



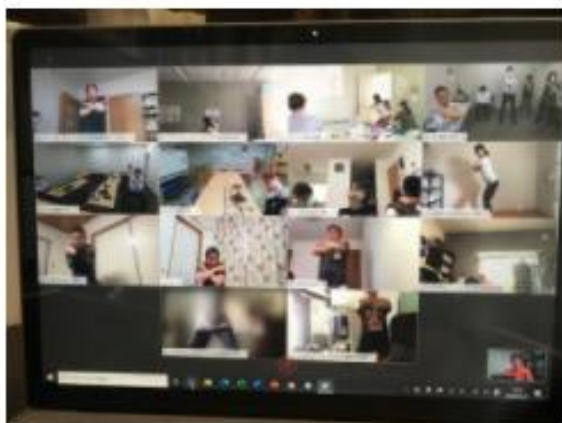
PRESS RELEASE

2021年5月12日
RIZAPグループ株式会社

報道関係者各位

**法人向け参加型セミナー「RIZAP ウェルネスプログラム」に新登場
デスクワーク・肩こり・筋力低下など社員それぞれの悩みに特化したセミナーで
プレゼンティズムを解消し、企業の生産性向上へ**

RIZAPグループ株式会社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、法人向けの参加型セミナー「RIZAP ウェルネスプログラム」において、新ラインナップとして「テレワーク・デスクワーク編」「筋力低下予防編」「肩こり腰痛予防編」を、2021年5月より開始したことをお知らせいたします。



※セミナー受講イメージ

【サービス開始の背景】

昨今、新型コロナウイルス感染予防対策のためのテレワーク（デスクワーク）や、外出自粛により体の不調や運動不足を訴える方が増えています。同じ体勢を続けることで起こりやすくなる肩こり・腰痛においては日本人の70%以上が有訴者※1であり、また、これらの体の不調は、仕事の生産性が大幅に下がることがさまざまな研究で明らかとなっています。更には、運動不足により筋力低下や、転倒リスクなども問題視されています。

RIZAPでは、これまで法人向けの参加型セミナー「RIZAP ウェルネスプログラム」において1,450社、16.6万人以上※2の健康をサポートしてまいりました。その中で、コロナ禍での運動不足の解消や、肩こり腰痛の予防や緩和、また転倒リスクのある仕事に従事される方に向けた筋力低下予防などのラインナップ拡充のニーズを受け、新たに3つのプログラムを開始しました。

※1 厚生労働省「2019年 国民生活基礎調査」

※2 2020年12月末時点

◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAPグループ株式会社 広報部 真鍋・神谷

Mail : press@rizapgroup.com

【「RIZAP ウェルネスプログラム」の新しいラインナップ】

■テレワーク・デスクワーク編

特徴：長時間のデスクワークが引き起こす身体リスクを、小スペースでできる筋力トレーニングで解決するセミナー

企業様の悩み：「社員のプレゼンティズムを予防したい」「テレワーク導入で社員の運動不足が課題」

講義内容：正しい姿勢とは／悩みの原因を知ろう／2つの要因と症状／座り方を振り返ろう／体を動かそう／要因別トレーニング

■肩こり腰痛予防編

特徴：肩こり腰痛のリスクや原因を知り、肩こり腰痛予防に特化した筋力トレーニングを学び、体感できるセミナー

企業様の悩み：「社員のプレゼンティズムを予防したい」「社員の運動不足を解消したい」「誰もが関係する内容で幅広く参加者を集めたい」

講義内容：からだチェック／生活習慣の振り返り／肩こり腰痛ゼロメソッド／知識編／実践編（肩こり腰痛を予防する運動）

■筋力低下予防編

特徴：ロコモティブシンドロームや転倒の原因となる「筋力低下」を予防することに特化したトレーニングセミナー

企業様の悩み：「筋力低下による労災を予防したい」「社員の転倒やロコモティブシンドローム予防が課題」

講義内容：からだチェック／生活習慣の振り返り／筋力低下によるロコモティブシンドローム・転倒のリスクについて／

筋力低下を予防するには／知識編／実践編（筋力低下予防のための運動）

※ロコモティブシンドロームとは：筋肉・関節・骨など運動器の衰えや障害により移動機能が低下した状態を指します。

※プレゼンティズムとは：出勤しているが、心身の健康上の問題で、労働の遂行能力が低下することを指します。近年、健康経営において、問題視されている課題です。

【「RIZAP ウェルネスプログラム」とは】

<https://www.rizap.jp/lp/corp/healthseminar/>

RIZAP ウェルネスプログラムは、RIZAP が企業の健康経営を支援するために展開している法人向け参加型健康セミナーです。RIZAP トレーナーが、「運動・食事・サポート」この3項目を柱とするRIZAP メソッドに基づいた座学とトレーニングを展開しています。従業員の健康増進や社内コミュニケーションを促すことで、組織力の向上、ひいては企業価値向上を目指しています。

これらの取り組みが健康を通じた社会づくりに資することから、2021年2月には内閣府が運営する「地方創生SDGs官民連携プラットフォーム」へ参画しています。また、同年3月には経済産業省で定める「健康経営優良法人2021」へ認定され、健康増進を普及する企業として今後も積極的に健康経営を推進してまいります。

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAPグループ株式会社 広報部 真鍋・神谷

Mail : press@rizapgroup.com

会社概要



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。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人材を厳選。「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を全力でサポートするプロ集団です。現在、国内123店舗を運営^{※1}。新規獲得会員数は累計16万人^{※2}を超えています。 ※1：2020年12月時点 ※2：2020年12月時点

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：1,000万円(2020年8月21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

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAPグループ株式会社 広報部 真鍋・神谷

Mail : press@rizapgroup.com