、自身のからだに心に向き合う時間を提供いたします。一方、これら女性の健康問題を経営課題として着目し、神奈川県立保健福祉大学理事長 大谷氏らに登壇いただき、企業人事や総務、男性社員らを対象に、オープニングディスカッションも開催します。

※1「Will Conscious Marunouchi」プロジェクト<<https://shokumar.jp/project/wcm/>>

働き世代の女性にむけて、より充実した明日への選択肢を共に学び、サポートすることを目指したプロジェクト。「まるのうち保健室」調査から得られた情報や声を生かし、街づくりを通じて、様々な企業と協創し、女性が健康的に美しく長く働ける社会のためのモデルケースづくりを目指しています。



※2「まるのうち保健室」<<https://shokumar.jp/hokenshitsu/>>

クリニックとは異なり、気軽にオープンに、健康やお悩みを相談できるのが人気の「まるのうち保健室」。2014年より東京・丸の内各所で女性に特化した健康測定やカウンセリングやイベントを通じて、個人へのヘルスリテラシーの向上を図るとともに、「働き女子1,000名白書」を発表するなど、現代の女性の抱える健康課題のリサーチや、忙しい女性の生活習慣づくりのための「新習慣メソッド」を発表するなど、社会・環境におけるヘルスリテラシーの向上を目的に活動しています。



まるのうち保健室「私と向き合う時間」実施概要

- 【日時】 2020年3月5日(木)～4月24日(金)
【会場】 新丸ビル9階 丸の内ヘルスケアラウンジ(所在地:東京都千代田区丸の内1-5-1)ほか
(所在地:東京都千代田区丸の内1-5-1)
【主催】 三菱地所株式会社、株式会社ファムメディコ <https://www.f-med.jp/>
日本からだ開発株式会社 <https://www.nippon-karada.co.jp/>
【協力】 ウンログ株式会社、ジェネシスヘルスケア株式会社、株式会社スティルウォーター、仲野整體、
株式会社NATIQ・IMAGING、株式会社パソナ、株式会社BROWN SUGAR 1ST. al、
株式会社ブレインスリープ、丸の内の森レディースクリニック、Medicha株式会社、
ランドリーボックス株式会社、LIFE100消化力研究所(五十音順)
※すべてのプログラムは要予約制となります。
Will Conscious Marunouchiオフィシャルサイト:<https://shokumar.jp/project/wcm/>

① オープニングセミナー「まるのうちに、保健室を。～働く人が未来をつくる～」

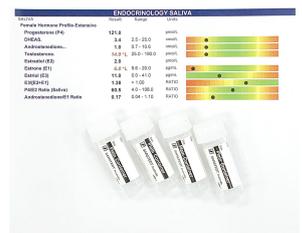
管理職の多くをしめる男性管理職者の悩みとして、女性の身体に関する悩みや相談に対し、どう対処したらよいのかわからないというものがあります。そんな男性管理職者に向け、女性の身体の悩みに対する正しい知識や対処法から、企業に求められる働き方や検診制度について、女性ワーカーの健康に関する課題が経営課題といかに結び付くかなどのセミナーを開催します。

- 日時: 2020年3月5日(木) 15:50～17:20
場所: 有楽町「SAAI」Wonder Working Community
(所在地: 東京都千代田区有楽町1-12-1新有楽町ビル10階)
対象: 男性管理職
参加人数: 50名
スピーカー: 大谷 泰夫氏(神奈川県立保健福祉大学理事長、元内閣官房参与、厚生労働審議官、医政局長)
浜中 聡子先生 国際アンチエイジング医学会専門医
佐々木 彩華氏 株式会社ファムメディコ
森近 薫氏(弁護士)
井上友美(三菱地所 WCM プロデューサー)

② 「女性ホルモンチェック」

自分の女性ホルモン数値を知ることができる機会です。女性ホルモンの中でも、女性らしさを担うホルモン「卵胞ホルモン(エストロゲン)」と、妊娠に関わるホルモン「黄体ホルモン(プロゲステロン)」の測定を行います。

- 日時: 2020年3月9日(月)～4月24日(金)
平日9:00～20:00(土日祝休)
場所: 新丸ビル9階 丸の内ヘルスケアラウンジ
(所在地: 東京都千代田区丸の内1-5-1)
参加費: 3,000円(税込)



女性ホルモン検査キット

③ 「AMHを測定しよう!」

自分はまだ妊娠できるのか。AMH検査は、血液から卵巣内にどのくらい卵の数が残っているかを予測することができる検査です。

- 日時: 2020年3月9日(月)～4月24日(金)
平日9:00～20:00(土日祝休)
検査: 丸の内の森レディースクリニック
(所在地: 東京都千代田区丸の内1丁目5-1新丸ビル9F)
参加費: 5,800円(税込) 女性ホルモンチェックを受診された方だけの限定価格。
(通常9,900円(税込))



過去開催時の様子

④ 「ワークショップ&セミナー」

女性が明日を生き生きと楽しく過ごすことができるためのヒントになるようなコンテンツをラインナップ。ランチタイムのリフレッシュに、お仕事終わりにご参加いただけます。セミナーは多数開催いたしますので、詳細は別添スケジュールをご参照ください。

開催期間: 2020年3月9日(月)~4月23日(木) (土日祝をのぞく)

開催時間: 12:10~12:50 / 19:00~20:30

場 所: 新丸ビル9階 丸の内ヘルスケアラウンジ、3×3 LAB Future

【実施セミナー 一例】

* <スペシャル対談>「宋美玄(産婦人科医)×川島恵美(産業医・労働衛生コンサルタント) 働く女性のライフスキル~整理や妊活、カラダについて知り自分らしく生きよう~」

日常生活や人生設計に大きく関連のある、生理や妊活のこと。「生理痛やPMSは放っておいても大丈夫?いつまで子どもを産める?」など働く女性が気になることをギュッと盛り込んで語ります。

日 時: 2020年4月9日(木) 19:00~20:30

場 所: 3×3 Lab Future

講 師: 宋美玄氏、川島恵美氏

参加費: 無料

企 画: 丸の内の森レディースクリニック



宋美玄氏

川島恵美氏

* <セミナー>「日本 NO.1 の腸活アプリ広報が教える!夢を叶える腸活のススメ」

日本で最も使われているうんち記録アプリ「ウンログ」の広報が語る腸活セミナー。

日 時: 2020年3月18日(水)・4月1日(水) 19:00~20:30

場 所: 新丸ビル9階 丸の内ヘルスケアラウンジ

講 師: 長瀬みなみ氏

参加費: 無料

企 画: ウンログ株式会社



長瀬みなみ氏

* <セミナー>「働く女性? Or 子育てママ? どちらも余裕で叶える思考とコツ」

出産を機に食品会社「ブラウンシュガーファースト」を創業され、経営者として国内外を飛び回りながら、子育ても100%楽しむ萩野みどり氏を招いたトークショー。保守的な家族を理解あるサポーターに変える考え方やコツを伝えます。

日 時: 2020年4月2日(木) 19:00~20:30

場 所: 3×3 Lab Future

講 師: 萩野みどり氏

参加費: 無料

企 画: 株式会社 BROWN SUGAR 1ST.al



萩野みどり氏

<本件に関する一般の方のお問合せ先>

丸の内コールセンター TEL: 03-5218-5100 (11:00~21:00)
※但し、日曜・祝日は20:00まで (連休の場合は最終日のみ20:00まで)