

2022年11月10日

報道関係者各位

株式会社東急スポーツオアシス

勝浦市民の健康増進をオアシスがサポート

リアルとオンラインの運動教室で幅広い世代の生活習慣病リスクを低減

「Well-being First!」を企業ミッションに掲げる、株式会社東急スポーツオアシス（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：山岸 通庸、以下「オアシス」）は、勝浦市の生活習慣病予防事業の一環として、リアルとオンライン双方のコンテンツを使った運動教室を2022年11月1日（火）より実施しています。



■ 背景

加齢による体型の変化を感じやすい40代以降、生活習慣病のリスクが高まると言われています。しかし、勝浦市主催の健康教室の参加者は60代以上の方が多く、40～50代は仕事や育児で多忙のため参加を控える傾向がありました。また、体の測定会や座学講座のほうが人気が高く、実際に体を動かして運動の効果を実感する方が少ないことも課題のひとつでした。

このような課題を解決するために、オアシスはマシンを使わないグループレッスンで若返りを目指す「ラクティブ」の運営で培ってきた指導力と、「おうち de ラクティブ」「WEBGYM」といったオンラインコンテンツを活かした2種類の健康教室を開くことになりました。本教室の対象者は、勝浦市より案内状が送られた特定健康診査の受診者です。

ひとりひとりのライフスタイルに寄り添うことで、高齢層だけでなく若年層にも気軽に運動を続けてもらいたいという想いのもと、オアシスは勝浦市民の健康増進をサポートいたします。

■ 教室参加コース（全8回）の内容

- ・ 順天堂大学×医師監修の運動方法で筋力アップ・体力アップを目指せる
- ・ マシンを使わずに、自然な動きで誰でも無理なくエクササイズ
- ・ 健康運動指導士&管理栄養士による生活習慣改善を促すオンライン講座
- ・ 成果が見える体の測定会で運動継続をサポート

■ オンライン参加コースの内容

<おうち de ラクティブ>



やさしいヨガ



太極拳



かんたんピラティス（体幹エクササイズ）



姿勢改善エクササイズ

- ・ 忙しい方も運動が苦手な方も気軽にご参加いただける、Zoom を活用したライブ配信プログラム
- ・ 好きな日時と内容のレッスンを選び、スマートフォンやタブレットなどから視聴可能
- ・ 45 分間のレッスンで、道具や特別な器具は不要
- ・ お体の測定会、健康運動指導士&管理栄養士による生活習慣改善を促すオンライン講座に参加できる

<WEBGYM>



- ・ 「いつでも、どこでも、ジムを持ち歩ける」がコンセプトのトレーニングアプリ
- ・ 1,500 種類以上のエクササイズ動画を、スマートフォンやタブレットなどから視聴可能
- ・ 15 秒から運動が可能で、隙間時間を活用して運動しやすい

■ オアシスが掲げる企業ミッション「Well-being First!」とは

Well-being First!

私たちオアシスは、一人ひとりの生き方が異なる現代人に寄り添い、その人らしいウェルビーイング、すなわち「毎日も人生も、健やかかつごきげんに、動き、生きること」をサポートします。

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、人々の行動が制限され、運動不足やそれに伴う健康二次被害*1 が拡大しています。当社はこのような社会変化を踏まえ、企業ミッションを「Well-being First!」としました。人の健康に寄り添う企業として、運動習慣のない人も含めた、誰もが身体的にも精神的にも健やかな毎日を過ごせる社会を目指すという想いが込められています。

既存のスポーツジム運営だけでなく、そのノウハウを活かして、新たな生活様式に沿ったオンラインフィットネス・ホームフィットネス事業の拡大や、BtoB/BtoG 事業の拡充を図り、「Well-being First!」な社会づくりに挑む、「ウェルビーイング総合カンパニー」に成長していきます。

*1 健康二次被害…外出を控え、運動不足になったり、人との関わりが減ったりすると、思わぬところで体や心の衰えが進んでしまうこと。

■ 会社概要

商号：株式会社東急スポーツオアシス

代表者：代表取締役社長 山岸 通庸

本社所在地：〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂 1-10-8 渋谷道玄坂東急ビル

<https://www.sportsoasis.co.jp/>

【 本件に関するお問合せ先 】

株式会社東急スポーツオアシス ブランドデザイン部

広報 担当：片岡（かたおか）・萩原（はぎわら）・若林（わかばやし）

TEL 050-3772-3818 E-mail press@sportsoasis.jp