NEWS RELEASE

企業に未来基準の元気を！
ADVANTAGE Risk Management Group

フィッツプラス、健保連福岡連合会福岡部会 職員研修会にて

「健康支援者のための行動変容セルフケア」をテーマに登壇

～「がんばりすぎない大人の食育」を通じて、支援者の健康とパフォーマンス向上をサポート～

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント（東京都目黒区、代表取締役社長：鳥越 慎二）の連結子会社である株式会社フィッツプラス（東京都中央区、代表取締役社長：神林 基、以下「フィッツプラス」）は、健康保険組合連合会(以下、「健保連」)福岡連合会福岡部会が主催する職員研修会※1 において、「健康支援者のための行動変容セルフケア」をテーマに登壇し、「自分の健康を土台にした加入者支援の質の高め方」について講義および実践ワークを提供しました。

※1 健保連福岡連合会福岡部会に所属される健康保険組合の職員様を対象に開催したセミナー

■セミナー実施の背景

健康保険組合の職員の皆さまは、加入者の健康支援において重要な役割を担っています。一方で、日々の業務や対人支援の中で、職員ご自身の健康状態が「支援の質」や「組織全体の生産性」に影響を与えることが、近年の研究でも示されています。

フィッツプラスは、特定保健指導※2 をはじめとした「食を起点とした行動変容支援サービス」を展開しており、その中で蓄積した知見をもとに、支援者自身のセルフケアの重要性についてお伝えしました。

※2 健康保険組合に加入している 40～74 歳を対象とし、生活習慣病の予防を目的に実施されている特定健康診査（通称メタボ健診）。その健診結果を踏まえ、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して実施される取り組み

■セミナー内容

■ 第 1 部：支援者の健康が加入者支援に与える影響（講義）

・睡眠不足・疲労・ストレスがもたらす「プレゼンティーズム」

・支援者のコンディションが行動変容支援の成果に影響するという研究知見

本件に関するお問い合わせ先

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント・広報担当｜電話：03-5794-3890｜メール： pr-info@armg.jp

・職員の健康が組織パフォーマンス・対人業務の質向上につながること

■ 第 2 部：食を起点とした行動変容の仕組み（講義）

・行動変容領域としての「食」が持つ再現性の高さ

・COM-B モデル※3 を用いた食行動の分析

・当社サービスにおける成功パターン（目標設定・ピンポイント改善・自己モニタリングなど）

※3 行動（Behavior）が成立するには、能力（Capability）、機会（Opportunity）、動機（Motivation）の 3 要素が必要だとするフレームワーク

■ 第 3 部：実践「がんばりすぎない大人の食育」（ワーク）

・なぜ“大人の食育”が必要なのか

・明日から取り入れられるセルフケアの例

・クイズ形式での実践的学び

■参加者の皆さまにお伝えしたゴール

本セミナーでは、「まず支援者である私たち自身の健康を見直すこと」をゴールとして設定しました。視点を自分自身に向けることで、

・加入者への共感の深まり

・支援の説得力向上

・支援効果の最大化

につながることを体験的にご認識いただきました。

■今後の展望

フィッツプラスは、今回の取り組みをきっかけに、全国の健康保険組合の皆さまに向けて「支援者のコンディション向上」や「行動変容の再現性向上」に役立つセミナー・研修を積極的に展開してまいります。

特に、今回ご好評いただいた

・明日から行動できるセルフケア

・行動変容支援にすぐ持ち帰れるノウハウ

・職員の健康と組織パフォーマンスをつなぐ視点

本件に関するお問い合わせ先

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント・広報担当｜電話：03-5794-3890｜メール： pr-info@armg.jp

といった内容は、健保さまの「加入者支援の強化」や「職員教育」の場面でも応用可能です。

「同様のセミナーを検討している」「支援者向けの研修テーマを探している」といった健康保険組合の皆さまは、ぜひお気軽にフィッツプラスまでご相談ください。

※フィッツプラスへのお問い合わせはこちら：https://fitsplus.co.jp/contact

■フィッツプラスの特定保健指導サービスについて

フィッツプラスが提供する特定保健指導サービスでは、専属の管理栄養士によるパーソナル指導を通じて、食生活の改善と検査数値の向上を支援しております。「楽しく食べる、ととのえる」を Mission に掲げ、対象者一人ひとりの状況に合わせて、リバウンドしにくい食習慣を身に付けることを支援する点が特徴です。

2021 年からは厚生労働省より特定保健指導の代行機関として認定され、全国での面談実施や ICT 面談だけでなく、複数のドラッグストアや薬局と連携し、管理栄養士を配置している薬局等の店舗でも対象者が特定保健指導を受けられるようにするなど、ニーズに応じた幅広い対応が可能となっております。

管理栄養士による一人ひとりに合わせた丁寧な指導を強みに、対象者が継続可能な特定保健指導サービスを提供することで、特定保健指導の実施率の向上および生活習慣病の予防推進に貢献してまいります。

※フィッツプラスの特定保健指導サービスについてはこちら：https://fitsplus.co.jp/health

【株式会社フィッツプラス 概要】

https://fitsplus.co.jp/profile

代表：代表取締役社長　神林 基

所在地：東京都中央区築地 4-1-1 東劇ビル 15 階

事業内容：特定保健指導事業、その他関連事業

※フィッツプラスは、2024 年 9 月に株式会社アドバンテッジリスクマネジメントの連結子会社となりました。

【株式会社アドバンテッジリスクマネジメント 概要】

https://www.armg.jp/company/outline/

代表：代表取締役社長　鳥越 慎二

所在地：東京都目黒区上目黒 2-1-1 中目黒 GT タワー17 階

事業内容：メンタリティマネジメント事業(メンタリティマネジメント

本件に関するお問い合わせ先

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント・広報担当｜電話：03-5794-3890｜メール： pr-info@armg.jp

事業、健康経営事業)、就業障がい者支援事業(LTD 事業、両立支援事業)、リスクファイナンシング事業

本件に関するお問い合わせ先

株式会社アドバンテッジリスクマネジメント・広報担当｜電話：03-5794-3890｜メール： pr-info@armg.jp