



2025 年 6 月 12 日
住友生命保険相互会社

～将来のライフプラン・キャリアプランのための理解促進～ プレコンセプションケア研修を株式会社武蔵野銀行の新入行員へ実施

住友生命保険相互会社（取締役 代表執行役社長 高田 幸徳、以下「住友生命」）は、プレコンセプションケア※¹領域における企業向けサービス「不妊治療と仕事の両立支援」ソリューション（サービス名称：Whodo 整場（フウドセイバー）※²）の継続的なレベルアップに取り組み、企業のDE&I推進等の支援を進めています。

このたび、Whodo 整場（フウドセイバー）のコンテンツの 1 つであるプレコンセプションケア研修を、株式会社武蔵野銀行（頭取 長堀 和正、以下「武蔵野銀行」）の2025年度新入行員向けに実施しましたのでお知らせします。

※¹ プレコンセプションケアとは、若い男女が将来のライフプランを考えて日々の生活や健康と向き合うこと。次世代を担う子どもの健康にもつながるとして近年注目されているヘルスケアです。

※² 詳細は右記 URL をご参照ください。<https://www.sumitomolife.co.jp/corporative/non-insurance/whodos/>

1. プレコンセプションケア研修の実施について

武蔵野銀行は、中期経営計画「MCP1/3」における人材戦略のなかで、様々な働き方を選べる就業環境を整備し、一人ひとりが未来の展望を持てる組織を実現することを掲げています。その中で将来のキャリアプランとライフプランの選択肢を広げることを目的に、新入行員研修の一環としてプレコンセプションケア研修を実施しました。

今後、銀行全体におけるプレコンセプションケアへの理解促進のため、全従業員が視聴できるよう本研修のアーカイブ配信を予定しています。

a. テーマ

将来のために正しく知ろう ～プレコンセプションケアをはじめよう～

b. 概要

月経・PMS やプレコンセプションケアについて正しい知識を身につけ、これからのライフプラン・キャリアプランについて考える。

c. セミナー実施後の感想（受講後アンケートより一部抜粋）

- ・「性別問わず考えないといけないことを学び、理解が深まった」
- ・「重要なことでありながらも、普段学ぶ機会ほぼ無い。そのため貴重な時間になったと感じている」
- ・「ライフプランを明確にすることで今後のキャリアについて考えることができた」

(当日の模様)

・生理について正しく学ぶ



・多様な生き方や選択肢があることを学習

プレコンセプションケア

プレコンセプションケアの目的

- ✓ 思春期～生殖期にある男女の健康増進・生活の質の向上
- ✓ 妊娠したいときに妊娠できる（不妊症の予防）
- ✓ 予期せぬ妊娠・人工妊娠中絶を予防する
- ✓ 妊娠合併症を予防し、安全で快適な妊娠生活を送り、母子ともに安全に出産する
- ✓ 生まれてくる子どもの健康につながる

プレコンセプションケアの内容

① 食生活を整える	② 体重をコントロール	③ 運動習慣を身につける
④ 禁煙する	⑤ アルコール摂取を控える	⑥ 薬のケア
⑦ ストレス	⑧ 健康をチェックし管理	⑨ 感染症のチェック
⑩ がん検診を受ける	⑪ 家族の健康状態を知る	⑫ 治療ドラッグ
⑬ 睡眠		

多様な生き方と選択肢

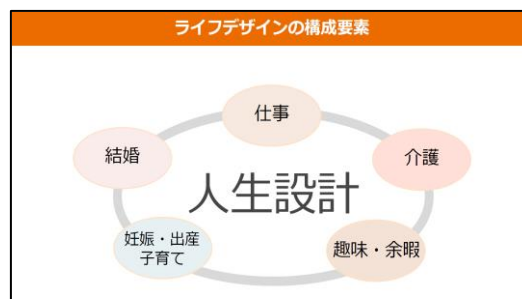
職業や職場、多様な働き方

結婚する人生・しない人生

家族の姿の変化

子どもをもつ人生・もたない人生

多様な生き方と選択肢がみなさんにはある



2. Who do 整場（フウドセイバー）の今後の展望について

住友生命は、お客さまの健康増進をサポートする Vitality 健康プログラムを中心とした WaaS（Well-being as a Service）※³を通じてお客さまのウェルビーイングに資するサービスの提供を目指しています。

その一つである Who do 整場（フウドセイバー）の提供を通じて、企業で働く従業員一人ひとりが望んだ「理想のライフプラン」を実現できるよう、「不妊治療と仕事の両立」という大きな社会課題の解決や、いつか子を持ちたいと思う従業員への早期からのサポートによる、社会課題そのものの縮小を目指します。

また、若年層に向けたプレコンセプションケアや、男性育休・産後うつに関するコンテンツの拡充も行っており、今後も社会のトレンドや企業からのニーズを踏まえて、協業パートナーを増やししながらサービスを充実させていきます。

※3 Vitality 健康プログラムを中心とするウェルビーイングに資するサービスエコシステムのことです。

【WaaS の取り組みイメージと本事業の位置づけ】



以上