

各位

会 社 名 株 式 会 社 イ ン ソ ー ス  
代 表 者 名 代表取締役 執行役員社長 舟橋 孝之  
(コード番号：6200 東証プライム)

**フレイル対策や口腔ケアなど、動画【健康経営シリーズ】最新版を提供開始  
～株式会社バリューHR制作の健康経営動画ラインナップを 21 講座に拡充**

「働くを楽しくする」サービスを提供する株式会社インソース（東京本部：東京都荒川区、代表取締役執行役員社長：舟橋孝之、証券コード：6200、以下「当社」）はこの度、株式会社バリューHR（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：藤田 美智雄、証券コード：6078）が制作した、動画・eラーニングコンテンツ「健康経営シリーズ」を新たに拡充しましたのでお知らせいたします。

「健康経営優良法人」への申請社数は2万4,000社を超え、企業の健康経営（※）への取り組みは一層活発になっています。健康経営を継続的に推進するためには、毎年の定期的なセミナー実施が求められるほか、テーマによっては全従業員が受講対象となります。

「健康経営シリーズ」は、健康経営に関連する各テーマについて学べるわかりやすい動画教材・eラーニングです。以前より販売している食習慣や睡眠などの定番テーマもリニューアルし、フレイル対策や口腔ケアなどの教材を拡充した最新ラインナップ 21 講座です。更に、おすすめのテーマ 10 講座をパッケージ化したお得な価格の「健康経営丸ごと支援・動画パッケージ」をご用意しています。

各分野で活躍している講師による解説で、従業員の健康リスクを予防し、健康リテラシーの向上を図ります。購入いただいたコンテンツは永続的にご利用いただけるため、期間を問わず、さまざまな受講者への研修実施が可能です。大人数での利用時には、コスト面でのメリットも期待できます。

（※「健康経営」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。）

## ＜サービス概要＞

名称	健康経営シリーズ
ラインナップ	<p>＜新作テーマ＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・【健康経営シリーズ】時間栄養学で無理なく続けられるベストな食習慣 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_nutrition.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_nutrition.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】心と体を満たす安定した睡眠習慣の作り方（前後編） <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_sleeping-habit.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_sleeping-habit.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】職場のウェルビーイングとワークエンゲージメントの高め方（前後編） <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_work-engagement.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_work-engagement.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】フレイル対策と転倒予防～カラダメンテナンス～ <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_frailty.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_frailty.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】オフィスや自宅で簡単にできる～女性特有の不調を解消する骨盤調整ヨガ <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_yoga.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_yoga.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】働き方の変化とメンタルケア～健やかな居場所の作り方 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_place.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_place.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】働き方の変化とメンタルケア～行動実験で気持ちを「前向き」にする方法 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_behavior-test.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_behavior-test.html</a></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【健康経営シリーズ】目指そう健康寿命～「口の健康」とその「大切さ」を徹底解説 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_oral-cavity.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_oral-cavity.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】「加齢」と「口腔ケア」の最新事情 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_oral-care.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_oral-care.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】妊活・不妊治療との向き合い方～私らしい選択を <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_srhr.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_srhr.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】産前・産後の女性のからだを知ろう～本人や周囲ができること <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_maternity.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_maternity.html</a></li> </ul> <p>&lt;定番テーマ&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・【健康経営シリーズ】健診結果の見方と生活習慣（前後編） <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_checkup.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_checkup.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】がんの予防と生活習慣（前後編） <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_cancer-prevention.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_cancer-prevention.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】正しい姿勢と効果的な歩き方 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_safetyexercisewalking.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_safetyexercisewalking.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】ストレッチエクササイズ <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_stretch.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_stretch.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】あなたを変える健康リテラシー <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_literacy.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_literacy.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】その喫煙があなたの健康を損なう <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_smoking.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_smoking.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】働き方の変化とメンタルケア～「感情の方程式」を使いこなしてネガティブ感情を味方につける <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_emotion.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_emotion.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】働き方の変化とメンタルケア～自分を思いやるセルフ・コンパッションの実践法 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_self-compassion.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_self-compassion.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】女性の健康問題とその重要性 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_women-health.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_women-health.html</a></li> <li>・【健康経営シリーズ】がまんしない更年期の対処法 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_menopause.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_menopause.html</a></li> </ul> <p>&lt;お得な 10 テーマパッケージ&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・【健康経営シリーズ】健康経営丸ごと支援・動画パッケージ <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_10packages.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/health-management_10packages.html</a></li> </ul>
料金	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コンテンツ購入プラン（データ買い切り）： 220,000 円～330,000 円（税込）／本</li> <li>・年間リース： 154,000 円～231,000 円（税込）／本</li> <li>・動画パッケージ 10 本セット（データ買い切り）： 1,760,000 円（税込）</li> <li>・動画パッケージ 10 本セット（年間リース）： 1,232,000 円（税込）</li> <li>・レンタルプラン： 2,200 円～3,300 円（税込）／本</li> </ul> <p>※人財育成スマートパックでの購入も可能です。 ご契約の料金プランに応じて消費ポイント数変動します。 ※各商品の価格詳細は記載の URL よりご確認ください。</p>

お申込方法	当社『動画百貨店』ページ、 <a href="https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/lineup.html">https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/lineup.html</a> または、研修申込システム「WEBinsource」よりお申込みください <a href="https://www.insource.co.jp/webins/index.html">https://www.insource.co.jp/webins/index.html</a>
-------	--

#### ■株式会社バリューHR

- ・本社所在地：東京都渋谷区千駄ヶ谷5-21-14
- ・設立：2001年7月
- ・代表者：代表取締役 藤田美智雄
- ・資本金：2,032,061,000円

#### ■株式会社インソース

- ・東京本部所在地：東京都荒川区西日暮里4-19-12 インソース道灌山ビル
- ・設立：2002年11月
- ・代表者：代表取締役 執行役員社長 舟橋孝之
- ・資本金：800,623,150円

#### ■『動画百貨店』とは

<https://www.insource.co.jp/dougahyakkaten/lineup.html>

インソースグループが提供する動画教材・eラーニングを総合的に紹介・販売するWEBサイトです。1,314本（2025年10月末時点）を超えるコンテンツ数と、レンタル・買い切り・定額制・年間リースといった購入プランがご好評をいただき、多くのお客さまにご利用いただいております。

今後もインソースグループは、品質の高い動画教材・eラーニングを、より多くのお客さまに活用いただけるよう、サービス向上に努めてまいります。

以 上

---

【お問合せ先】株式会社インソース <https://www.insource.co.jp/index.html>

（取材・広報に関して） 社長室（井上・下地）

TEL:03-5577-2283

（サービス内容に関して） メディア事業部（佐々木）

TEL:03-5577-2273