株式会社 保健同人社
報道関係各位

株式会社 保健同人社
〒102-8155 東京都千代田区一番町４番地４
営業部 Tel.03-3234-8009 Fax.03-3234-6805

正しい健康情報を提供する保健同人社が、企業および健康保険組合向けの新しいオンライン研修サービス「ライブ型 WEB 研修」をリリース

株式会社保健同人社(代表取締役社長：段塚 忠宏、以下 保健同人社)は、『家庭の医学』をはじめとした医療情報や医療専門職による商品・サービスを通じて、国民の暮らしと健康を支える企業です。全国の著名企業および健康保険組合から従業員・加入者向けメンタルヘルス・健康研修を受託しており、数多くのご採用実績がございます。

この度、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、在宅勤務やテレワークの導入など働き方が多様化する中、従業員・加入者への健康に関する取り組みについて課題を感じておられる皆様より多くのご要望を頂いたオンライン研修サービス「ライブ型 WEB 研修」をリリースいたしました。健康増進・パフォーマンス向上にお役立ていただけるサービスです。

研修ラインナップは、特に導入件数の多い「管理職のためのラインケア研修」「管理職向けハラスメント研修」や、利用頻度の高いコンビニ食に着目した「コンビニ活用術」、さらには昨今関心の高い「質の良い睡眠をとるコツ研修」など多数取り揃えております。心理専門職だけでなく、保健師・管理栄養士が研修講師として活躍しており、メンタルヘルスだけでなく、健康（フィジカル）研修もご用意して、こころとからだの両面からサポートします。

また WEB 研修には「Cisco Webex Training」を使用しておりますので、導入の制約となることも多いセキュリティの面でも安心してご利用いただけます。研修時間は PC での受講に適した６０分～９０分、料金は１５万円～２０万円（予価）となっております。

◆「ライブ型 WEB 研修」の特長◆

～集合型研修と変わらぬ効果と価値をご提供いたします～

その１：ライブ配信ならでは！受講者の意見をリアルタイムで反映！

講師からの質問に対し、アンケート機能を用いてその場でご回答いただくことで、リアルタイムで受講者の傾向を見ることが可能です。

その２：講師と双方向のコミュニケーションができる！

座って聞くだけの講義ではなく、参加型の研修です。受講者が発言することも可能です。

その３：受講者が体験を通して学び、考えることで、実践に生かすことができる！

受講者を小セッションに分けてのグループワークを行い、参加者同士でディスカッションをすることが可能です。
「Cisco Webex Training」の機能「ブレイクアウトセッション」を活用。

【ライブ型 WEB 研修のラインナップ】

★メンタルヘルス研修((1)～(4))

(1) 管理職のためのメンタルヘルス・ラインケア研修　90 分

(こんな方に)

・職場で不調者が出た時に、どのような対応をすればよいのかを知りたい

・通常業務に支障がでない範囲でできる早期発見・早期対応の方法を知りたい

(2) メンタルヘルス・セルフケア研修　90 分

(こんな方に)

・日常的に職場で使えるストレスマネジメント方法を身につけたい

・不調のサインに早めに気づいて対処するコツを学ぶ

(3) 管理職向けハラスメント研修　90 分

(こんな方に)

・ハラスメント対策を社内周知するにあたって、管理職の意識づけを行いたい

・従来のハラスメント研修が物足りなく、異なる内容で実施したい

(4) 一般職向けハラスメント研修　90 分

(こんな方に)

・ハラスメント対策を社内周知するにあたって、社員への意識づけを行いたい

・従来のハラスメント研修が物足りなく、異なる内容で実施したい

・ハラスメントをめぐる最新の動向(時代の変化)を理解できる

★健康(フィジカル)研修((5)～(9))

(5) 健診結果の読み解き方と健康リスク　60 分

(こんな方に)

・定期健康診断や人間ドックの結果を健康維持に役立てたい

・健診結果からわかる病気のリスクを知り、病気の早期発見に役立てたい

(6) 大人の食育　～からだをつくる 10 食品群　60 分

(こんな方に)

・健康を維持するための食事のとり方がわからない

・バランスが大事とわかっても、よくわからない

(7) 自炊じゃなくても大丈夫！　コンビニ活用術　60 分

(こんな方に)

・健康のため食事のバランスを考えたいが、コンビニなどに頼る生活だと難しいと思っている

・毎日の食事を、買ってきて済ませているが、これで良いのかわからない

(8) パフォーマンスアップ！質の良い睡眠をとるコツ　60 分

(こんな方に)

・慢性的な疲労感や睡眠不足を解消したい

・生活リズムが不規則だが、質の良い睡眠をとるためにできることを知りたい

(9) 知っておきたい！　働く女性のためのセルフケア　60 分

(こんな方に)

・女性特有の月経前症候群やホルモン周期の症状等に体調を左右されることが多い

・快適に仕事をするために、働く女性に必要なセルフケアの方法を知りたい

・年齢とともに今までになかった不調を感じることがある

その他の研修も順次リリース予定です。

【株式会社保健同人社　会社概要】

本　　社：東京都千代田区一番町 4-4
設　　立：1946(昭和 21)年 6 月 1 日
代 表 者：代表取締役社長　段塚 忠宏
事業内容：健康経営度向上支援、データヘルス支援、
メンタルヘルス・健康・人材開発研修の提供、健康・心理相談サービス、
インターネット・携帯端末による健康情報の提供、EAP（従業員支援プログラム）サービス、
医療・健康情報関連の出版
資 本 金：5,987 万円

保健同人社は、1954 年日本で初めて「人間ドック」を創案。1969 年には「家庭の医学」を発刊、家庭医学書にセルフケアの発想を盛り込みました。1988 年には電話健康相談を開設。2012 年には新 EAP サービス「TEAMS」をリリースするなど、創業より積み重ねてきた経験を活かし、常に専門性に磨きをかけ、信頼性の高い商品・サービスを通じて健康寿命の向上に貢献して参りました。現在では 1,561 法人 947 万人の方にご利用いただいている国内最大級の EAP サービス事業者です。

◎本件に関するお問い合わせ先

株式会社保健同人社　営業部

〒102-8155　東京都千代田区一番町 4 番地 4

Tel：03-3234-8009

Fax：03-3234-6805

e-mail(研修事務局)：　hkd-training@hokendohjin.co.jp

e-mail(広報事務局)：　kouhou@hokendohjin.co.jp