

2025年9月25日
株式会社ポピンス**社員が生き生きと働ける環境づくりを目指し、株式会社Melonの
セルフケアプログラムを導入**

エッセンシャルワーカーの心身のケアが課題となっている保育・介護業界。株式会社ポピンス(本社:東京都渋谷区、代表取締役社長 グループCEO:轟 麻衣子、以下ポピンス)では、社員が生き生きと働ける環境づくりを重要視していることから、株式会社Melon(本社:東京都港区、代表取締役社長:橋本 大佑、以下Melon)が提供するセルフケアプログラムを導入します。10月からは、女性社員を対象に更年期症状緩和のためのプログラムを行います。

■導入の背景

エッセンシャルワーカーの仕事は、大きなやりがいがある一方で、精神的・肉体的な負荷が大きいことが業界全体の課題となっています。この課題に対し、ポピンスは「社員が生き生きと働くことで、お客様の幸せに連鎖する」という理念に基づき、社員主体で「働きがい」、「成長」、「待遇」の3つの軸で働きやすさの向上や業務改善を行う「社員ファースト」プロジェクトを推進しています。

このプロジェクトの一環として、組織のエンゲージメントとWell-beingの課題解決を支援するMelonのセルフケアプログラムを導入。この科学的なアプローチを通じて、社員の心身の健康をサポートし、ウェルビーイング向上に貢献することで、質の高いサービスを継続して提供してまいります。

■プログラム詳細

管理職向けのセルフマネジメント研修や、心・カラダ・学びを取り入れたマインドフルネス「MELONオンライン」に加え、10月からは、Melonが提供する更年期症状緩和のためのプログラムを導入。本プログラムは、経済産業省の実証事業として専門家の監修のもと、Melonと合同で2ヶ月実施します。働く女性の更年期症状緩和を目的に、更年期症状を感じる、また、将来の更年期症状へ備えたい女性社員を対象に、マインドフルネス研修や、セルフケアプログラムを行います。

今後も、さまざまな取り組みを通し、社員が生き生きと働ける環境づくりを目指してまいります。

■プログラムに参加した社員の声

7月には、管理職の社員を対象に、セルフマネジメントをテーマにプログラムを実施。セルフマネジメントの必要性や、セルフマネジメント・マインドフルネスの実践などを学びました。

<社員の声>

・2カ月続けるとより効果が表れること、科学的根拠などの説明があり、やってみようという意識付けになった。

・自分の中に浮かんできたことを良い悪いととらえるのではなく、自分の気づきとして捉えていくというマインドフルネスの考え方が勉強になった。

・普段は保育に関する知識技術の研修が多く、自分自身と向き合う研修は久しぶりでリフレッシュできた。





Poppins

■株式会社Melon 会社概要

Melonは、組織の心と感情の課題解決を支援するエモーショナル・マネジメント・カンパニーです。脳科学や心理学でエビデンスが認められたマインドフルネスを応用し、科学的なアプローチに基づいたサービスを法人・個人のお客様に提供しています。

具体的には、メンタルヘルス予防、コミュニケーション向上、リーダーシップ強化等のプログラムを研修、ワークショッキング、クラス、オンラインサービスを提供し、今後もMelonは、セルフマネジメントスキルの向上を通じて、個と組織、社会が変革を生き抜く力を築いていきます。

代表者：代表取締役社長 橋本 大佑

所在地：東京都港区南青山6-2-2 南青山ホームズ301

設立日：2019年4月

資本金：6,150万円

公式サイト：<https://www.the-melon.com>

■ポピンズグループ会社概要

ポピンズグループは、1987年創業以来「働く女性を 最高水準のエデュケアと介護サービスで支援します」をミッションに、ナニーサービス、ポピンズシッター、ナーサリーや学童、オーダーメイド介護のVIPケアサービスなど、働く女性の多様なニーズにお応えしてまいりました。

■ポピンズグループのSDGsへの取り組みについて

2020年に日本初のSDGs-IPO企業として東証一部に上場。創業以来、事業そのものでの社会貢献を目指してまいりました。ポピンズが特に注力してアクションするのは4番「質の高い教育をみんなに」5番「ジェンダー平等を実現しよう」8番「働きがいも経済成長も」の3項目です。日々ナニーサービスやナーサリー、学童で行うエデュケアなど、実践でのSDGsの取り組みに加え、ハーバード大学教育学大学院・プロジェクトゼロと共同で「子どものためのSDGs」をテーマに研究を進めるなど、アカデミックな面からも貢献を目指しています。

社名：株式会社ポピンズ

住所：東京都渋谷区広尾5丁目6番6号

設立：1987年

代表取締役社長グループCEO：轟 麻衣子

ホームページ：<https://www.poppins.co.jp/hldgs/>

主要子会社：

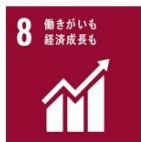
株式会社ポピンズエデュケア

株式会社ポピンズファミリーケア

株式会社ポピンズプロフェッショナル

株式会社ポピンズシッター

株式会社ウィッシュ



株式会社ポピンズは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

【本件に関する報道関係者様からのお問い合わせ先】

株式会社ポピンズ 広報

Mail : pr@poppins.co.jp Tel : 03-3447-2166