

Press Release

2021年5月24日

報道関係各位

株式会社オークローンマーケティング

.....

コロナ禍で運動を始めた人のうちやめてしまった人が過半数以上 ショップジャパンが【家トレ成功の秘訣「3S」】を伝授！ 家トレをサポートするおすすめのエクササイズグッズを特設ページにて紹介 ～お好きなエクササイズを抽選で30名様にプレゼント！Twitterキャンペーン実施～

.....

ショップジャパンを展開する株式会社オークローンマーケティング（本社：名古屋市東区、代表取締役会長兼社長：ロバート・W・ローチ）は、自宅トレーニングを成功させる秘訣「3S」と、「3S」を実践できる9つのエクササイズグッズを紹介する特設ページ（<https://www.shopjapan.co.jp/contents/ad/hometraining/>）を公開いたしました。さらに、自宅トレーニングの継続をサポートするべく、ショップジャパンのエクササイズグッズをプレゼントする Twitter キャンペーンを5/24（月）から5/31（月）まで実施いたします。



ショップジャパンが全国の男女1,000名を対象に実施した『コロナ禍の運動意識調査』※によると、58.7%の人が「コロナウイルス流行後、運動不足になったと感じている」ことが明らかになりました。また、運動不足になったと感じている人のうち59.1%が運動を始めたものの、そのうち57.1%が「やりたい頻度で運動できていないもしくは運動をやめている」と回答しました。運動が思い通りに続かない理由として最も多かったのは「忙しくまとまった時間が作れない（30.3%）」。次いで「きつい運動が苦手（25.8%）」「身体の変化を実感できない（22.7%）」という結果になりました。

ショップジャパンは、『コロナ禍の運動意識調査』の結果をもとに、自宅トレーニングを成功させる秘訣は「短時間から（Short）簡単な動作で（Simple）引き締めを目指す（Shape）」ことであると考え、これを「3S」と定義しました。この度公開した特設ページでは、「3S」を実践できる9つのエクササイズグッズを紹介しております。

※全国20～60代の男女1,000名の結果（ショップジャパン調べ）

<「3S」を実践できるエクササイズグッズ例>

※特設ページ（<https://www.shopjapan.co.jp/contents/ad/hometraining/>）では、以下の商品を含む計 9 商品を紹介しております。

■ゴロネックス



11 種類の運動・ストレッチをサポートする座椅子型エクササイズグッズ。本体に内蔵されたスプリングの反発力が、トレーニング時、筋肉に負荷をかけます。負荷は 3 段階あり調整可能。お腹正面、脇腹、お尻、太もも、ふくらはぎ、二の腕など、気になる部位に 1 台でアプローチすることができます。部屋に馴染むデザインで、運動をしないときは座椅子感覚でリビングに置いたままにしておけるため、思い立った時にすぐ運動を始められます。

■ゆらこ



「ゆらこ」の上に寝ながらゆらゆらするだけで、骨盤周りの筋肉を伸ばしながら捻り、お腹、下腹、わき腹、太ももなどの筋肉を効率的に刺激。気になるお腹の引き締めにつながります。また、スプリングを内蔵した U 字型設計により、全 16 種類のエクササイズ・ストレッチを行うことが可能。在宅時間が増えたことで運動不足や身体のコリを感じている方にもおすすめのアイテムです。

■スライドシェイプ



スイスイ左右にスライドするだけでウォーキングよりも効率的にカロリー消費できる有酸素運動マシン。「スライドシェイプ」によるスライド運動は、前太ももの筋肉をウォーキングの約 2 倍[※]刺激。また、スライド運動の切り返し時に体重移動に耐えようと力が働くため、ウォーキングよりも大腿筋膜張筋や中臀筋などの筋肉を刺激します。有酸素運動の代表格であるウォーキング以上の負荷を筋肉にかけながら運動を継続することができるため、ウォーキングに比べカロリー消費量が約 19%高い^{※2}ことも証明されています。

※ 被験者 6 名によるスライドシェイプとトレッドミルの運動時における大腿直筋活動量の平均値を比較

※2 各人のウォーキングピッチに合わせてウォーキング運動及びスライドシェイプでのスライド運動を各 3 分間行い、酸素摂取量を計測し、消費カロリーに換算した被験者 6 名の平均値

■フィットキューブ



「フィットキューブ」には仕様の異なる 4 つの面があり、使う面を変えることで、筋力トレーニングも有酸素運動も行うことができます。付属のレジスタンスバンドを使えば、全 20 種類のエクササイズを行うことが可能。肩、腕、胸、背中、お腹、お尻、脚と、全身を鍛えることができます。多機能でありながら約 45cm 四方とコンパクト設計で、必要なスペース布団 1 枚分。組み立て不要なので、置くだけで省スペースなホームジムが完成します。

<Twitter キャンペーン概要>



■期間：2021年5月24日（月）～5月31日（月）23:59まで

■参加方法：

1) ショップジャパン公式 Twitter アカウント（<https://twitter.com/ShopJapan>）をフォロー

2) ショップジャパン公式アカウントより投稿されるキャンペーンツイートを、指定ハッシュタグ「#家トレ成功の秘訣3S」を付けて、クイズの回答、欲しい商品の名前と一緒に引用リツイート

■当選賞品：ショップジャパンのエクササイズグッズ 1 点

※特設ページ（<https://www.shopjapan.co.jp/contents/ad/hometraining/>）で紹介している 9 つのエクササイズグッズのうち 1 点

■当選者数：30 名様

■当選連絡：当選者にのみ Twitter のダイレクトメッセージで連絡

■注意事項：

- ・ご応募は日本国内にお住まいの方に限らせていただきます。
- ・当選賞品の販売・換金はできません。
- ・当選に関するお問い合わせにはお答えいたしかねます。
- ・やむを得ない事情により、企画内容、賞品は予告なく変更となることがあります。
- ・当選者の住所が不明確な場合や、転居による住所変更などの理由により、賞品をお届けできない場合、当選資格を無効とさせていただきます。
- ・同一住所への賞品の発送は 1 点までとさせていただきます。
- ・その他、弊社が不正とみなした方は当選対象外とさせていただきます。
- ・個人情報の取扱いについては、プライバシーポリシー（<https://www.oaklawn.co.jp/privacy/>）をご一読ください。

ショップジャパンは、これからも世界中から選りすぐりのアイデアを発掘し、日本らしさを加えてお届けすることで、お客様の日常により多くの幸せな時間をご提供するとともに、お客様の気持ちに寄り添うブランドであり続けます。

【お客様お問い合わせ先】

ショップジャパン受付センター：0120-549-096

【この件に関するお問い合わせ先】

株式会社オークローンマーケティング 広報担当

東京都港区虎ノ門 1 丁目 23 番 1 号 虎ノ門ヒルズ森タワー 21 階

TEL：(03) 6746-0324 FAX：(03) 3501-5324 EMAIL：pr@shopjapan.co.jp