

Wellness Support Lab

～働く女性の不安不調・治療との両立支援研究～





団体名 : 一般財団法人 ウェルネスサポートLab

代表者 : 代表理事 笠 淑美 (Yoshimi Ryu)

所在地 : 福岡市中央区渡辺2-9-20-1103

法人設立日: 2020年1月10日

団体HP : <https://www.wellsuppo.or.jp/>

Mission

「健やかな未来を次世代に繋ぐ」

経験豊かな
ナース

患者さんだけでなく、ご家族・後輩ナースも

90代
ご婦人

私だけでなく、未来の人々も

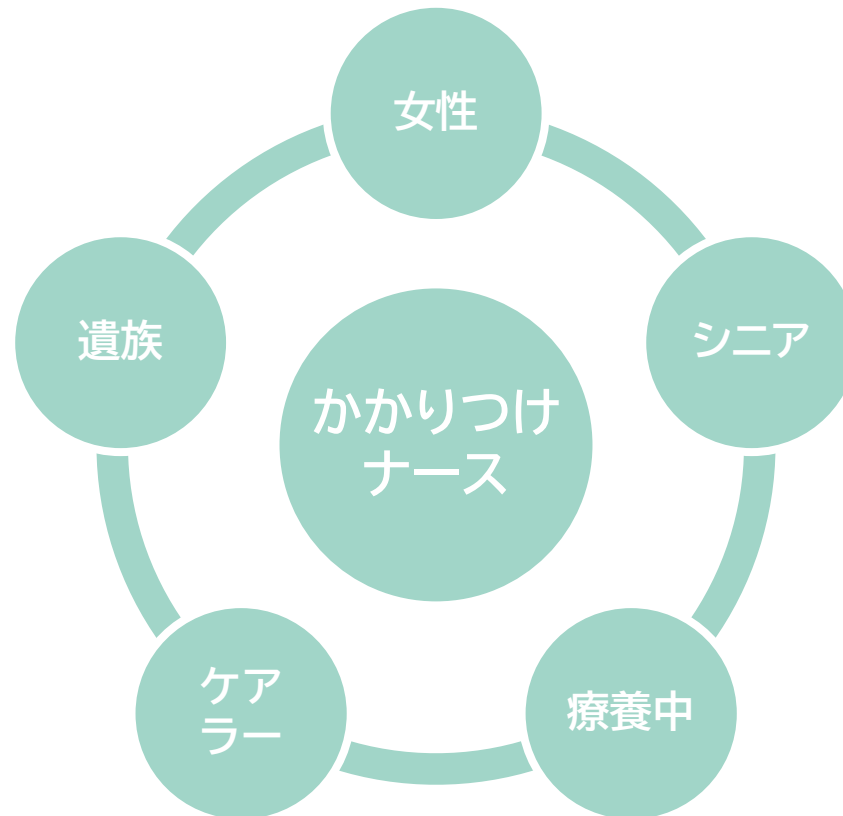
ヤング
ケアラー

父だけでなく、母も私たちも

※90代ご婦人の遺贈意志によりウェルサポは設立されました

Policy

「かかりつけナース制度」の普及を軸に
働き世代とシニア世代の健やか暮らしを両立

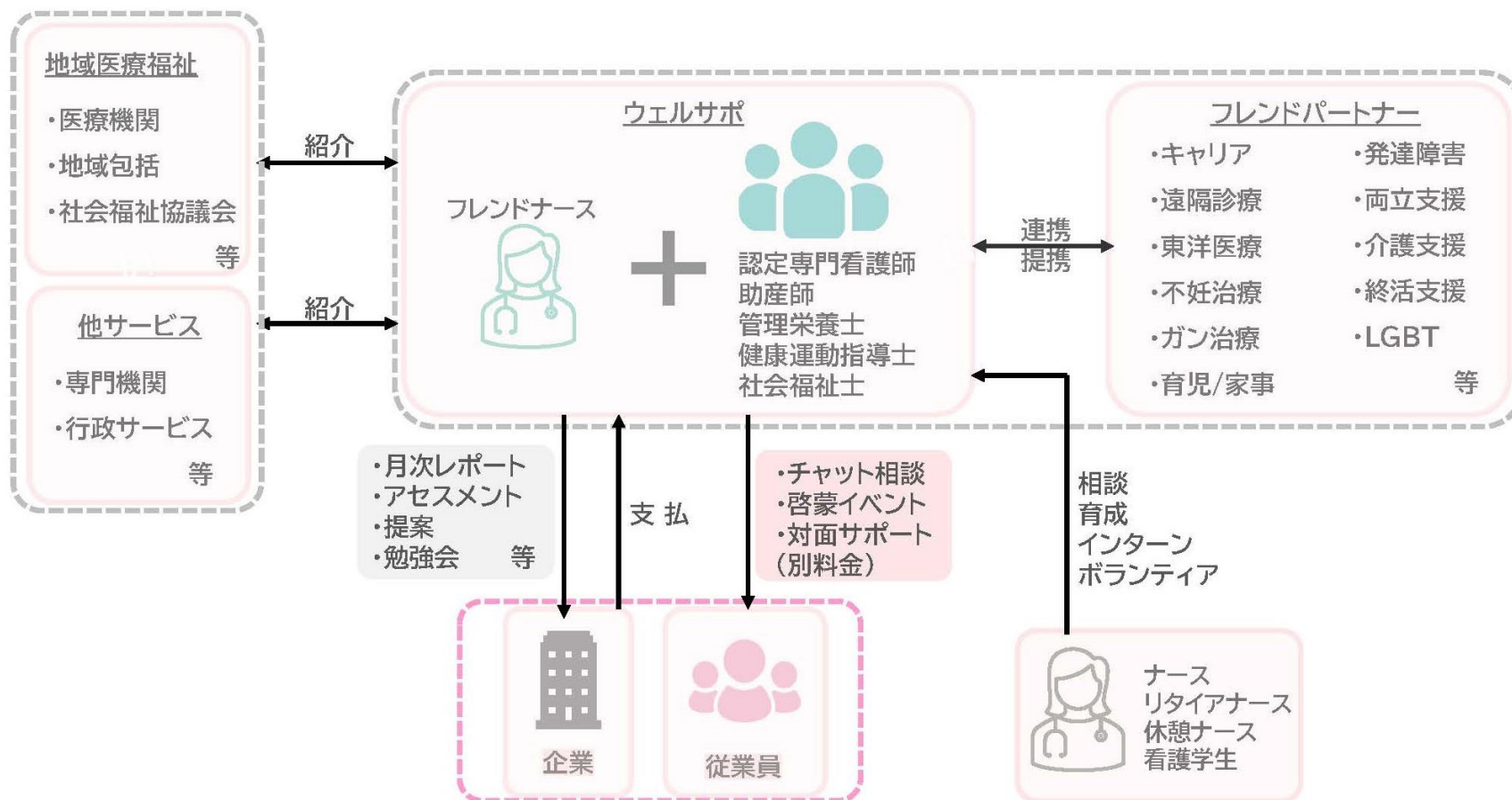


- ①人は生まれたときから「不安不調と共に生きている」ことを前提
- ②「不安不調期」から「療養期」までワンストップでご家族ごとサポート

1. 活動内容



- 不安不調期から取り組む健康的かつ持続的なキャリア
- 療養期サポートにより、適切でかつ早期復帰
- 個人、企業、社会のウェルビーイングへと



その社員の復職が可能と判断する5つの基準

- 1 就業意欲力** ▶ 休職中の社員は、働く意欲があるだろうか。意欲度合いはどのくらいだろう。ここは10点満点で10点欲しいところ。
- 2 リズム力** ▶ 生活リズムは、最低2週間は通常勤務時と同じだろうか。生活記録表をつけてチェックしたいところ。外出はしているか、食事はどうか。
- 3 回復力** ▶ 休職中でさえも次の日に疲れが残っているようであればNG。起床時間、就寝時間の確認、起床時の疲れ度合いチェック。
- 4 通勤力** ▶ 通勤するためには、電車等の交通手段が利用できないとシゴト出来ません。電車に乗れるか、人混みが多いような状況で疲れきっていないのか。
- 5 適応力** ▶ 今回の原因は本人はどう考えているのか、同一職場に戻った際には、耐えうると思うか。当然、別部署も人事として検討することもあり得る中での確認。

※ この5つに「主治医の診断書」および「職場の受入れ準備」が必要です。

事例① 50歳女性 正職員(看護師)シングル
 キーパーソン:遠方の認知症の両親、契約社員の姉

年月	身心状況	支援内容	勤務状況
2019.8	乳がん手術、放射線、ホルモン療法		
2020.4	身心不調(痺れ、不安感、鬱)	傾聴 受診時のアテンド 職場への意思伝達	休職、傷病手当あり
2019.8	身心不調(食欲不振、不安感、左半身痺れ)	上司との面談時の意思伝達 傾聴、励まし 目標管理、支援 受診アテンド	半日勤務 2回/週 フルタイム 2回/週 傷病手当あり
2021.1 ~	身心不調(食欲不振、不安感、左半身痺れ)	傾聴、励まし	フルタイム (夜勤なし)5日/週

事例② 50歳女性 正職員(事務職)シングル
キーパーソン:遠方の姉

年月	身心状況	支援内容	勤務状況
2019.8	両親の介護による身心不調	傾聴	正社員フルタイム
2020.4	身心不調(下血) 大腸がん発覚	受診の意思決定支援、促し	正社員フルタイム
2020.7	入院抗がん剤、放射線治療	chat、面会で経過伺い、傾聴、励まし 姉へ状況報告	休職・傷病手当あり
2020.9	退院 抗がん剤放射線治療による身心不調(痛み、排便不良、不安感)	4回/月 リアル健康サポート 姉への状況報告 食、動、整の目標管理支援	休職・傷病手当あり
2021.1	更年期障害を伴った身心不調(冷え、倦怠感、不安感)	2回/月 リアル健康サポート 姉へ状況報告 目標管理、支援	半日 4日/週
2021.6	人間関係、更年期障害を伴った身心不調(冷え、倦怠感、不安感)	2回/月 リアル健康サポート 姉へ状況報告 目標管理、支援	半日 4日/週 フルタイム 1日/週
2021.9			フルタイム
2022.2			休職・傷病手当

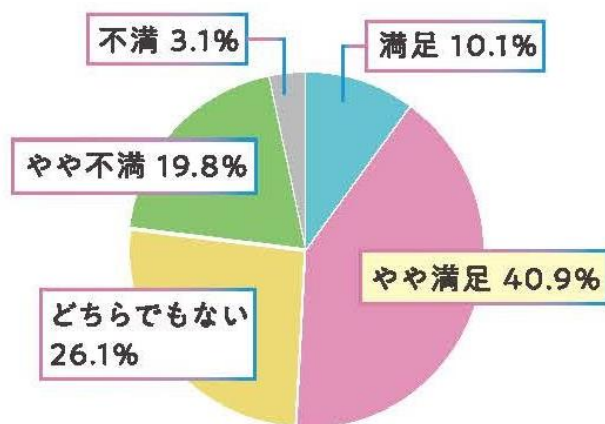
カラダの不調

(複数回答合計1939件)



健康状態の満足度

(回答合計 575人)



「やや満足」が過半数近くを占めており、「悩み事」「カラダの症状」「ココロの症状」がある状態が通常である日常が推測される「満足」に関心がない層だと推測すると、「健康状態」に関心がある方が多い



●内容に関すること

サポート内容	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	7	15
	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	34	91
	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
その他	人間関係(その他)に関する悩み・不安	0	0	4	2	2	8
	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		

※女性特有の身心不調不安や悩み:369件/827件中(44.6%)
 ※男女共通の身心不調不安や悩み:328件/827件中(39.7%)

今後のチャレンジ

働く女性の
不安不調・治療との
両立支援研究

- 声なき声を明らかにする
- 啓蒙啓発を積極的に行う
- 多くの仲間を得る

企業・自治体の皆様へ

誰しもが「身心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
くださる企業・自治体様のお問合せお待ちしております。

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実施
- 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 担当者:笠 淑美/ Yoshimi Ryu
メール:ryu.y@wellsuppo.or.jp web:<https://www.wellsuppo.or.jp>

(ご参考)経済産業省「フェムテック等サポートサービス実証事業2021年度」URL
(画面中段の”サービス実証実験報告書はこちら”よりリーフレットをダウンロードいただけます)
<https://www.wellsuppo.or.jp/service>