

2026年9月9日

働く女性の健康増進プログラム「Wellpathy コンディショニング」の実施について ～「こどもまんなかリーディングバンク」の取り組み～

武蔵野銀行（頭取 長堀 和正）では、2026年9月14日（月）より、働く女性のウェルビーイング向上に向けた健康増進プログラム「Wellpathy ^{注1} コンディショニング」を開始いたしますので、お知らせします。

本プログラムは、7月に採択された「こどもまんなかリーディングバンク」^{注2}として行う初めての取り組みであり、「子育てと仕事の両立を支え、働く女性の健幸と地域企業の成長を支援する」ことをテーマに、本部で勤務する女性従業員100名を対象に実施するものです。

筑波大学等が開発したプログラムを活用し、「セルフチェック」「ミニ講座」「コンディショニング」「有酸素運動」といった一連の流れを1回20分程度で行う新たな取り組みです。

2027年3月まで毎週実施し、健康増進は勿論ですが、プログラムの効果検証などを行いながら、地元埼玉県内企業の皆さまへの展開を目指してまいります。

《概要》

実 施 目 的	・働く女性のセルフケアへの関心を喚起する ・セルフケアを継続する習慣づくりを支援する ・地域企業への展開に向けた効果検証・ノウハウ蓄積を図る
実 施 期 間	2026年9月～2027年3月（週1回・20分程度）
初 回	2026年9月14日（月） 14：00～14：40
会 場	武蔵野銀行本店4階 大会議室
対 象	武蔵野銀行本店ビルで勤務している女性従業員 100名
内 容	「セルフチェック」「ミニ講義」「コンディショニング」「有酸素運動」などのメニューを就業時間中に集合形式で実施します。
備 考	初回プログラムには、当行頭取 長堀 和正および筑波大学大学院人間総合科学学術院 教授 久野 譜也氏が参加予定

注1 Wellpathy（ウェルパシー）

健やかさ（Well）と共感（Empathy）を組み合わせた言葉です。すべての人の健やかさに共感し、ひとりひとりが「らしく」過ごせる環境を目指しています。（株式会社つくばウエルネスリサーチの商標となります。）

注2 こどもまんなかリーディングバンク

こども家庭庁が推進する「こどもとともに成長する企業」構想の一環として、地域金融機関がこども・子育て支援に取組むことを支援するプログラムです。採択された地域金融機関には、企業における仕事と子育ての両立といった取組みを後押しすることが期待されています。

報道機関からのお問い合わせ先
地域サポート部 四條 裕貴
TEL (048) 641-6111（代表）

以 上



武蔵野銀行

〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町1-10-8 <https://www.musashinobank.co.jp>