



2025 年 8 月 8 日

各 位

会 社 名 株 式 会 社 F C E
代 表 者 名 代 表 取 締 役 社 長 石 川 淳 悦
(コード番号：9564 東証スタンダード市場)
問 合 せ 先 取 締 役 コーポレート本部長 加藤 寛和
(TEL 03-5908-1400)

メンタル不調による生産性損失に立ち向かう “攻めの予防プログラム” 企業向け「レSSLル・トレーニングプログラム」 9 月リリース決定 ～VUCA 時代に求められる“しなやかな強さ”を育む～

株式会社 FCE（本社：東京都新宿区、代表取締役：石川淳悦、証券コード：9564）は、ストレスマネジメントとレジリエンス向上を目的とした新たな企業向け教育研修プログラム『レSSLル・トレーニングプログラム』を 2025 年 9 月よりリリースいたします。これに先立ち、2025 年 8 月上旬より企業の皆さまからのお問い合わせ・導入相談を順次受け付けます。

・科学的知見と実績ある理論に基づく“本質的レジリエンストレーニング”

レSSLル・トレーニングプログラムは、単なるマインドセット研修とは異なり、エビデンスと実績に裏打ちされた体系的プログラムです。レSSLルとは、「レジリエンス・マSSLル」の略で、レジリエンスとは、困難な状況やストレスに直面した際に、それを乗り越え、回復する力のことを指します。レジリエンスをマSSLル（筋肉）のように、トレーニングによって鍛えることを目的としています。

このプログラムの監修は、レジリエンス領域の第一人者であり、ベストセラー『レジリエンスの鍛え方』の著者である久世浩司氏が務めています。企業研修やスポーツ、教育現場など幅広いフィールドで科学的レジリエンス・トレーニングを指導してきた実績を持つ専門家の知見を集約しています。さらに、世界的なポジティブ心理学の権威であるイローナ・ボニウェル博士が開発した「SPARK Resilience®」の理論をベースに、日本企業特有の現場課題に最適化しています。

レSSLル・トレーニングプログラムには、FCE がこれまで延べ 4,500 社以上に提供してきた「7つの習慣®」研修 Business Ownership や「7つの習慣×セルフコーチング」をはじめとした人財育成・組織開発の知見も融合しています。習慣化・行動定着という FCE 独自の強みも活かし、座学で終わらず実務に根づくプログラム設計となっています。

科学的根拠と実践的ノウハウの両輪で設計された本プログラムは、「一過性の研修ではなく、“働く人の強さを育てる仕組み”」として、企業の持続的成長と人材力の底上げを強力に支援します。

・ レッスル・トレーニングプログラムの特長

① “自己対話”でストレスにしなやかに対処できる力を育成

レッスル・トレーニングプログラムは、現実を客観的に受け止め、ネガティブな感情や思い込みをコントロールする「自己対話」の技術を学ぶことが特長です。

② “心の筋トレ”という継続的アプローチで実践力を高める

単発の座学では終わらず、日常の中で継続的に「レジリエンス・マッスル」を鍛えるプログラム設計となっています。

③ 実践定着まで支援する「行動変容型プログラム」

自分の行動変容を定着させる「ワークアウトプラン」で締めくくります。現場の行動を変え、自己対話を続ける仕組みづくりまで一貫してサポートすることで、組織への効果浸透を強化します。

・ 開発の背景～メンタル不調が深刻化、企業の“心の健康経営”が急務～

働く人の8割以上が強いストレスを感じています。

現在の仕事や職業生活に強い不安・悩み・ストレスを感じている働く人の割合は82.7%に達し、令和4年の82.2%からさらに増加しています※1

メンタル不調による長期休職・離職が増加

厚生労働省の調査では、メンタル不調による1か月以上の休業または退職者が発生している事業所が13.5%と報告され、前年より増加しています。職場のストレス対策が全体の生産性にも大きな影響を与えています※1。

特に若手社員のメンタル不調も深刻な課題

特に20代の正社員では、重度のメンタル不調を過去3年以内に経験した人が女性で23.3%、男性で18.5%にのぼり、休職後には約半数が離職に至るというデータもあります※2。休職後の自主退職率は45.7%と高水準。さらに職場に相談せずに退職した割合は45.1%と、実態把握が難しい“隠れ離職”も課題です。

プレゼンティーズムによる経済損失は年間7.6兆円

社員が不調を抱えながら勤務することで生産性が下がる「プレゼンティーズム」は、国内で年間7.6兆円もの損失を生み出しているとされ、日本全体のGDPの約1.1%に相当します※3。「アブセンティーズム（欠勤）」が約0.3兆円となっているため、欠勤以上に大きな損出をもたらしています。企業にとっては目に見えにくい“隠れコスト”となっています。

こうした社会背景から、企業にとって“心の健康経営”は持続的成長のための重要施策として避けては通れないテーマとなっています。

※1 令和5年「労働安全衛生調査（実態調査）」の概況（厚生労働省）

※2 若手従業員のメンタルヘルス不調についての定量調査、2024年12月24日、株式会社パーソル総合研究所

※3 メンタル不調の影響、年間 7.6 兆円の生産性損失に -GDP の 1.1%に相当と試算, 2025 年 6 月 13 日 (一部修正)、YCU 横浜国立大学

導入が特に効果的な企業

・不確実な時代でも折れない組織をつくりたい企業
市場環境の急激な変化にも、組織力を維持したい企業におすすめです。

・管理職・リーダー層のメンタルタフネスを育てたい企業
経営やマネジメント層のメンタル強化が組織全体の安定感につながります。

・若手社員の離職防止とエンゲージメント向上を目指す企業
離職リスクの高い若手層にも効果的にレジリエンス習慣を育成できます。

・健康経営・人的資本経営の強化を考えている企業
ESG 経営・健康経営の推進施策としても活用いただけます。

・サービス開始・お問い合わせについて

レッスル・トレーニングプログラムは 2025 年 9 月より提供開始いたします。2025 年 8 月 8 日 (金) より企業の皆様からのお問い合わせ・導入相談を順次受け付けます。資料請求、導入相談はお気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ】

https://www.training-c.co.jp/download/12406/?utm_source=prtimes&utm_medium=referral&utm_campaign=pr_ver001&utm_content=202508

・株式会社 FCE

設立：2017 年 4 月 21 日

代表取締役社長：石川淳悦

証券コード：9564

本社：東京都新宿区西新宿 2-4-1 新宿 NS ビル 9 階 10 階

事業内容：DX 推進事業、教育研修事業、出版事業

URL：<https://fce-hd.co.jp/>

当社は「チャレンジあふれる未来をつくる」というパーパスのもと、人的資本の最大化に貢献することを使命とし、DX 推進事業と教育研修事業を展開しています。

【最強の IT ツール】として約 7,300 製品中第 1 位※4 (2024 年度には約 10,000 製品中、第 2 位※5) を獲得した「RPA ロボパット DX (<https://fce-pat.co.jp/>)」、社員教育を一つで完結できる定額制オンライン教育システム「Smart Boarding (<https://smartboarding.net/>)」、世界 4,000 万部、国内 260 万部発行の世界的ベストセラー『7つの習慣』の出版 (<https://fce-publishing.co.jp/>)、そして生成 AI 業務の生産性を爆発的に向上させる「FCE プロンプトゲート (<https://go.fce-promptgate.com/>)」、など中小企業から大企業まで、また全国の自治体や教育機関を対象に幅広く事業を展開しています。

※4 ITreview Best Software in Japan2023 より

※5 ITreview Best Software in Japan2024 より