

致因疾病、 或異鄉生活而心累的您。

因為有過同樣的經歷，才能真正聽懂。 | 公司與服務總介紹



Supra Mentor 株式会社 (スプラメンター株式会社)

這家公司，始於一位生還者

創辦人島津本人，正是一位曾親身經歷重症的當事人。

在與疾病共處的過程中，她所遇見的，是源自美國UCSF腦腫瘤中心的Sheri Sobrato Brain Cancer Survivorship Program生存關懷計畫，以及癌症旅程教練(Cancer Journey Coaching)。「想把這套由多專業團隊全方位支持『治療之外的人生』的機制帶回日本」——正是這份心願，讓Supra Mentor從提供生存關懷計畫開始，就此誕生。如今，她已在國際學會MASCC上就該計畫與教練法發表兩次演講，並以日本唯一的認證癌症旅程教練身分，持續陪伴著走在同樣道路上的人們。

「不是因為是專家才懂，而是因為經歷過才聽得懂。」這不是一句口號，而是我們誕生的原點本身。

我們所追求的

願景

Beyond Labels

撼動人生的經歷並不能定義一個人——它們是推動個人進化的催化劑。我們致力於建設一個社會，讓因此經歷而改變的人被接納為獨特進化的個體，自由而真實地生活。

使命

Your Life Partner

以個人為中心的360°心理健康服務，與多學科專業人士和值得信賴的醫療夥伴合作，陪伴每個人走過人生的每一個階段。

核心價值

Whole Self

珍視人類豐富多樣的經歷，為每個人創造一個安全的空間——無論身處何種境遇，都能完整地、真實地做自己。

「看不見的不適」正悄悄侵蝕企業的生 產力

7.6兆日圓/年

日本因員工心理不適造成的生產力損失，相當於GDP的1.1%、精神疾病醫療費的7倍(橫濱市立大學・産業醫科大學, 2025)

82.7%

對工作感到強烈不安或壓力的日本勞動者比例
(日本厚生勞動省 2023年度調查)

約五成

因心理不適休職者，復職後離職的比例;20多歲族群中超過七成(2025年民間調查, n=329)

壓力檢測、員工協助方案(EAP)等制度已逐步完善。接下來真正的課題是:這些支援是否真正「送達」了需要的人。

兩類支援難以觸及的員工

帶病工作的員工

健康相關成本中，77.9%來自「出勤主義」（出勤卻無法發揮應有狀態）
——約為醫療費本身的5倍（厚生勞動省）

- 19.8%的癌症患者選擇離職，其中56.8%在首次治療開始前就已離職——往往是在病情惡化之前，出於「不想造成別人困擾」的心情（厚生勞動省）
- 20～60歲之間，每3人就有1人罹患癌症。AYA世代（約15～39歲）患者每年約2萬人，治療常與升學、就業、結婚等人生大事重疊（日本國立癌症研究中心）
- 據推估，全國約有49.9萬人一邊回診治療、一邊持續工作。年齡越大，往往背負的經濟責任也越重，離職帶來的衝擊也更為深遠（厚生勞動省推估）

外派人員、外籍員工及其家屬

在日外國人達412萬5,395人（2025年底，歷史新高，較前一年增加9.5%）
——日本出入國在留管理廳

- 英語圈以美國籍人士最多，達66,111人（2024年底）；加上英國、加拿大、澳洲籍人士，多從事專業職位與教育相關工作
- 中文圈人數合計約97萬人——中國大陸900,738人、台灣71,125人——相當於每4位在日外國人中就有1位說中文
- 西班牙語圈以擁有日裔移民歷史的秘魯籍人士最多，達49,114人，其中99%持有永住或定居等穩定身分
- 多語言對應的醫療與心理諮商窗口依然稀少，語言隔閡常常讓人「難以開口求助」而陷入孤立

以五項服務，回應這些課題

01 癌症旅程教練

從確診、兼顧治療與工作，到復職再出發的一對一陪伴（日語／英語）

02 心理諮商（身心健康諮商）

持證心理諮商師提供諮商，也支援伴侶與家庭形式，涵蓋外派家庭

03 同儕支持

與受過訓練、有相同經歷的同儕對話。作為邁向支援的溫柔第一步（線上・付費服務）

04 有機美容諮詢

應對治療或環境變化帶來的外貌改變，以外觀照護支持重新出發

05 同儕守護者培訓

將親身經歷轉化為「懂得傾聽」的能力——個人與企業皆可參與的認證課程

※各項服務詳情請參閱獨立的服務介紹資料（共5冊）。單獨導入一項服務即可。

OUR TEAM

不是「因為是專家所以懂」， 而是「因為經歷過所以聽得懂」的團隊



由誰來陪伴您

- 臨床心理師、諮商心理師等專業心理人員
- 日本唯一的認證癌症旅程教練
- 經培訓認證的同儕支持者（並非單純志工）
- 擅長陪伴外貌變化的美容諮詢專家



品質保障機制

- 團隊中許多成員本身就是疾病或海外生活的親歷者
- 「我懂那種感覺」並非行銷話術，而是團隊的真實經歷
- 各領域專業人士彼此協作，從多個角度共同支持每一位客戶



支援5種語言：日語、英語、中文（繁體／簡體）、西班牙語、烏克蘭語

心理支持的深度，往往取決於是否能用母語表達。不經翻譯轉述，我們希望原原本本接住每個人的話語。

不止於「感覺好像變好了」



- 在癌症旅程教練服務中，每次療程前後都會進行5級自評檢測(PESH)，記錄變化
- 在心理諮商服務中，採用國際標準心理量表(PHQ-9、GAD-7、WHO-5等)定期追蹤狀態
- 療程結束後，客戶可收到記錄與當前狀態的可視化呈現，讓療程之間的支持也不中斷

我們會用具體數字，向人資部門回報「導入後究竟帶來了什麼改變」。

AI × 真人的結合 — 療程之間也不遺漏



專屬AI夥伴

- 基於ICF認證的癌症旅程教練體系所做的「心理狀態檢測」，將為您生成專屬的AI夥伴
- 對話越多，它就越了解您、不斷進化，並帶來日常自我照護的建議
- 不放過情緒的每一次起伏，成為通往下一次療程的橋梁



真人提供的免費支持

- 免費文字諮詢與免費 30分鐘視訊諮詢，皆由真人協調員對應，而非 AI
- 每次療程結束後，負責人都會送上記錄與回顧，確保支持不中斷
- 狀態不佳的日子，也可靈活調整形式（僅語音・文字訊息等）

療程與療程之間，不安的情緒往往在深夜來襲。AI夥伴支持您的日常自我照護，真人協調員也隨時透過免費文字諮詢接住您——這雙重守護網，支撐著癌症旅程中「獨自一人的時刻」。

支援的循環，創造就業機會



同儕守護者培訓 → 成為有償同儕支持者

曾因疾病而收入或職涯受到影響的人，可透過培訓與認證，成為有償的「同儕守護者」。從「被支持者」到「支持者」的再出發，本身就是一次真實的就業機會——我們將「受助者成為下一位助人者」的循環，設計進了這項事業本身。

致企業客戶

導入本培訓，可同時實現健康經營的落地（在企業內部培養「懂得傾聽的人才」），以及為帶病人士創造就業機會這一社會意義。同樣適用於企業的CSR與人力資本經營舉措。

信賴的背景



國際合作

將源自美國 UCSF 腦腫瘤中心的生存關懷計畫在地化並提供，具備實際合作經驗



獲獎紀錄

榮獲 AYA 癌症醫療與支援研討會「AYA 活動獎勵獎」



學會發表

於國際腫瘤支持治療學會 (MASCC) 發表海報 2 次，並於 AYA 癌症醫療與支援研討會學術大會上就生存關懷計畫進行發表



獲得推薦

Susan Chang 博士 (UCSF 腦腫瘤中心 腦神經腫瘤科主任) / Shariann Tom (國際教練聯盟 ICF 認證機構 Cancer Journey Institute 執行長) / 荒木篤實先生 (VELTRA 株式會社 創辦人兼董事)

服務方案(皆為個別報價)

員工福利方案

提供患病員工及其家屬諮詢名額，加上兼顧治療與工作的人資部門研討會。依員工人數計算月費

外派・外籍員工支援

赴任前研習＋赴任期間多語言療程＋家屬支援。可配合時差安排

同儕支持者培訓

將企業內部有經歷的員工，培養為專業的內部傾聽者

講座與研討會

以兼顧治療與工作、跨文化心理健康等主題進行演講，並提供癌症旅程教練工作坊與線上講座(建議以實體形式舉辦)

開始使用

從一項服務開始也沒問題

1. 需求訪談

30分鐘了解貴公司的課題、對象與語言需求

2. 方案設計

單一服務即可開始。設計適用範圍、上限與報告形式

3. 內部公告

提供多語言公告素材，也可安排說明會

4. 員工直接預約

無需經過公司，充分保障匿名性

5. 季度報告

僅提供匿名彙總數據，絕不共享個人資訊

歡迎先聊聊看。

個人客戶：可先從免費 30分鐘諮詢或免費文字諮詢(由島津本人對應)開始。企業客戶：報價完全免費。

info@supramentor.net | <https://supramentor.net>