

THE  
CARE

# ウェルネスマネジメント

自分、そして家族も豊かにするスキルを磨く！

株式会社With Midwife

2022年 12月 25日（木） 14:00-15:00



# OUR VISION

「生まれることのできなかった、たったひとつの命でさえも  
取り残されない未来」の実現



# WITH MIDWIFE

# Old with new.

## 助産師が、命にまつわる社会課題を解決する会社です。

右上に伸びていくようなWのシンボルとふたつ並んだIのラインは“Old with new.”のメッセージ通り、私たちが変化を恐れず、作り進んでいく新しい価値の道を。

なめらかなカーブと凛とした直線は、命を包み込むような柔らかさと時代を俯瞰し挑戦することを決めた覚悟を表しています。私たちは「助産師の会社」として、受け継がれてきた助産師の価値を社会に取り戻していく。家族へ、企業へ、助産師へ。多様な価値の道を作り続け、共に社会に革新を起こしていく。

ロゴマークは道です。変化しながら、100年以上つづく助産師の会社として、たくさんのストーリーがこれから続いていきます。まだ見ぬ道を、共に歩みましょう。

会社名	株式会社 With Midwife
所在地	大阪本社 〒534-0024 大阪府大阪市都島区東野田町 4-15-82 QUINTBRIDGE303 京都支社 〒606-0802 京都府京都市左京区下鴨宮崎町 119-1

連絡先 070-8400-4723

設立 2019年11月1日

資本金 3,000,000円

代表者名 岸畑 聖月

事業内容	<ul style="list-style-type: none"><li>● 顧問助産師サービス「The CARE」</li><li>● 助産師検索サイト「Meets the Midwife」</li><li>● 助産師リスクングライセンス「says」</li><li>● 性教育ボードゲーム「Genie」</li><li>● 商品開発、ブランディングコンサルタント</li><li>● バックオフィス業務受託</li></ul>
------	--

主要取引先	<ul style="list-style-type: none"><li>● 株式会社赤ちゃん本舗</li><li>● 大阪信用金庫</li><li>● 株式会社ザ・ゴール</li><li>● タカラベルモント株式会社</li><li>● 竹中工務店グループ</li><li>● 日本新薬グループ</li><li>● 楽天コミュニケーションズ株式会社</li><li>● Lucua Osaka (JR西日本 SC 開発株式会社) など</li></ul>
-------	---

2022年12月からThe CAREが五條メディカル株式会社に導入

# 健康と子育てを守るThe CARE



**看護師・助産師・保健師の**

**国家資格をもつ医療専門家が**

健康や子育てに関する専門知識をもって

みなさまの毎日をサポートします。

# 本日の内容

- 1 | 私たちの紹介
- 2 | ウェルネスとは
- 3 | ワーク：みんなのウェルネスをシェアしよう
- 4 | ウェルネスマネジメントとは？
- 5 | The CAREの活用方法

# Wellness(ウェルネス)とは？



## 「輝くように生き生きしている状態」

"a condition of change in which the individual moves forward, climbing toward a higher potential of functioning".

Halbert Dunn(1961 )

### ▶WHOの提言

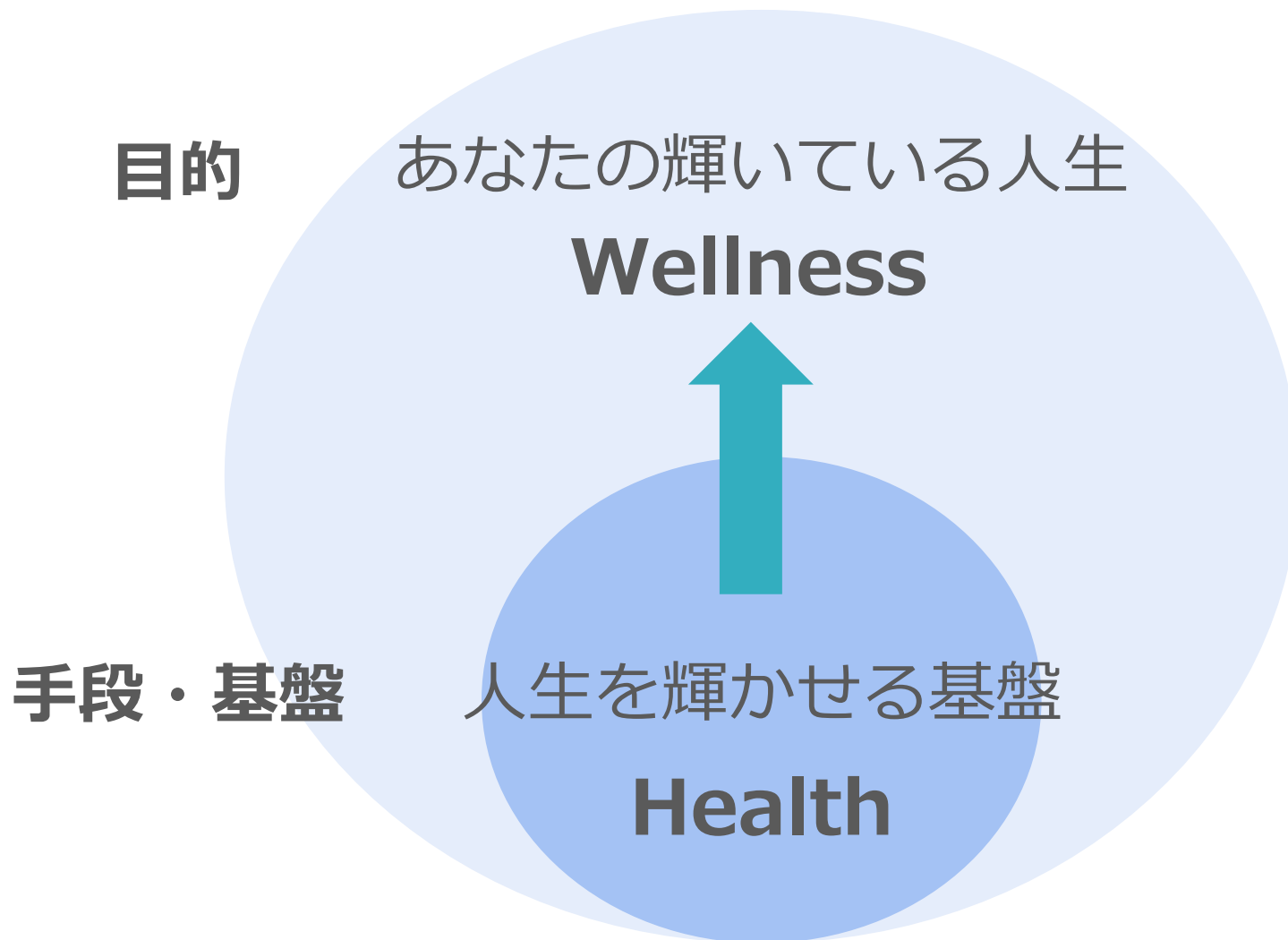
ウェルネスは、個人やグループの健康で最適な状態を2つ指標でみる

【指標1】物理的、心理的、社会的、精神的、経済的に個々の最大限の可能性が実現されている

【指標2】家族、地域社会、礼拝所、職場やその他の場所で自分の役割期待に対しての充実感

ウェルネスとは

# WellnessとはHealthの先





# Wellnessを因数分解すると





ウェルネスとは

# Wellnessとはバランス

感情的

職業的

環境的

知的

身体的

経済的

社会的

精神的



# 1. 身体的 (Physical)

- 身体は健康ですか？
- 病気はありませんか？
- 日常的な運動を充分に行えていますか？
- 健康的な食生活ですか？
- 良質な睡眠を取れていますか？
- お酒やたばこは控えられていますか？



## 2. 感情的 (Emotional)

- 自分の感情を理解できていますか？
- 感情を表現できていますか？
- 受け止めてくれる人はいますか？
- 感情や行動のコントロールはできていますか？
- ポジティブに捉えられますか？



### 3. 社会的 (Social)

- 社会的にどう見られたいですか？
- 実際の社会的な見られ方はどうですか？
- コミュニケーションスキルは身につけていますか？
- 組織内での信頼関係は構築できていますか？
- 相手を尊敬する姿勢で  
他者と接することができますか？
- ジェンダー(社会的性)をどう捉えていますか？



## 4. 職業的 (Occupational)

- 自分のキャリアをどう築きたいですか？
- 今後どう働きたいですか？
- 技術・能力・価値観に合う仕事ですか？
- 人間関係は良好ですか？
- ストレスは乗り越えられていますか？
- 報酬は充分だと感じていますか？
- ライフワークバランスはとれていますか？



## 5. 環境的 (Environmental)

- 生活環境
- 職場環境
- 家庭環境
- 衛生環境



## 6. 知的 (Intellectual)

- 学びたいことはありますか？
- 学びたい事が学べているか
- 学力に満足しているか
- 好奇心は湧きますか？





ウェルネスとは

## 7. 経済的 (Financial)

- 給与や貯蓄
- 家計の状況
- 借金の状態
- 年金や保険の状況



## 8. 精神的 (Spiritual)

- 精神疾患の有無
- 気分の浮き沈みや安定性
- 自立心
- 自己肯定感の有無



ウェルネスとは

# 今の時代はライフエピソード

現代

結婚する・しない？子育てする・しない？  
→**生き方、あり方は選べる時代**



ライフステージ



※株式会社With Midwifeが  
提案する“造語”です  
(専門用語ではありません)

# ライフエピソード

ウェルネスとは

# 想定されるライフエピソード

---

✓進学はいつしようかな

✓いつ結婚しようかな

✓出産はどうしようかな

✓子育てはどうしようかな

✓家はいつ建てようかな

✓離婚っていう選択もあるよね

✓いつ就職しようかな（転職しようかな）

✓退職後はどこに住もうかな

▶妊娠する力の変化

▶費用など別の因子も

▶先方の要件

# 本日の内容

- 1 | 私たちの紹介
- 2 | ウェルネスとは
- 3 | **ワーク：みんなのウェルネスをシェアしよう**
- 4 | ウェルネスマネジメントとは？
- 5 | The CAREの活用方法

# 本日の内容

- 1 | 顧問助産師サービス「The CARE」とは
- 2 | 自己紹介
- 3 | ウェルネスとは
- 4 | **ウェルネスマネジメントとは**
- 5 | The CARE相談窓口の活用方法

ウェルネスマネジメントとは

# ウェルネスをマネジメントする

ウェルネス

いきいき輝く状態（豊かな人生）



行動

ウェルネスに向けた計画・行動変容



現在地

今はウェルネスな状態？

**次のステップは現在地を知ること**



今のあなたと  
ウェルネスなあなたの  
間を埋める要素はなんだろう。



# 本日の内容

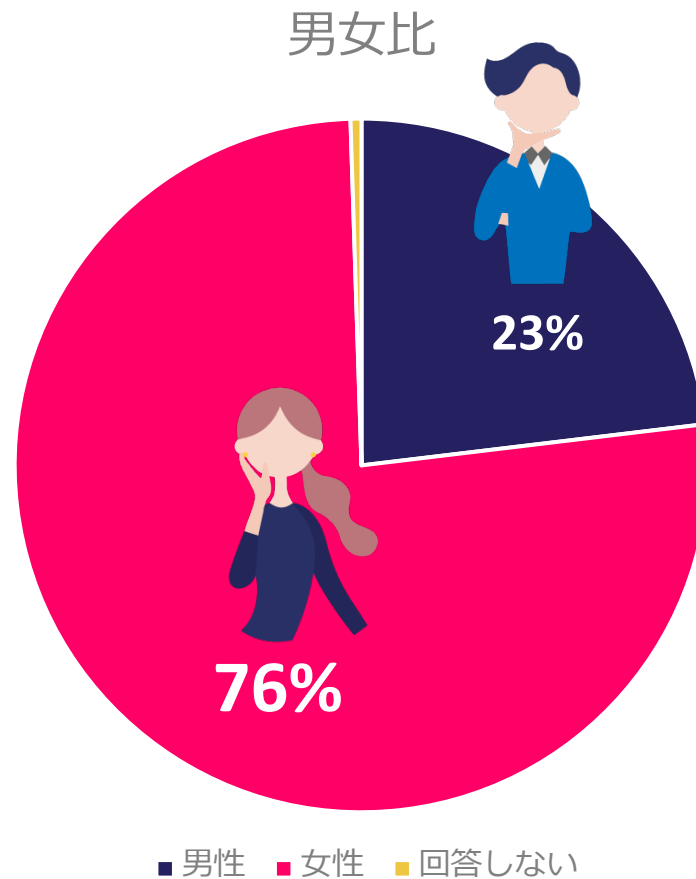
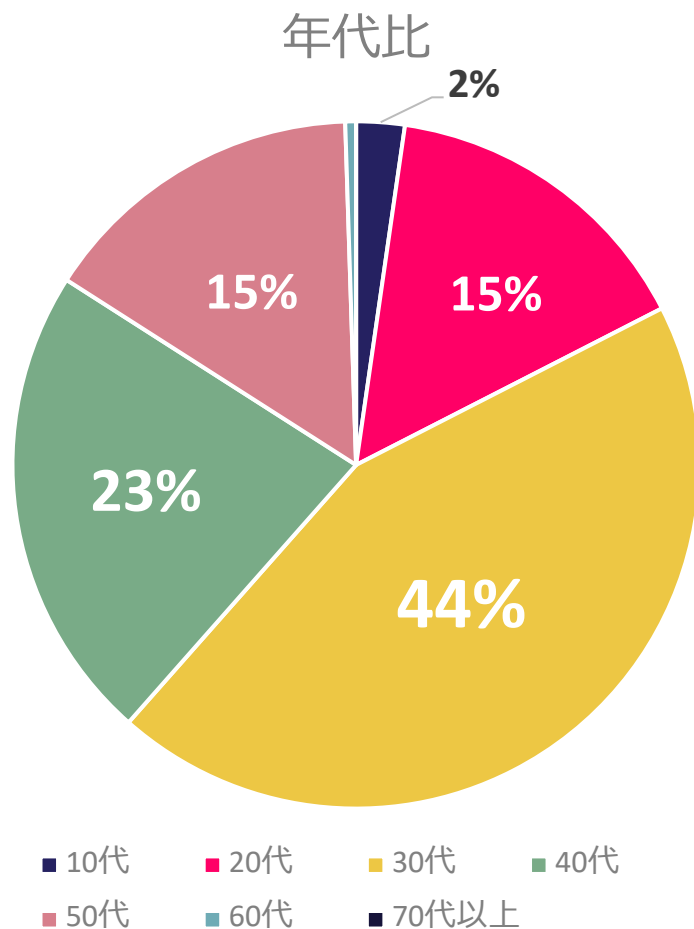
- 1 | 顧問助産師サービス「The CARE」とは
- 2 | 自己紹介
- 3 | ウェルネスとは
- 4 | ウェルネスマネジメントとは
- 5 | The CARE相談窓口の活用方法

# 一人で全ての対応をしようとしな



- 家族
- 上司
- 行政
- 専門家
- **The CARE相談制度**

# お気軽にご相談ください



N=397 (2022年2月時点)

# THE CARE

## Work on Life はたらくために、大切なことを。

多くのはたらく人が抱えるヘルスケアやメンタル、子育ての悩み。実は仕事に直結してしまう現代人の多様な困りごとに、健康と子育てのプロが24時間365日、丁寧に応えます。



1  
幅広い相談を  
匿名で



2  
いつでも、どこでも  
安心を



3  
一番大切にしているのは  
「寄り添う」こと

## こんな時に相談を!!

キャリアと子育ての相談、  
専門家に聞いてほしい...

最近よく眠れない。  
この気分の落ち込み、  
早めに解決したいな。



男性にも更年期があるんだね。  
どうすればいいのかな？

妻の生理が辛そ  
う・・・