

報道関係者各位

えがお

【CSR 活動報告】「RIZAP EGAOプロジェクト」第4弾 保育園「ディーカインターナショナルスクール」にて 食育および RIZAP 体操教室を開催

RIZAP グループ株式会社（本社・東京都新宿区、代表取締役社長 瀬戸 健）のグループ会社である RIZAP 株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：瀬戸 健、以下「RIZAP」）は、子どもたちの健やかな成長を促す取り組みとして「RIZAP EGAO(えがお)プロジェクト」を2018年6月に発足しました。そのイベント第4弾として、11月17日(土)に保育園「ディーカインターナショナルスクール」および「ディーカ保育園 新蒲田園」に通園している0～5歳児、約10名とその保護者を対象に、食育とRIZAP体操教室を開催したことをご報告いたします。



RIZAP KIDS トレーナーによる親子で楽しむ体操教室



管理栄養士による栄養バランスや効果的な食事法などの食育教室

■ RIZAP EGAO プロジェクトとは

RIZAP とグループ各社で取り組んでいる CSR 活動です。子どもたちやその保護者に運動や食事に関する教室を開催する活動をしております。RIZAP では昨年「1,000 万人健康宣言」を発表し、2020 年度までに 1,000 万人以上の方々に RIZAP メソッドを体験していただき、健康で輝く人生をサポートすることを目標に掲げています。その一環で次世代を担う子どもたちの無限の可能性を引き出し、健やかな成長を促していく取り組みとして本プロジェクトを位置づけております。今後もさまざまな保育園、幼稚園、小学校等にて子どもたちや保護者と触れ合う機会を作り、多くの方々の健康をサポートするための社会貢献活動を継続してまいります。

■ 子育てを取り巻く社会の課題と、運動の重要性

社会の変化に伴い、子どもたちを取り巻く環境は大きく変化し、遊ぶ場所や仲間、時間の減少、また犯罪や事故への懸念から、外で体を動かして遊ぶ機会が減少してまいりました。文部科学省が平成 24 年 3 月に発表した「幼児期運動指針」によると、幼児期に体を動かして遊ぶ機会が減少すると、その後の児童期、青年期への運動やスポーツに親しむ資質や能力の育成阻害、意欲や気力の減弱、コミュニケーション能力の発達にも重大な影響を及ぼす可能性があり、幼児期から積極的に体を動かすことの重要性を示しています。そこで、子どもの「できない」を「できる」に変える運動指導を通じて、“やり抜くチカラ”を養うキッズ専用パーソナルトレーニングジム「RIZAP KIDS」のトレーナーが親子で楽しめる体操を紹介しました。

◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAP PR 事務局 担当：西室、平山

TEL : 03-6744-9754 FAX : 03-5337-0636 Mail : press@rizapgroup.com

■ 健康な心と体を育むための食育教室や体操教室を実施

今年 6 月に RIZAP EGAO プロジェクトを発足して以来、今回で 4 回目となりました。これまで好評をいただいていた幼児期に効果的な栄養の摂り方を学ぶ食育教室や、親子で楽しめる体操教室を実施しました。

食育教室では、乳幼児期に必要な栄養の摂り方や、ストレスなく気軽に続けられる献立の考え方を RIZAP 管理栄養士の柳井美穂が伝授しました。その後、何でも好き嫌いなく食べることが丈夫な体をつくるというストーリーを、エプロンをキャンバスに小物を使って寸劇で表現するエプロンシアターや、栄養満点の時短オリジナル離乳食レシピの紹介と、それを使った軽食(ほうとう、カップケーキ)の提供を行いました。

そして、RIZAP 体操教室では、RIZAP KIDS のトレーナーによる運動指導を行いました。神経系の発達が著しく運動の基礎力が作られる 3 歳～9 歳のプレ・ゴールデンエイジ期に効果的な、5 つの能力(反応・リズム・バランス・操作・認知)を向上させる運動を実施しました。ボールを投げたり、転がしたりして遊び感覚を取り入れた運動を行うことで、社会性や協調性を養ったり、上手にできると褒めてもらえることで自己肯定感の向上にもつながります。

質疑応答時には、「運動能力を向上させるために、食事ではどういうことに気を付ければよいか?」や「野菜嫌いを克服させるにはどうすれば良いか?」など、子育て中の親世代に共通する食育の課題について活発な意見が交わされ、知識を深める場となりました。参加した保護者からは、「栄養の摂り方が分かってよかった。無理せずに続けていきたい」「子どもと一緒に体を動かすことができて良かった。家でもやってみたい」というコメントが寄せられ、大変好評でした。

■ 当日の様子



管理栄養士の話に聞き入る参加者



食事の大切さを伝えるエプロンシアター



エプロンシアターを楽しそうに見ている参加者



親子でボールを使ったトレーニング



子どもたちが美味しそうに食べてくれました



当日ご参加の皆さま

◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAP PR 事務局 担当：西室、平山

TEL : 03-6744-9754 FAX : 03-5337-0636 Mail : press@rizapgroup.com

■ RIZAP KIDS https://www.rizap.jp/kids_lp04/

「RIZAP KIDS」は、RIZAP イノベーションズが運営しているキッズ専用パーソナルトレーニングジムです。子どもの運動能力を向上させることはもちろんのこと、人生の中で基盤となる「やり抜くチカラ」の習得にコミットします。「解剖学」「生理学」「運動力学」「心理学」を学び、科学的根拠に基づいた指導のできるプロのトレーナーが、一人ひとりに合わせたオリジナルプログラムをご提案します。また「修行」と称した日々の練習動画のやり取りを通じて、自宅練習のサポートや管理栄養士による食事アドバイス、本番で力を発揮するための試験制度などもご用意しております。子どもの「できない」を「できる」に変える運動指導を通じて、思考力、行動力、継続力など、自分の夢を実現する「やり抜くチカラ」を身につけさせるサービスです。

現在、1店舗を運営。(2018年11月現在)



RIZAP KIDS 田園調布店

所在地：東京都世田谷区玉川田園調布 2-7-18 セトル田園調布 1F

フリーコール：0120-297-427

※産後のママがお子様と一緒に通いいただけるパーソナルトレーニングジム「RIZAP MAMA」を併設しています。

会社案内



RIZAP 株式会社

<https://www.rizap.jp/>

「結果にコミットする。」をコンセプトに、パーソナルトレーニングジム「RIZAP(ライザップ)」を運営しています。2012年2月の1号店オープン以来、店舗拡大とともに急成長を続けるRIZAPは、一般のスポーツジムとは異なり、ゲストの夢、理想、真のニーズと本気で向き合う資質を持ったトレーナーを厳選しています。「人生最高の体と自信、そして期待を上回る感動を提供する」ため、パーソナルトレーナーの品質にこだわり、ゲストの理想の体型の実現に全力でコミットします。

「RIZAP」の名称は、「RISE」と「UP」からできています。また、黒色背景と金色のロゴには、“どん底で暗闇の状態からでも、その人が望む限り、高く飛躍でき、必ず光り輝く未来は訪れる”をいう想いを込めています。

現在、132店舗(国内125、海外7)を運営。(2018年11月現在)

累計会員数は12万人を超えています。(2018年9月末現在)

所在地：〒169-0074 東京都新宿区北新宿 2-21-1 新宿フロントタワー31F

設立日：2010年5月7日

資本金：8億8500万円(2018年9月30日現在)

代表者：代表取締役社長 瀬戸 健

事業内容：健康に関する研究、ボディメイク事業等

フリーコール：0120-700-900 (通話料無料・24時間受付・年中無休)

◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAP PR 事務局 担当：西室、平山

TEL：03-6744-9754 FAX：03-5337-0636 Mail：press@rizapgroup.com