

「会社の収益」も「従業員の満足度」も同時に UP

健康経営 はじめませんか？

健康経営サポートサービス

社員の健康に投資することが
企業の活性化・発展を促進！

「健康経営」とは？

社員の健康を経営的な投資と捉えて、健康促進に積極的に取り組む経営手法です。企業が健康経営を実施することで、社員の満足度・定着率 UP だけでなく、生産性や作業効率が上がり、会社全体としての収益も UP。また取引先や社会からのイメージ・信頼度も高くなり、会社の発展を促進してくれます。



こんな企業に最適！

- 社員の健康管理まで行き届かない
- 社員が定着してくれない・退職者が多い
- 育休明け・育児中の社員をサポートしたい
- 社員が働きやすい環境にしたい
- ストレスチェックを実施したい
- 何からはじめたらいいのかわからない

サービスの特徴

- 産業保健師が働きやすい環境づくりをサポート！
- 会社の経営状況にあわせ、**最適な健康管理体制**を構築
- 助成金を最大限有効に活用してコストを削減
- 健康経営優良法人認定サポート
- 会社として今必要なサポートを選べる
 - ◇ 健康診断 ◇ ストレスチェック ◇ 長時間労働管理 ◇ WLB の推進
 - ◇ 治療との両立支援 ◇ 保健指導・特定保健指導 ◇ 受動喫煙対策
 - ◇ 女性の健康保持 / 増進 ◇ メンタル不調者対応

健康経営サポートサービス「エブリュ」

Et plus,

育児中の社員や睡眠に問題を抱える社員に
向けて快眠サポートを実施しています！

詳しくは裏面へ▶

社員の睡眠の質を向上し、企業の生産性をあげよう！

スリープコンサルタントによる

社員の快眠サポート



育児中の社員や、睡眠に問題を抱える社員のために、
福利厚生メニューの1つとして“快眠サポート”を取り入れませんか？
社員のパフォーマンスに大きく影響する“睡眠”的課題を解決することで、
生産性・作業効率UPを目指します。

サポート例①

寝つきが悪くて、
疲れが取れない ...

サポート例②

子どもの夜泣きで
寝不足がち ...

サポート例③

社員に睡眠の意識を
高めて欲しい ...

睡眠相談窓口設置

- ・個別カウンセリング（対面）
(生活習慣や嗜好、ストレス度の確認)
- ・生活習慣改善プランの策定
- ・症状に応じて心療内科を勧奨

夜泣き相談窓口設置

- ・個別カウンセリング（Zoom可）
(月齢、個性、お悩みの確認)
- ・夜泣き改善方法のご提案
- ・1週間毎に現状の確認と
フォローアップ

快眠セミナーの開催

- ・企業に応じて最適なセミナーの企画・運営
- 【テーマの例】
- ・昼夜しっかり働き、夜しっかり眠る生活習慣
 - ・眠りの質をあげるポイント
 - ・不眠の種類、原因と対策
 - ・交代勤務のコツ

他にも、産業保健師の経験を活かした様々なサポートプログラムをご用意しています！

従業員のメンタルヘルス対策をしたい！

▶ メンタルヘルス強化プログラム

病気の治療との両立支援制度を確立したい！

▶ 復職＆両立支援プログラム

もっと女性が活躍できる職場にしたい！

▶ 女性活躍推進プログラム

お問合せ先

090-3389-4974

(受付時間：平日 9:00～16:00)

sleephn.kojima5108@gmail.com



Eplus. 代表

小嶋 真子

■資格・免許

保健師・看護師・CISA認定小児スリープコンサルタント

健康経営アドバイザー

人間ドックアドバイザー

■経歴

保健師：自動車関連企業で7年間 産業保健・健康経営に携わる
自治体の保健センター、アフリカ ベナン共和国で活動

看護師：小児科・産婦人科等



HPはコチラ