

Contract 契約の流れ・種類・料金

■契約まで

まずは企業と十分ヒアリングさせていただきます。身体機能面に関する不安や課題を抽出し、相談、アドバイス、コーチング、セミナー、姿勢チェック・トレーニング 提案等のサービスや新たなサービス等を組合せて企業毎にオリジナルの解決策の提言、プランを提案しご理解いただければ契約となります。

I スポット契約

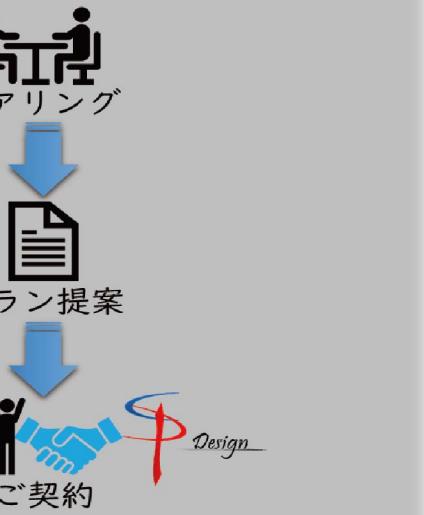
まずは腰痛予防について知りたいなど、1回のみのセミナー等を依頼したいという場合のご契約。
内容、時間について企業毎にヒヤリングの上、決定します。

II プロジェクト契約

姿勢づくりや健康に対する意識を短期間で集中して教育していく場合のご契約。
頻度、時間により3ヶ月～1年間でのプランを提案します。

III アドバイザー契約

継続的に従業員の健康意識の醸成を行いながら、従業員が抱える身体機能面の問題について相談、専門的なアドバイスを受けたい場合のご契約。
年間更新制で、1年毎にプランを提案します。



契約名	訪問頻度・期間	基本サービス	参考料金
スポット契約	1回1時間程度のみの契約	セミナー等	27,000円/1回
プロジェクト契約	月3回(各1時間程度) 3ヶ月～1年間の契約	プラン作成、身体機能相談(従業員のみ)、 アドバイス、セミナー、コーチング	75,000円/月
アドバイザー契約	月1回(各1時間程度) 1年以上年間更新制の契約	プラン作成、身体機能相談(従業員家族含)、 アドバイス、セミナー、コーチング	36,000円/月
アドバイザー契約 Lite	月1回(各40分程度) 1年以上年間更新制の契約	プラン作成、身体機能相談(従業員のみ)、 アドバイス、セミナー(2回/年)	27,000円/月

※税抜

※契約内容(サービス、訪問期間、頻度、時間)により料金は異なります。

※料金は職員数10名以内の企業を想定しています。従業員数増により追加料金発生します。

※料金のご要望に応じて契約内容を検討しますのでご相談ください。

※地域によっては別途交通費が発生する場合がございます。

Correct Posture Make Program

お問い合わせ CPデザイン/大阪府枚方市

E-mail:info@cp-design.org

TEL:090-1226-8418

<https://www.cp-design.org/>

受付日時：月～金(祝休) 10:00～17:00

※業務の都合上、電話をお受けできない場合がございます。

 **Correct Posture Design**

[20200925]



Correct Posture Make Program

働き続けるカラダづくりのための企業向けサービス

Correct Posture Design

従業員の姿勢づくりと健康という考え方

現代人の姿勢の悪さについて多く語られています。姿勢は動作すべての基盤となり、それが崩れると集中力や作業の効果が低下し、健康まで害するかもしれません。

「姿勢」というのは「構え」を意味します。「心構え」「身構え」と言われます、心構えは心のありようだけではなく姿勢にも影響を与えます。また身構えは姿勢だけでなく心にも影響し、心と身体とは姿勢を通して密接に関係しています。

姿勢は心と身体を繋ぐ
姿勢
心
身体

現代社会はストレス社会と言われます。ストレスを受け続けると姿勢に悪影響を与えます。それが心と身体を害する原因になります。姿勢を整えることはカラダを作り、物事に向き合う心を整えることに通じます。同時にストレスへの対応も可能となります。

これが健康への第一歩になるのではないか?

Correct Posture Make Program

オンライン対応可能
ヒアリング・相談・アドバイス・セミナー

従業員の安心から企業の安心へ

すべては働き続けられるためのカラダづくりのために

■健康を自己管理する

CPMプログラムの目標は健康を自己管理する、つまり従業員の健康管理能力を養うことです。従業員の健康維持は企業にとっても課題です。健康管理とは従業員自身が健康状態を維持し、加齢や生活習慣病による健康状態悪化の予防、さらには健康増進が求められます。従業員が働き続けられるカラダをつくるためにはこの健康を自己管理できるようになることが重要なポイントになります。

■姿勢づくりを通して健康管理へ

姿勢づくりと健康管理とは直結するイメージはありませんでしょうか?一言で姿勢つくりと言っても身体のしくみを知る、自身の状態を知る、自身をデザインする、そして自身をマネジメントするまでが必要となります。

CPMプログラムは姿勢づくりという日常や仕事でも意識し実行しやすい内容により長い期間をかけてゆっくり確実に従業員の健康管理能力を養うようにします。

I プランニング: 計画

業種や職種、個人の趣味や習慣などにより健康に関する企業の課題や従業員一人ひとりの問題は異なります。企業と十分ヒアリングを行った上で身体機能面に関する不安や課題を抽出し、企業毎にオリジナルプランを作成、定期的に見直しを行います。

II エデュケーション: 教育

正しい姿勢を身につけるための身体の構造や機能などの知識からトレーニングの方法などを学んでいただきます。ご要望や内容、期間、頻度、時間等を事前に十分打合せさせて頂きます。

III 姿勢チェック・トレーニング 提案

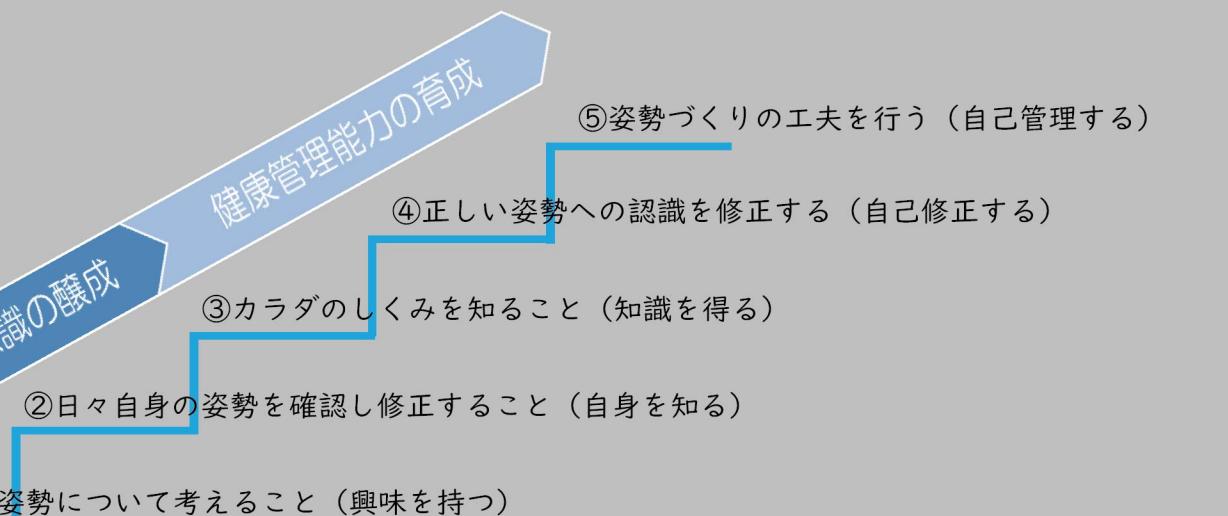
全身の写真を撮って送っていただくだけで、姿勢のチェック～姿勢改善のためのトレーニング(4種類)の提案を行います。

■こんな不安ありませんか?

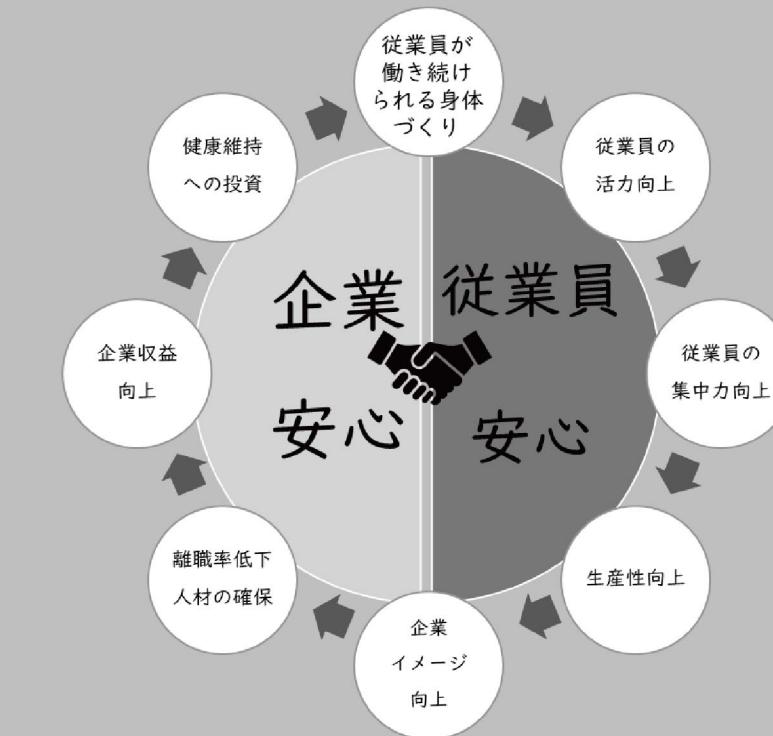
- ✓ 従業員が定着しない(離職率が高い)
- ✓ 従業員が高齢化していて体力低下が心配
- ✓ 職場でのケガや従業員の故障が不安
- ✓ 従業員が入院や通院からの復職で不安
- ✓ 従業員・職場の活気に乏しい。
- ✓ 従業員の集中力低下、生産性も低下している。

■従業員の安心から企業の安心へ

日々のちょっとした身体的不安を相談したいが知っている専門家がないことで、不安を放置したり、間違った対処をすることがあります。少しの心身へのストレスも日々、年々積み重なることで気付けば体力の低下、ケガ、病気などを起こしてしまっている可能性があります。相談・アドバイス・コーチングで従業員の安心から企業の安心へ繋ぎます。



Design Correct Posture Design



I 相談

相談は専用用紙へ記載し投函および企業担当者経由でのメール、ホームページ内専用ページに記載して送信、CPデザイン担当者の訪問時に直接相談を選んでいただけます。常に相談しやすい環境づくりを意識しています。

II アドバイス

アドバイスは基本的にはメールでの返信もしくは封書にて施設へ送ります。また直接アドバイスをご希望される場合は訪問時(予約制)実施することも可能です。

III コーチング

訪問時にトレーニングについて直接指導を行います。コツ、修正点などが分かるためムダのないトレーニングができます。

※訪問時のアドバイス・コーチングは1人15~20分程度となります。

IV 家族向け相談・アドバイス

従業員は家族の健康にも不安を抱えていることがあります。従業員だけではなくその家族も対象に相談を承ります。

■こんな相談にも応じます

- ・体力低下しないために何をすればいいか?
- ・子供がクラブ活動でよくケガをするが対策は?
- ・両親の転倒予防に何をさせればいいのか?
- ・ケガから復帰したが仕事ができるか不安。
- ・親が障害があるが介助法を学びたい。
- ・子供のトレーニングの質を上げたい。

※他の相談も承ります。
※相談は従業員1人当たり1件/月となります。

