

報道関係者各位

2025年9月11日  
株式会社はるうらら  
株式会社エヌアイデー

**産婦人科医・高尾美穂氏が考案・監修！**

## **企業と働く人のためのプログラム『SHINE』をリリース**

心身の不調やライフイベントを見える化し、

従業員一人ひとりがいきいき働ける環境づくりを支援する総合プログラム

株式会社はるうらら（代表取締役：高尾美穂）は、システム開発を手がける株式会社エヌアイデー（本社：東京都中央区、代表取締役社長：小森 俊太郎）との共同開発により、企業と働く人のための総合プログラム「SHINE」をこのたびリリースいたしました。



「SHINE」は、サーベイとeラーニングを通じて、従業員の皆様の性差による健康課題、心身の不調の発生状況、育児や介護の状況などを把握し、従業員一人ひとりが心身ともに健康で、最大限に能力を発揮できる職場環境づくりを支援する総合プログラムです。



### **■ サービス概要**

「SHINE」は3つのプログラムで構成されています。

## 3つのプログラムであなたをサポート



### STEP1 正しく自分の現状を知る

従業員の皆様を対象に、WEB アンケート形式のサーベイを実施し、個人の状況と組織全体の課題を可視化します。

・質問テーマ：

生活習慣

体や心の不調の有無

女性ホルモン起因の不調有無

妊活や不妊治療の状況

育児・介護の状況

仕事の状況・生産性

性差による健康課題に関する理解

・実施方法：全従業員を対象とした WEB アンケート

・回答時間：5~10 分程度

・実施頻度：1 年に 1 回

・結果のフィードバック：個人結果および集団分析

お疲れ様でした。レーダーの赤い範囲があなたの診断結果です。値が低い項目については、アドバイス動画をご覧ください、より良いコンディションを手に入れましょう。



不調の原因がどこにあるか探してみましょう

ホルモン関連の不調である可能性があります  
scores: 35

女性ホルモンの変動に影響をうけている可能性があります。婦人科への受診をご検討ください。

自律神経系の値が低いあなたへ  
scores: 40

メンタル的な不安定さに影響をうけている可能性があります。社内の健康相談窓口への相談、または心療内科や精神科への受診をご検討ください。

今、困っていることが何によって引き起こされているのか探してみましょう

ホルモン要因の値が低いあなたへ  
scores: 25

女性ホルモンの変動に影響をうける時期ですので、お困り事やご不安があれば婦人科への受診をご検討ください。

環境要因の値が低いあなたへ  
scores: 47

ご家族や身近な方々との関係性に影響をうけている可能性があります。社内や自治体での制度で使えそうなものがないかご確認ください。また、経験者や今まで相談していなかった人に相談してみるのもおすすめです。

従業員用サーベイ結果表示画面（イメージ）

## STEP2 自分に合ったコンテンツで学ぶ

サーベイの結果に基づき、回答者一人ひとりに最適化された動画コンテンツを提供します。動画コンテンツは全て、産婦人科医である高尾美穂が監修・解説を行い、わかりやすく情報を提供します。年間を通じて、季節や時事に応じた動画も配信予定です。

- ・ 動画テーマ：
  - 女性の健康：月経、PMS、プレコンセプションケア、更年期、がんなど
  - 男性の健康：年代による健康課題(生活習慣病、男性更年期障害)、メンタルヘルスなど
- ・ 1本あたりの所要時間：10~15分程度

### その他オプション

従業員の皆様は自身の健康やキャリアに関して、生成 AI モデルを活用したチャットボットを通じて、回答を得ることができます。

また高尾美穂に直接相談して、音声で回答を受けることもできます（別サービス）。

## STEP3 年間を通じて知識をアップデート

年間計画に基づき、季節や時事に応じて動画をご提供いたします。

健康や性差に関する最新の最新情報をお届けします。

企業としては1年でどれぐらいの変化をしたかを検証することができます

- ・動画テーマ例：健康診断結果の活かし方、ピンクリボン月間、世界禁煙デーなど
- ・配信頻度：4ヶ月に1回

年間スケジュールイメージ

	1年目												2年目			
	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
従業員		受験												受験		
		個々の結果に合わせた動画												個々の結果に合わせた動画		
組織																
			組織結果確認												組織結果確認	

- ・改善傾向や課題を把握
- ・他企業との比較

## ■ 代表メッセージ

株式会社はるうらら 代表取締役 産婦人科医 高尾美穂



産婦人科医として、長年女性の不調や悩みに向き合う中で、  
性差による健康課題は決して女性だけの問題ではないと強く感じてきました。

これまで、会社ではなかなか言い出しにくかった、  
健康課題や働く上での悩みも、個人で抱え込むのではなく、  
男女問わず、チームや組織全体でサポートしていく時代です。

健康的にかつ前向きに働ける環境を整えることは、  
働くすべての人々、そして企業にとっても、  
必ずプラスになるものと信じています。

## ■ 問い合わせ先

### サービスに関する問い合わせ

株式会社はるうらら

- ・ 設立 : 2017 年 7 月 19 日
- ・ HP : <https://www.mihotakao.jp/>
- ・ 問い合わせ先 : [shine-info@haru-u-rara.co.jp](mailto:shine-info@haru-u-rara.co.jp)

### システムに関する問い合わせ

株式会社エヌアイデイ

- ・ 設立 : 1967 年 5 月
- ・ HP : <https://www.nid.co.jp/>
- ・ 問い合わせ先 : [souhatsu@ml.nid.co.jp](mailto:souhatsu@ml.nid.co.jp)