

令和7年度 フェムテック等サポートサービス実証事業費補助金
最終報告資料

女性特有の健康課題とメンタル不調の 相関分析を通じた 伴走支援スキームの有効性検証事業



WITH MIDWIFE

2026年3月2日



本事業では、職業性ストレスチェック（以下BJSQ）の活用が企業に求められる一方、十分に支援へ結びついていない女性特有の健康課題に着目し、
企業で働く女性を中心とした従業員が抱える、
健康課題と仕事上のストレスの関連性を捉えた実証を行った。
その手法として専属の医療専門職（看護師・保健師・助産師）による
フィードバック型伴走支援サービス「THE CARE」を活用した。

01

心身の健康状態の取得 / 分析



02

個別支援および集団介入の提供



03

効果測定とフィードバック



企業における従業員の健康課題を可視化し、 一人ひとりが安心して働き続けられる環境をつくる

健康課題の可視化



義務化されているストレスチェック等の制度を活用し、特に女性の健康課題（例：月経・不妊・更年期など）を含む多様な体調変化の実態を可視化

支援体制の構築



THE CARE

専門職によるオンライン支援を通じ、個々の課題に応じた行動変容を促進する。

働きやすい環境づくり



企業とともに制度活用を促進し、健康・キャリアの両立を支援することで企業の健康経営・人的資本経営の推進にも寄与。

目指す成果



女性がライフイベントとキャリアを両立できるような働きやすい環境を企業とともに整備し、生産性の改善につなげる。

株式会社With Midwifeが提供する
「THE CARE」は従業員の仕事とプライベートにしっかり寄り添う
伴走型の従業員支援サービスです。



THE CAREはこんな企業に最適です

- 女性特有の健康課題に対応したい
- 若手の採用を強化したい
- ライフステージに応じた支援を整えたい

導入企業の **7** 割以上が
健康経営優良法人を取得

企業専門の医療専門家が企業とそこで働く人を継続的にサポートします。

01



従業員をサポートするのは、企業視点を持った専属の医療専門家

相談に対応するのは、看護師 / 助産師 / 保健師 3つの国家資格併有者。また人事労務やキャリア支援の知識を独自ライセンスを通じて継続的に習得しています。心身だけでなく、仕事との両立を目的としたライフキャリアをサポートできる専門職として、制度や労務の情報も常にアップデートしています。

02



従業員サポートはアプリでカンタン

ストレスチェックやアンケートは、すべてスマホ・PCからアクセスできます。高リスク者への個別相談に加えて、従業員のウェルネス向上を目的としたコンテンツもアプリ内で提供します。

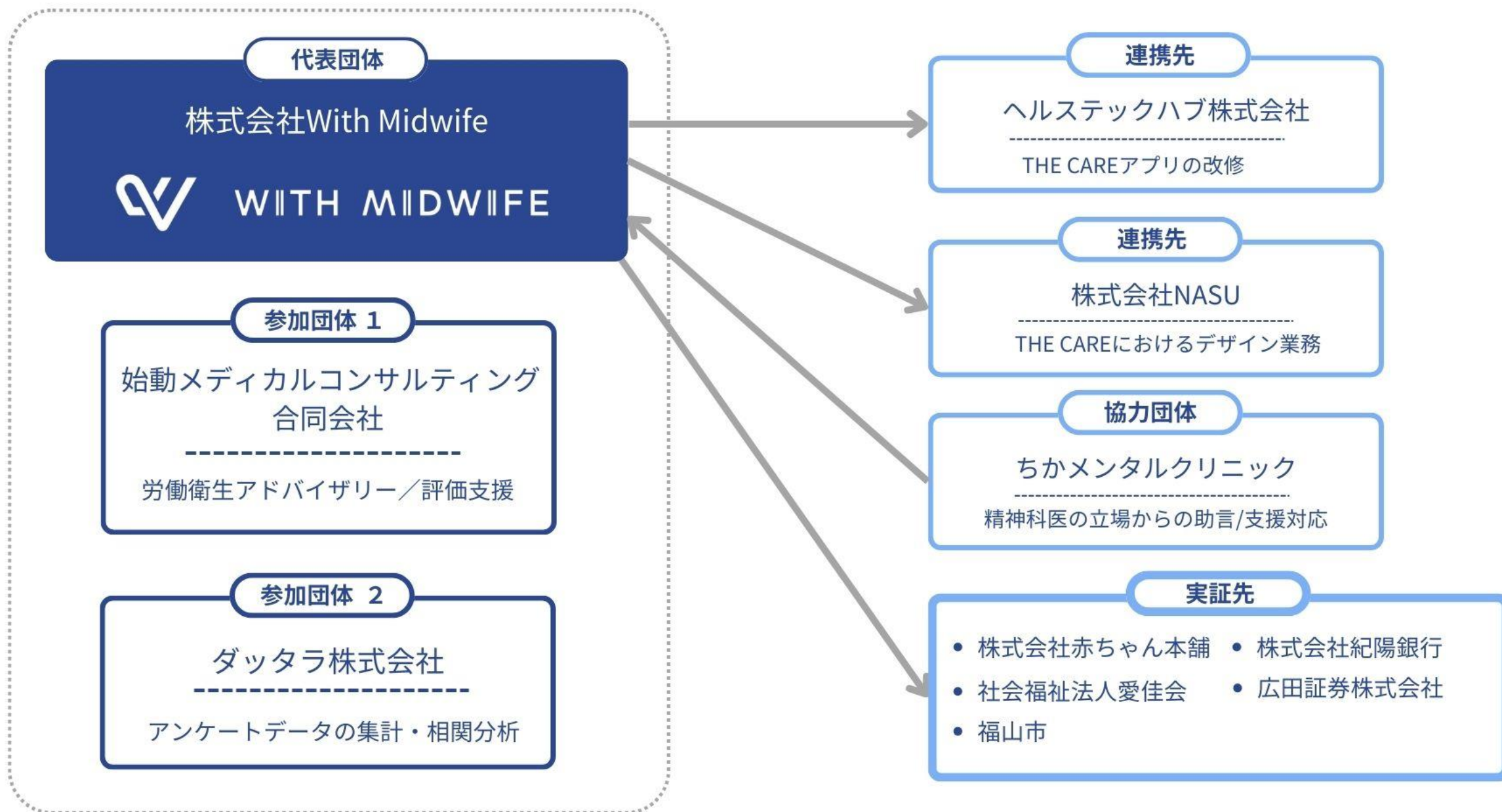
03



社員のリアルな声から、新たな女性活躍施策へ

社員の声を相談・アンケート・ストレスチェックなどから集約し、課題を可視化し、見えてきたニーズに合わせて、最適な施策を実施できます。

実施体制



スケジュール

7月

計画・設計
実証の目的
対象を整理

8月

集客・参加者案内
協力企業の調整
協力内容の事前説明

9月

事前アンケート構築

10月

事前アンケート

11月

従業員への支援

- ・ アプリ（THE CARE）を利用した相談対応
- ・ 参加者向けeラーニング：12月中に配信
- ・ 情報発信

事前アンケートの分析

12月

事後アンケート構築

1月

事後アンケート

2月

報告資料作成

各企業へのフィードバック

事後アンケート分析

3月

最終報告会

01 | 統合分析の実施

目標



対象企業5社以上において、BJSQ結果と女性の健康課題に関するアンケート情報を統合した分析を実施する。

計画・実施内容

BJSQおよび性別特有の健康課題に関するアンケートを実施

- 全従業員を対象に、BJSQおよび性別特有の健康課題に関する任意のアンケートを、アプリを活用して実施した。
- 初回案内メールからシームレスにアクセスでき、ログイン後すぐに回答を開始できる導線を整備するとともに、スマートフォンからも回答可能とし、忙しい従業員でも参加しやすい環境を構築した。



- 回収した回答データより、BJSQ結果と女性の健康課題に関するアンケート情報を統合し、両者の関係性を把握するための統合分析・相関分析を実施した。

※男性の回答は補助的な参考データとして、全体傾向の把握に活用する。

02 | 個別支援および集団介入の提供

目標



分析結果を踏まえ、対象者に
応じた支援を提供できる支援
導線を構築する。

計画・実施内容

統合分析の結果を踏まえ、高ストレス者、健康課題が見られた方、
支援希望者を対象に、医療専門職による支援を提供

- アプリを通じて、匿名のまま利用可能なオンライン個別支援（チャット・ビデオ通話）を実施し、24時間体制で相談できる環境を整備した。
- あわせて、月経・更年期・産前産後・子育て・メンタルヘルス等のテーマでeラーニングを配信し、アプリを活用して自由なタイミングで視聴できる集団介入を実施した。
- 個別支援と集団介入を組み合わせることで、対象者の状況に応じた柔軟な支援を行った。

03 | 効果測定とフィードバック

目標



介入対象者において、WHO-HPQスコアが改善した者の割合50%以上を目指す。

計画・実施内容

介入後の変化を把握するため、
就業パフォーマンス・行動変容・支援満足度を多面的に測定

- 全従業員を対象に、事後アンケートをアプリ上で実施。介入前と同様に、スマートフォンからも回答可能とした。
- 事後アンケートでは、WHO-HPQを用いた就業パフォーマンスの評価に加え、主観的な変化の実感、制度利用状況、支援満足度などを確認し、支援前後の変化を多面的に把握した。
- 回収した回答データについて、介入対象者におけるWHO-HPQスコアの変化を分析するとともに、行動変容や満足度の結果を整理し、各企業へのフィードバックとして活用

本アンケートは計506名へ実施し、分析に適した対象者が確保できた

● アンケート実施人数



- 女性の参加者はKPIを大きく上回り、女性特有の健康課題を扱う本実証に適した母集団となっている。
- 健康課題、生活習慣、働き方、ストレス要因など、実証評価に必要な項目を網羅。
- 今後の実証を進めるための対象者層が十分に確保され、適切なフィールドが設定できた。

● 実施内容

任意：健康アンケート＋職業性ストレスチェック（57項目）

● 健康課題アンケート

- 基本属性：年代、性別、働き方
- 身体的健康：睡眠、疲労感、慢性疾患、既往症の有無
- 女性特有の健康（女性のみ）：月経、PMS、更年期など
- 男性特有の健康課題（男性のみ）：男性更年期、泌尿・生殖など
- 生活習慣：食事、運動、休養、生活リズム
- 健康行動：セルフケア、相談先

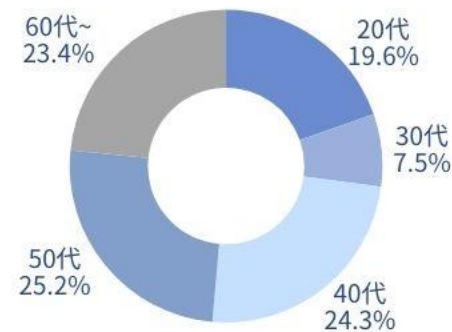
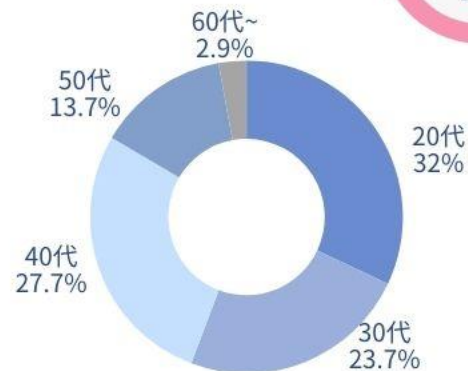
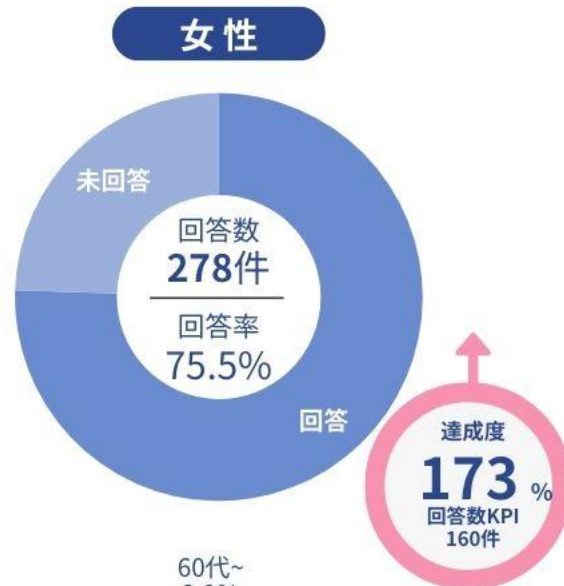
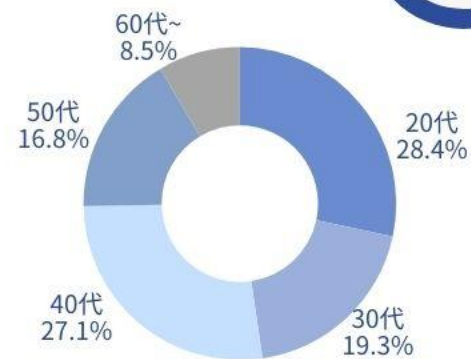
● 職業性ストレスチェック（57項目）概要

- 仕事のストレス要因：業務量、人間関係
- 心身のストレス反応：疲労感、気分の落ち込み
- 周囲のサポート：上司の支援、同僚の協力
- 働きやすさ：仕事満足度、職場適応感
- 判定指標：ストレス反応の強さ、負荷バランス

女性の回収が大幅に伸び、年代も含めた傾向分析に十分な回答が集まった。

回答数

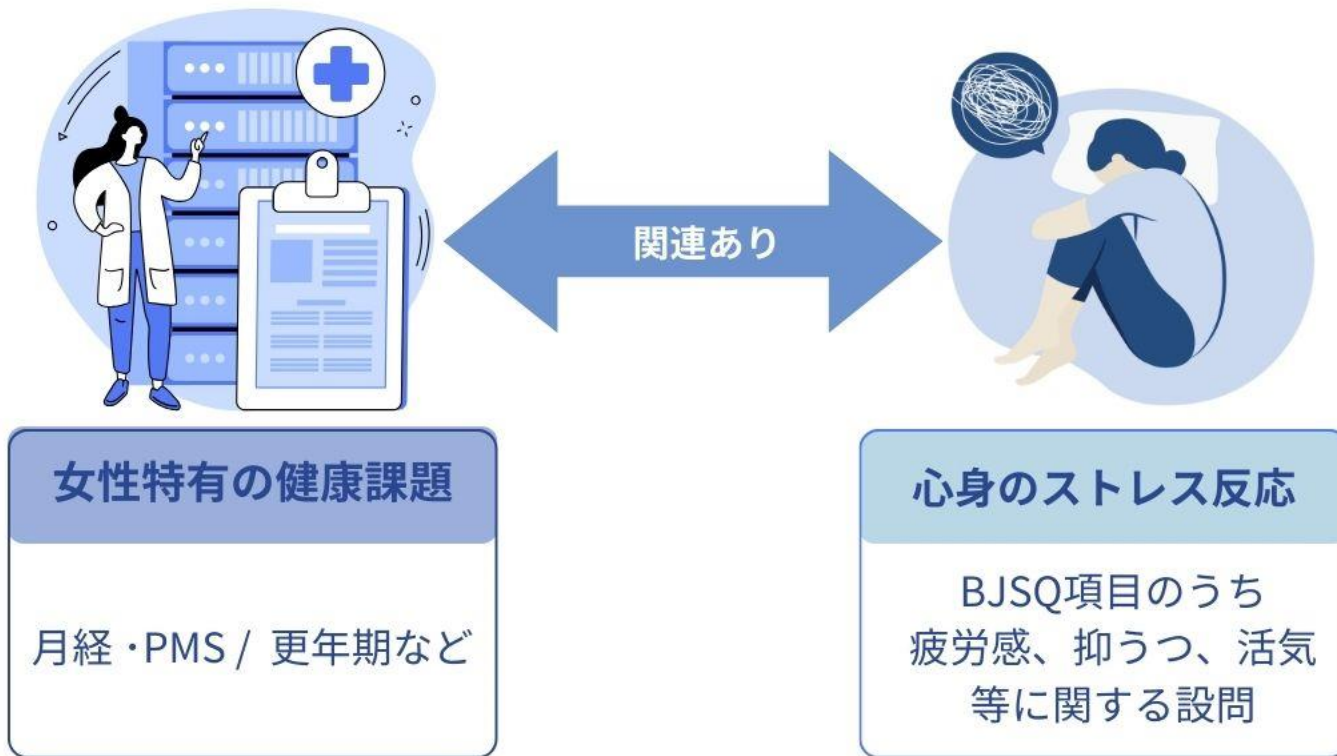
年代内訳



- 回答率は全体で76.1%となり、ストレス要因の分析に必要な回答が十分に確保された。
- 女性は参加者数が予定より多かったため、回答率は未達成となったが、回収数は目標を上回り、女性特有の健康課題との関連分析に必要なデータが多く集まった。
- 回答は20~50代の幅広い年代から得られ、ライフステージによる傾向比較も可能である。
- 男性の回答は補助的な参考データとして、全体傾向の把握に活用する。
- 回答数は、前項に示す2種類のアンケート双方に回答した件数を指す。

BJSQにおける「心身のストレス反応」を示す指標と、女性特有の健康課題との間に、一定の関連性が示唆された。

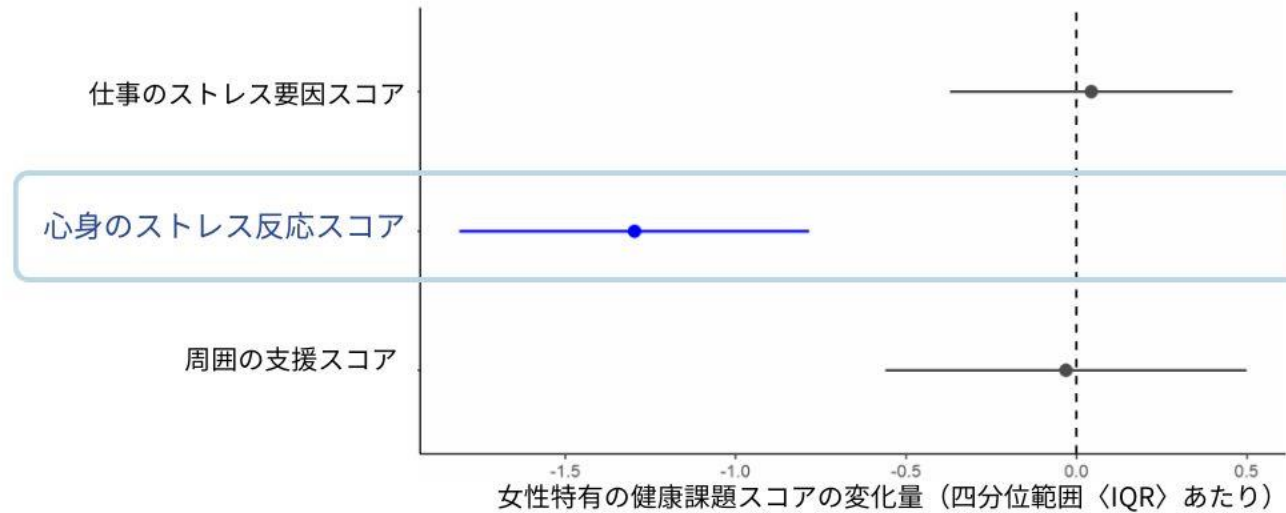
「心身のストレス反応」が高い層では、低い層と比較すると健康課題を抱えている傾向が見られた。



分析のポイント

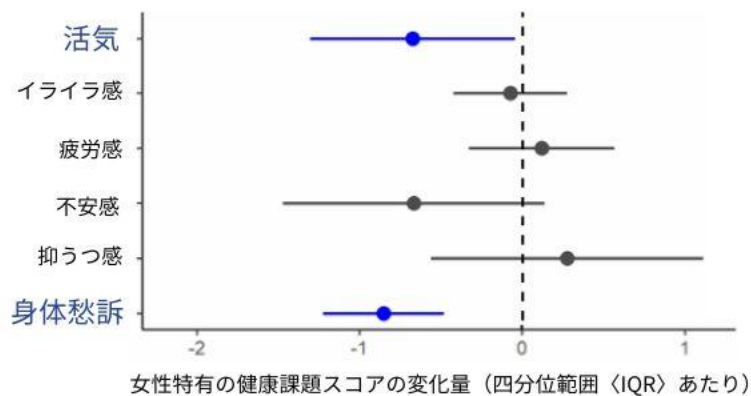
- ✓ 複数のストレス指標について、女性特有の健康課題との関係を比較検討した。
- ✓ スコア分布に基づき層別化を行い、関係性を確認した。
- ✓ その結果、BJSQにおいて「心身の反応」を示す指標においてのみ、一定の関連が示唆された。
- ✓ 同じくBJSQにおける、「仕事のストレス要因」や「周囲の支援」を示す指標では同様の関連は確認されなかった。

女性特有の健康課題と「心身のストレス反応」との関連が示唆された



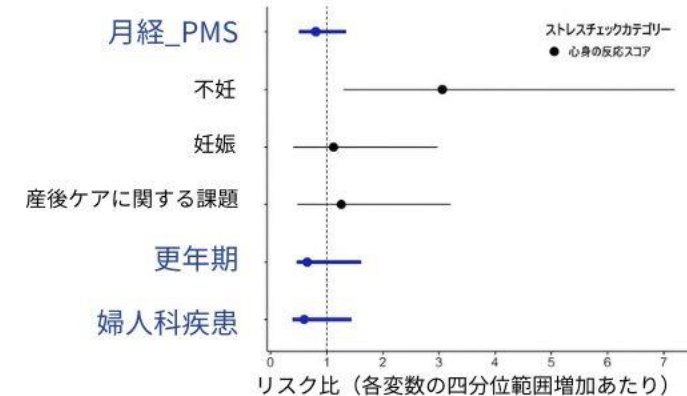
心身のストレス反応スコアの内訳

- ✓ 活気、身体愁訴の一部の評価項目で関連を示す傾向が見られた



健康課題の分析

- ✓ 月経_PMS、更年期、婦人科疾患の項目で関連を示す傾向が見られた



分析結果を踏まえ、対象者を抽出したうえで、
支援対象者および支援の希望者に対して個別支援および集団介入を実施した。

個別支援

- チャット相談
- ビデオ通話相談
- 24時間体制で提供

THE CARE



支援利用実績

支援対象者 (高ストレス者の男女+健康不調のある女性)

225名

個別支援及び集団介入は、支援対象者だけでなく、
支援希望者へも提供した (利用は任意)

伴走支援者数 (チャット相談+オンライン相談の利用者)

63名

うち女性 49名 (77.8%)

eラーニング視聴者数 (5つのテーマの合計数)

193名

同一対象者による複数回視聴も含まれる。

集団介入 (eラーニング)

THE CARE

令和7年度 産産省実証事業 eラーニング
月経のゆらぎと仕事
どちらも大切にしたい



WITH MIDWIFE

テーマ

月経・PMS 更年期 産前産後

子育て メンタルヘルス

提供方法

健康課題アンケートにて「不調あり」と回答した項目のテーマを、アプリを介してユーザーに通知。自由なタイミングで視聴できるように提供した。

一定数の数値改善に加え、行動変容および高い満足度が確認され、
支援設計としての有効性が示唆された。

● 事後アンケート概要

- 回答数：217件/506件
- 事前アンケート同様、アプリを活用して回答
- 個別支援および集団介入を受け、WHO-HPQの変化、制度利用の有無、支援満足度などを確認

● 効果測定の概要

事後アンケート回答数217件のうち、
「THE CARE」を活用したと回答した **62** 名を対象に分析。
※62名のうち、女性は56名

01 WHO-HPQの改善割合

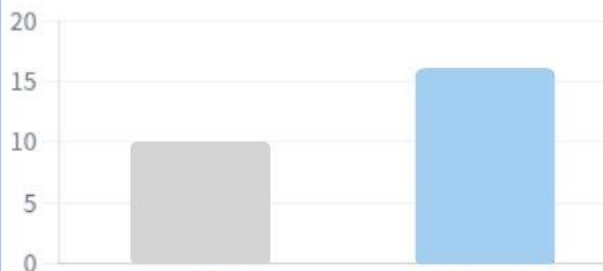


目標 50%以上

✓ 改善が見られた対象者は一定数確認

02 制度利用・支援行動への接続

通院、制度申請、産業医面談などに至った、
または予定している人数



目標

実績

16名

03 支援満足度

高評価（4段階評価：3以上）

チャット・ビデオ通話相談 **95.7%**

eラーニング（5テーマ平均） **94.3%**

目標 80%以上

課題の可視化から支援提供までを実装し、行動変容と効果の兆しを確認

統合分析の実施

対象者の抽出と課題の特定

BJSQの回答率（男女合わせて）

目標 80%以上（400名）

結果 **76.1% 385名**

女性特有の健康課題に関するアンケートの回答率

目標 80%以上（160名）

結果 **75.5% 278名**

BJSQ結果と女性の健康課題に関するアンケート結果の統合分析

目標 相関が得られる

結果 **相関が得られた**

※ 女性特有の健康課題スコアとBJSQ「心身の反応」スコアとの関連について多変量線形回帰分析を実施した結果、統計学的に有意な関連が確認された（Df/IQR=-1.29、95%信頼区間：-1.80~-0.78）。

個別支援および集団介入

アプリを通じた伴走支援の実施

伴走支援者数（男女合わせて）

目標 50名以上

結果 **63名**

伴走支援者数（女性）

目標 伴走支援者の80%以上
（40名以上）

結果 **77.8% 49名**

eラーニング視聴者数

目標 100名以上

結果 **193名**

効果測定とフィードバック

WHO-HPQスコアなどの効果検証

WHO-HPQスコアが改善した割合
（介入を受けた女性のうち）

目標 50%以上

結果 **26.9%**

介入後に制度利用に至った
（または予定）の人数

目標 10名以上

結果 **16名**

支援満足度が高いと回答した割合
（4段階で3以上）

目標 80%以上

結果 **94%**

01 本実証でできたこと

BJSQと女性特有の健康課題アンケートを組み合わせ、働く女性の健康課題とメンタルヘルスに関する情報を把握・分析できるデータ基盤を構築した。

02 明らかになったこと

本実証により、女性の約7割が何らかの健康課題を有している実態が明らかになった。また、**BJSQの「心身のストレス反応」スコアと女性特有の健康課題との間に、一定の関連が示唆された。**特に、「活気」「身体愁訴」といった項目や、「月経・PMS」「更年期」「婦人科疾患」などの健康課題において、関連を示す傾向がみられた。

03 支援を通じて確認できた変化

データに基づき抽出した、高ストレス者の男女、健康不調のある女性を中心に、医療専門職による個別支援およびeラーニングによる介入を実施したことで、行動変容や制度利用につながる事例を確認した。

04 今後への示唆

今後義務化されるBISQを起点に、健康課題やストレス状況の把握から支援、変化の確認までを一連で実装した点に、本実証事業の意義があると考えられる。また、ストレスチェックを把握にとどめず、支援設計やフィードバックに活用する視点の重要性が示された。

課題

01 THE CARE の利用にばらつきがみられた
支援の利用を任意としたことから、活用の広がり方に差が生じた。

02 実証結果を施策に活かす整理が必要
分析結果そのものは有用である一方、企業が
施策検討に活用するためには、結果の解釈な
どを整理して提示する必要があった。



今後の対応策

今後は、初回案内時の情報提供の工夫、集団介入やeラーニングを入口とした段階的な支援導線的设计などにより、対象者が支援を選択しやすい環境づくりを行う。

企業ごとの課題に応じたレポート構成、改善提案を含めたフィードバックの標準化を行うことで、実証結果をより実践的に活用できる仕組みづくりが求められる。

データの精緻化

本実証事業ではBJSQと女性特有の健康課題の相関関係について示唆が得られたが、事業内で取得できたデータ数は限られていることや民間企業内調査であり懸念されるバイアスもある。今後はさらに学術的にも価値ある研究デザインを再設計し、多くのサービスで活用される形態をめざす。

支援最適化

今回は、そもそもBJSQと女性特有の健康課題の相関が確認できるかが不明な中で、BJSQ高得点者（ストレスが高い者）および女性特有の健康課題における不調者に支援が届く仕組みを設計していた。一方、両者のデータを掛け合わせることでより要支援者が鮮明にあぶり出せると想定している。今後はデータ活用しながら、さらに支援最適化させるための創意工夫を行っていききたい。

ユーザビリティの改善

上記に示した点に加え、アプリケーション自体のUI/UX改善や、より利用者に有益な機能追加（福利厚生が確認できる/健康診断結果のカルテ機能など）も今後想定している。昨今健康とライフイベントは密接に関わっており、その両者を同時に支援することで「望まないキャリア断念を起こさない」仕組みをより強化していく。