



お知らせ

報道関係者各位

2021年7月15日
RIZAPグループ株式会社

従業員のストレス対応力向上し プレゼンティズム^{※1}解消 RIZAP ウェルネスプログラム「メンタルヘルス編」開始

RIZAP グループ株式会社の子会社である 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、法人向けサービス「ウェルネスプログラム」において、参加型健康セミナー「メンタルヘルス編」を新たに開始したことをお知らせします。

従業員のストレス対応力や、セルフコントロール力を向上させることで、プレゼンティズムを解消し、企業の生産性向上を目指してまいります。

※1：出勤してはいるものの、心身の健康面における問題によって、十分なパフォーマンスを発揮できない状態のこと。



■ウェルネスプログラム「メンタルヘルス編」開始の背景

新型コロナウイルスにより、新しい働き方が広まり、変化を遂げている今、従業員の一人ひとりの「仕事」の捉え方、距離感、価値観などさまざまなものが変わりつつあります。大きな社会不安の中にある今こそ、従業員個々のメンタルコントロールの力を身につけ、心身共に健康を保つための施策が重要です。

RIZAPの法人向けサービス「ウェルネスプログラム」は、2020年の新型コロナウイルスによる働き方の大きな変化により、全サービスをオンラインにて対応してまいりました。そしてテレワークが普及浸透した昨今、従業員のメンタルケアに関する企業からの強いニーズを受け、「メンタルヘルス編」の開発に至りました。

RIZAPのセミナー「メンタルヘルス編」は、自分の心と身体を知り、自己肯定感の向上や、ストレスに対応できる力を身につけるためのセルフコントロールを実践形式で学べるセミナーです。座学だけでなく運動パートもある点が、他のメンタルセミナーとの明確な違いです。運動不足解消にも効果的であることはもちろん、リフレッシュや、ポジティブな思考など運動による効果が得られます。

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：真鍋・宮崎

Mail : press@rizapgroup.com

■セミナー概要

「明日から実践できる」自分へ導く講義と、達成感に繋がる運動実践プログラムが組み合わさった実践形式のセミナー。

- ・自己を正しく把握し、強みに変換してストレスに対応できるセルフコントロール
- ・ありのままの自分を受け入れ、自分の可能性を信じることに繋げる、思考トレーニング
- ・なりたい自分になるための RIZAP 式目標設定
- ・リフレッシュし、ポジティブな思考になるための運動パート

■こんな企業様におすすめ

- ・自らを正しく振り返り、自己肯定感を持ち、最大限のパフォーマンスを発揮できる社員を増やしたい
- ・働き方の変化による社員のメンタル面の課題を解消したい

【資料請求・お問合せはこちら】

▼メンタルヘルス編およびウェルネスプログラムのお問合せはこちら

https://pages.rizap.jp/PR-2107_LP.html

▼メンタルヘルス編無料体験会（2021年7月20日開催）のお申込みはこちら

https://pages.rizap.jp/OL-2107-7_LP_PR.html

■RIZAP ウェルネスプログラムとは

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。



コロナ禍での働き方の変化に伴い、従来の対面スタイルに加え、非対面スタイルにも対応しています。またテレワークに特化したセミナーや 5min トレーニング、RIZAP コラムなど、さまざまなサービスを拡充しております。2021 年 6 月時点で導入企業 1,580 社、体験者 18 万 8 千人を超えています。



« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：真鍋・宮崎

Mail : press@rizapgroup.com

RIZAP のこうした取り組みが、健康的な社会づくりに資することが認められ、2021 年 2 月から内閣府が運営する「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」へ認定されました。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。

さらに、2020 年 5 月 22 日よりライブ配信に対応し、リアルタイムで参加者同士や講師とのコミュニケーションが取れる「参加型セミナーコース LIVE」のサービスを新たに開始いたしました。

▼RIZAP ウェルネスプログラムページ

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

▼RIZAP ウェルネスプログラムでは定期的に無料ウェビナー・体験会を提供しています。

<https://pages.rizap.jp/webinar-top.html>

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：真鍋・宮崎

Mail : press@rizapgroup.com

■会社概要
RIZAP 株式会社



<http://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”という想いを込めています。

現在、国内 123 店舗を運営。(2021年6月現在)

累計会員数は 16 万人を超えています。(2021年6月現在)

ライザップでは、緊急事態宣言中においては、全トレーナーの PCR 検査を毎週実施、完全個室での「密」回避等の感染症対策を行った上で、みなさまが新しい自分にコミットできるサービスを提供してまいりました。オンラインで行えるプログラムもあり、コロナ禍でも安心してご利用いただけます。自粛太りや運動不足を解消し、身も心も気持ちよくリフレッシュしていただけます。

また、ライザップグループの全ての店舗スタッフ・従業員およびお客様などを対象に、医療機関の協力のもと、大規模な新型コロナウイルスのワクチン「職域接種」を開始しております。

この職域接種は、RIZAPブランドの全てのトレーナー・カウンセラーをはじめ、当社グループ会社の店舗スタッフへの接種を優先して実施し、その後、準備が整い次第、希望するお客様、その他の従業員およびその家族、お取引先様などを対象に広げて実施する予定です。

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：1000万円(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 担当：真鍋・宮崎

Mail : press@rizapgroup.com