

# 福利厚生による 企業出張コンディショニング

Physical Activation 代表

理学療法士

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

杉本 貴司



**Physical Activationは、  
職場環境改善の一つとして  
『企業出張コンディショニング』を実施致します。**

企業に赴く出張コンディショニングにより、会社で働く社員の方々のカラダのお悩みを解消できるように取り組ませて頂きます。

そして、社員の方々が健康的で気持ちよく働ける職場環境づくりの一端を担っていきます。

福利厚生の一環として、社員様の仕事でたまった身心の疲れやストレスをその場で軽減・解消させ、リフレッシュ&リセットさせることで、健康維持増進と集中力・業務効率UPを促します。

普段あまり使われない福利厚生よりも、より会社と社員のニーズにあった企業出張コンディショニングを福利厚生の一つとして導入してみませんか？

# 社員のストレス対策はお済みですか？

平成27年12月の労働法の改正により、社員50名以上の事業所は、年に1回労働者の心の状態を調べる「ストレスチェック」が義務付けられました。ストレスチェック制度は、定期的に労働者のストレスの状況について検査を行い、個人のメンタルヘルス不調のリスクを低減させるとともに、職場環境の改善につなげる取組です。

今、社員の癒しの場として、コーヒーサーバーやマッサージチェアを導入するなど、職場環境改善に向け努力している企業が増えてきています。



# 社員のストレスを把握していますか？

- ・業務多忙で残業が多く、休日出勤もありボロボロの方
- ・カラダとココロの異常に気がついてない方
- ・無理な態勢が多く体に負担をかけている方
- ・あまりの慢性疲労で無気力になっている方
- ・人間関係でストレスを抱えている方



こんな社員様に心当たりはありませんか？

把握できてる社員様もいると思いますが、元気なふりして頑張っているが実はストレスが溜まっている社員様はたくさんいます！

このような方たちは表面的にはわからないので、会社もなかなか把握できていないのが現状です。

# 社員のストレスがたまると会社がどうなるのか？

ストレス疲労蓄積 ⇒ モチベーション・社内士気低下

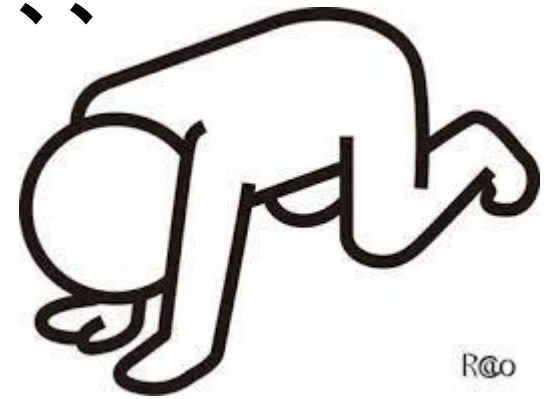
⇒ 業務効率悪化 ⇒ 残業時間増加 ⇒ ストレス増加

⇒ 離職率増加 ⇒ 業務量増加 ⇒ さらにストレス増加、、、

今、3人に1人がうつ病予備軍と言われている時代です。

この負のスパイラルに気付かずにいると大変危険です！！  
会社の業績にダイレクトに反映します。

社員のカラダとココロの問題が表面化する前に対策を練っておくことが  
重要です。



# ストレスケアが必要な方たちとは？

【以下のような社員にはストレスケアが必要です】

①業務多忙で身心を癒す時間が無い方

⇒腰痛・肩こり・疲労感・不眠など

②カラダとココロに不調があるが我慢をしている方

⇒一番いけない状態

③カラダとココロに問題があるのに、異常を自覚していない方

⇒危険な状態

④あまりの慢性疲労で無気力になっている方

⇒会社の士気、業務効率の低下につながる



※③、④は実際本人達も気づいていないので表面的にはわかりにくい状態です。ですが、こういう方たちがうつや様々な体の問題を発症し休職まで追い込まれてしまうことが多いのです。

# ストレスケアが必要な理由とは？

飲み会や社員旅行などでは満足しない時代、社員たちのカラダやココロのストレスケアをどのように行っていけばいいのでしょうか？

現代人の多くが、肩こり・腰痛・疲労感・不眠などを訴えています。

こういった不調が長く続くと、休職や離職、仕事能率の悪化など、社員の士気の低下につながります。

家族のような大事な社員をどのようにしたら守っていくことができるのでしょうか？

Physical Activationは、姿勢・動きからカラダとココロのコンディショニングを行っています。

姿勢・動きの改善を図ることで、肩こりや腰痛などの不調やトラブルが改善され、社員様たちのストレス軽減につながります。



# 効果（企業様のメリット）について

- 社員様がいきいきと働き、社内の士気が高まります。
- うつなどのメンタルヘルスの予防対策になります。
- 業務効率が上がり、業績アップにつながります。
- 離職率の低下が見込めます。
- ホワイト企業としてイメージアップにつながります。  
（社内外から『いい会社』という認識が生まれます）
- その結果、いい人材が集まりやすくなります。（リクルート）
- 福利厚生で利用することで節税対策になります。



これらのことが効果として期待できます。

そう考えると、もはや福利厚生ではありません、必要経費です！



# コンディショニングスペースについて

3畳ほどあれば実施可能です。  
ベッドや必要な道具は持ち運び致します。

忙しい仕事中の20分でも簡易的な  
コンディショニングが可能です。



# 料金について

3時間 5万円(交通費・リネン費・顧客管理費等込み)

4時間 6万円(交通費・リネン費・顧客管理費等込み)

5時間 7万円(交通費・リネン費・顧客管理費等込み)

6時間 8万円(交通費・リネン費・顧客管理費等込み)

7時間 9万円(交通費・リネン費・顧客管理費等込み)

8時間 10万円(交通費・リネン費・顧客管理費等込み)

※最小3時間からの契約となります。

例

9時～18時(昼1時間 稼働8時間) 9万円

契約時間 × 契約回数 の月額計算による年間契約となります。

8時間 10万円 × 4～5(週1回)

※特に申請がない場合、自動継続となります。



宜しくお願ひ致します。