2017年4月11日

トランスコスモス株式会社 日本直販事業

## 健康寿命をのばすウォーキングをテーマに日本直販×ミズノが協業企画をスタートミズノ「大人歩活動(おとなぶかつどう)セット」を中心にウォーキングアイテムを販売

トランスコスモス株式会社(本社:東京都渋谷区、代表取締役社長兼 COO:奥田昌孝、証券コード:9715、以下、トランスコスモス)が運営する通販ブランド「日本直販」(https://www.666-666.jp/)は、美津濃株式会社(本社:大阪市住之江区、代表取締役社長:水野明人、以下、ミズノ)が提唱する健康寿命をのばすウォーキング「大人歩活動(おとなぶかつどう)」をテーマにウォーキングアイテムの販売をスタートしました。

日本直販の媒体に同梱で「大人歩活動(おとなぶかつどう)"チラシ」を制作(4月10日発刊)。日本直販のWEBサイトでも販売を開始いたします。(https://www.666-666.jp/topics/mizuno-walking/)同時に旅行会社のクラブツーリズムの媒体「クラブツーリズムスタイル」でも同テーマで展開します。





※「ミズノ」メディアプランチラシ

## ~病気を予防するウォーキング"大人歩活動(おとなぶかつどう)"とは?~

## 1日8000歩、速歩き20分が理想の歩き方。

医学博士の青柳幸利博士(東京都健康長寿医療センター研究所運動科学研究室長)が故郷の群馬県中之条町で、65 歳以上の住民 5000 人を対象に 15 年以上にわたり、24 時間 365 日の生活行動データを調査・分析した研究成果をベースにしたウォーキング理論。1 日約 8000 歩、うち"速歩き"などの中強度の活動時間が約 20 分の人は、それ以下の人と比べ、高血圧や糖尿病の発症率が低いと報告。同様に、認知症やうつ病など様々な病気の予防ラインが明らかになってきました。1 日約 8000 歩、速歩きなど "中強度"の運動 20 分程度が理想というデータが導き出されました。

予防が開待できる病気	少数	,
寝たきり	2,000步	05
うつ病	4,000\$	559
認知症・心疾患・脳卒中	5,000参	7.55
動脈硬化・骨粗しょう症	7,000参	15%
高血圧·糖尿病	8,000\$	20%
メタボリックシンドローム	10,000步	30分
肥瀬	12.000歩	405

※青柳幸利博士の「中之条研究」より。同研究に基づく目安であり、結果を保証するものではありません。

※予防が期待できる病気の表

## ~「ミズノ 大人歩活動(おとなぶかつどう)セット」とは~

上記の中之条理論を普段の暮らしでカンタンに実践するためにスポーツメーカーのミズノが提案するのが「大人歩活動(おとなぶかつどう)セット」。青栁博士監修の「ミズノ 活動量計」で歩数と中強度の活動時間を測りながら、歩行に最適な「ウォーキングシューズ」で意識的に速歩きを取り入れ、病気を予防して健康長寿を実現する歩きを習慣づけることができます。また青栁博士の理論、自分の足で歩くための歩き方、歩きを習慣づける方法など、すぐに「大人歩活動(おとなぶかつどう)」を実践して継続するためのノウハウ満載のスタートブック(オールカラーB5 判変形 24P)も編集。



※「大人歩活動(おとなぶかつどう)セット」