

「森のプログラムを活用し、健康経営に向き合う」

株式会社 八光殿
西川 正章





Thank you to Shiso
City

会社概要

会社名

株式会社 八光殿

所在地

大阪府八尾市

事業内容

葬祭サービス事業・リユース事業

売上

2025年9月期 3,140 (百万円)

従業員数

142名 (2025年10月現在)



Thank you to Shiso
City

まず始めに…

本日ご縁をいただけたことに感謝します。



Thank you to Shiso
City

「宍粟市ウェルネスプログラム」参加実績

2024年11月 人事総務部 課長クラス 1名参加

2025年2月 人事総務部 課長クラス 2名参加

2025年8月 次世代ボードメンバー 7名参加

2025年10月 代表取締役 西川 参加





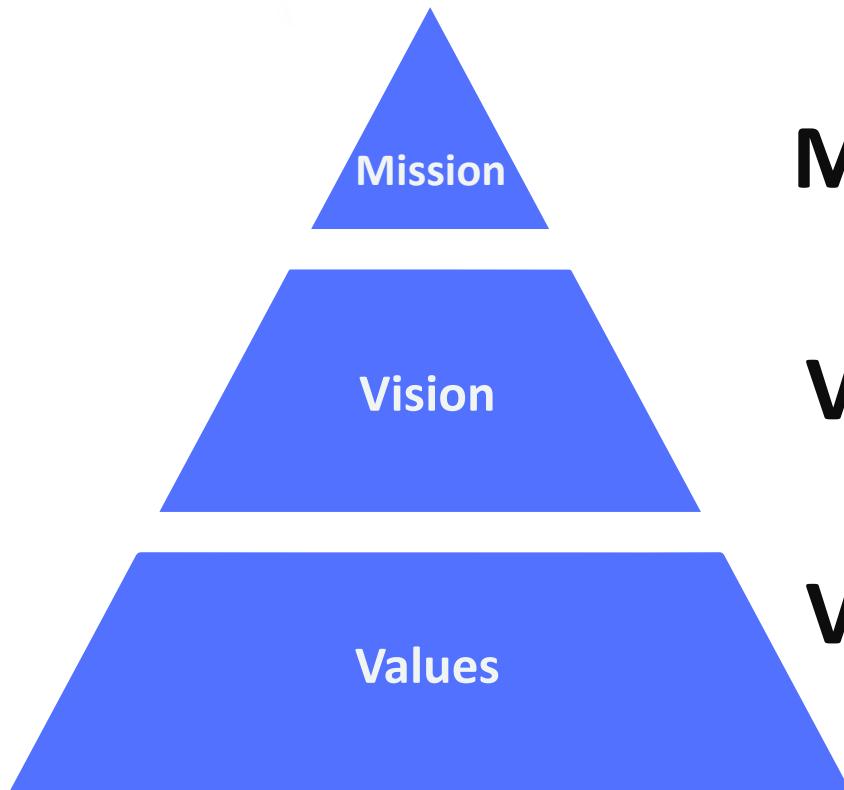
Thank you to Shiso
City

疑問①

なぜ八光殿は、このようなプログラム参加に至ったのか



【1】八光殿のMVV



- M** 全社員の心物両面の幸福を追求するとともに
感謝のこころでしあわせ社会を創造する
- V** ESあってCSがある =社員の心の幸せ
- V** 価値観：クレド「モットー・感謝のこころ」
行動指針：クレド「社員のありたい姿」



Thank you to Shiso
City

【2】「2030SWG's」

働く人々と会社の関係を今までにはない新たな
「幸せを共有する大切な関係」としたい。

【3】「健康経営への取り組み」



健康経営優良法人 2023

認定

中小規模法人部門

健康経営優良法人 2024

認定

中小規模法人部門

健康経営優良法人 2025

中小規模法人部門

ネクストブライト1000 認定



Thank you to Shiso
City

【4】自分、社内にはない第3者、専門家の視点

プロフィール

ソーシャルアドバンス株式会社 代表取締役

一般社団法人SDG s 人的資本認定機構 理事

一般社団法人日本ストレスマネジメント協会 代表理事

伴 裕美
Ban Hiromi



ストレスチェック支援実績170万件超、メンタルヘルス支援実績15万件超、

臨床データ分析17万件（2024年3月時点）、国内最大規模の支援実績を保有。

産業、教育、司法、医療、福祉、様々な領域で心と体の健康づくりに取り組む。

“こころ笑顔に” をモットーに、個人と組織のウエルビング実現を支援している。





Thank you to Shiso
City

疑問②

弊社が森林プログラムを
取り入れることを決断したのはなぜか？



Thank you to Shiso
City

「森林セラピー」という
印象や雰囲気 イメージではなく
エビデンスをもとに分析、課題、改善提案がある

脳疲労マーカー入力画面



脳疲労マーカー®

団体コード

ユーザーコード

パスワード

すでに登録済みの方

ログイン

はじめて利用する方

新規登録

【ログイン画面】



三 脳疲労マーカー

質問6： 疲れて帰り、入浴しないで寝ることが時々ある

そうだ まあそうだ
ややちがう ちがう

戻る

【設問画面】

自律神経チェックシート画面

自律神経チェックシート

ポリヴェーガル理論を用いて、あなたの自律神経の状態をチェックします。
ここ1週間の、あなたの状態にもっとも近い回答を選んでください。

ind.suematsu@gmail.com

[アカウントを切り替える](#)

共有なし



* 必須の質問です

IDNo.*

回答を入力

【ログイン画面】

1.仕事のプレッシャーで、常に心身が張り詰めている感じがする *

- そうだ
- まあそうだ
- ややちがう
- ちがう

2.プロジェクトや課題に、ワクワクしながら取り組めている *

- そうだ
- まあそうだ
- ややちがう
- ちがう

【設問画面】

2025年9月3日

株式会社 八光殿 様

ソーシャルアドバンス株式会社

**森林セラピー効果測定結果に基づく
働きがいのある職場環境構築に向けた総合提案書
～ストレスマネジメントプログラムの戦略的活用～**

この度は、宍粟市での森林セラピープログラムにご参加いただき誠にありがとうございました。また、プログラム参加前後での各測定にご協力いただきましたこと、心より感謝申し上げます。

本提案書は、参加された皆様の測定結果を分析し、森林セラピーがもたらした素晴らしい効果をご報告とともに、その学びを貴社の持続的な成長と従業員の皆様のウェルビーイング向上に繋げるため、科学的知見に基づいた具体的な職場環境改善施策をご提案するものです。



Thank you to Shiso
City

総括

- ・森にいるだけで自律神経を整えることができる。
- ・マインドセットの「実践の場であり、究極の場」
- ・森林ツアー後の会社の活動まで促してくれる。
- ・医学的エビデンスが蓄積される。

効果：次世代ボードメンバー合宿として活用

- ・考えていない社員が変化
- ・気づき＝成長の種　いい種が自発的な主体性が加速
- ・「休日」の捉え方変化
- ・顔の形が変わった？までの変化
- ・非日常の重要性

効果：次世代ボードメンバー合宿として活用

社内マネジメントや目標達成の士気向上までの行動変容

>部下とのかかわり方、仲間の応援

>感覚としてどこか面白がれる

>状態が良くないを孤独にさせない
(今まででは様子見や避けていた)

>仕事で必要なコミュニケーション



Thank you to Shiso
City

改めて

「森林セラピー」という
印象や雰囲気 イメージではなく
エビデンスをもとに分析、課題、改善提案がある



Thank you to Shiso
City



弊社参加者の声

Thank you to Shiso
City

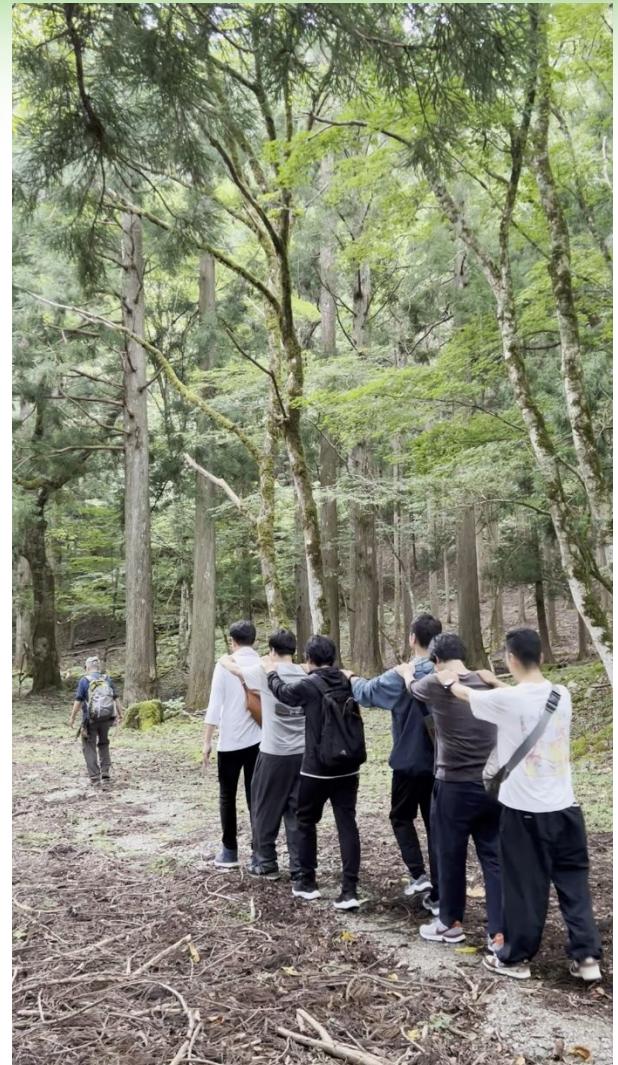
「自然に囲まれ、
吸い込まれるように
森に導かれる感覚は
体験するしか伝えることができない。」



Thank you to Shiso
City



「八光殿が100周年を迎えた際に、
あの日が私たちのエポックだったと
この宍粟市での2日間を
なつかしく思い出すと思う」



Thank you to Shiso
City

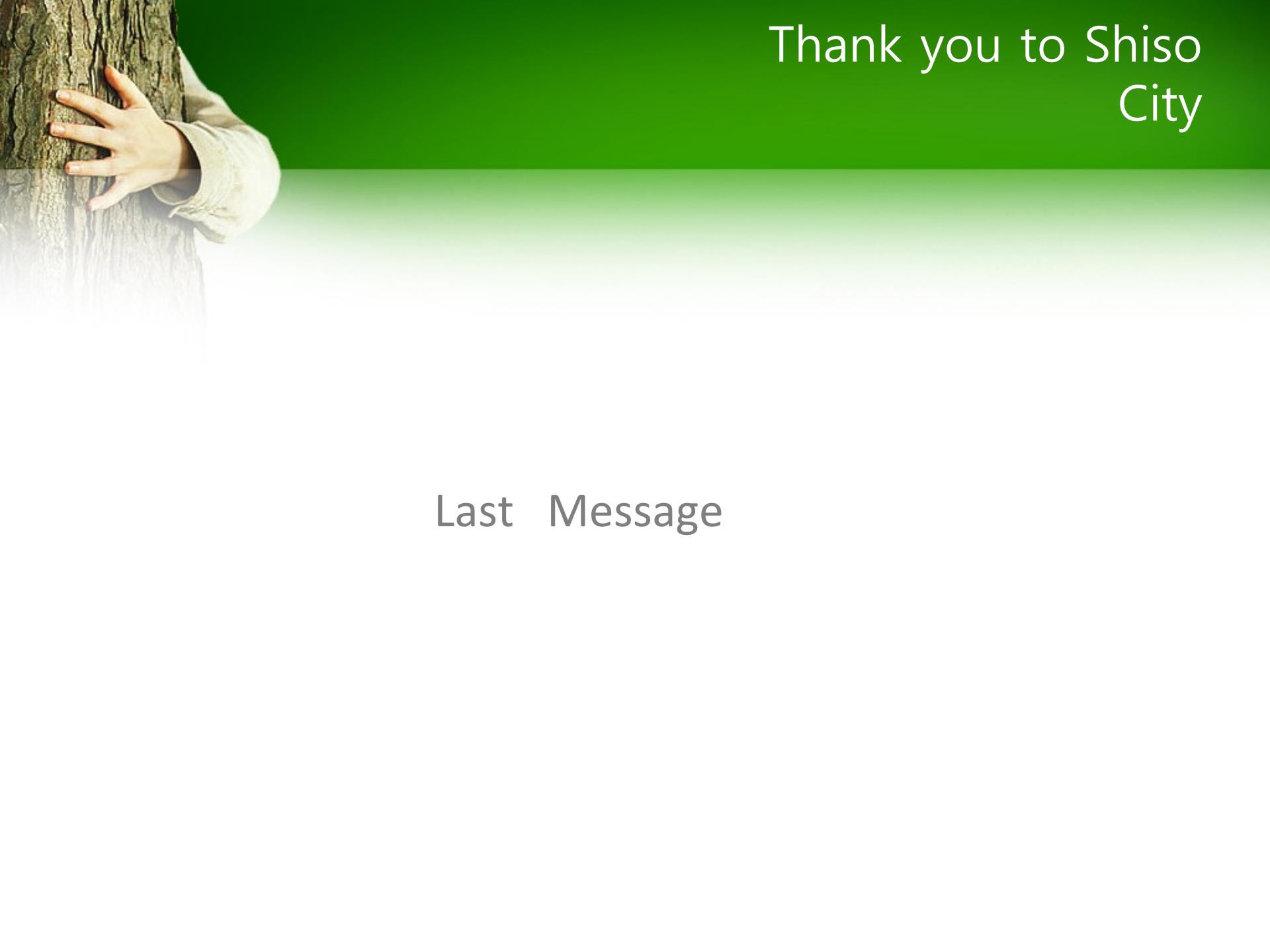


「宍粟市やさとゆめさんは
私たちの会社のミライを
明るくしてくれる
チームのように感じた。」



Thank you to Shiso
City





Thank you to Shiso
City

Last Message



Thank you to Shiso
City

この森が語りかけてくるのは
美しい風景や自然だけではない。

遙か昔、自然と共に生きてきた
古代の神話があたかも今も息づいている。

聖なる森に宿る創世の記憶
夜空にきらめく星に重ねる未来



Thank you to Shiso
City

“人的資本経営” から、“心的資本経営” へ

ご清聴ありがとうございました。