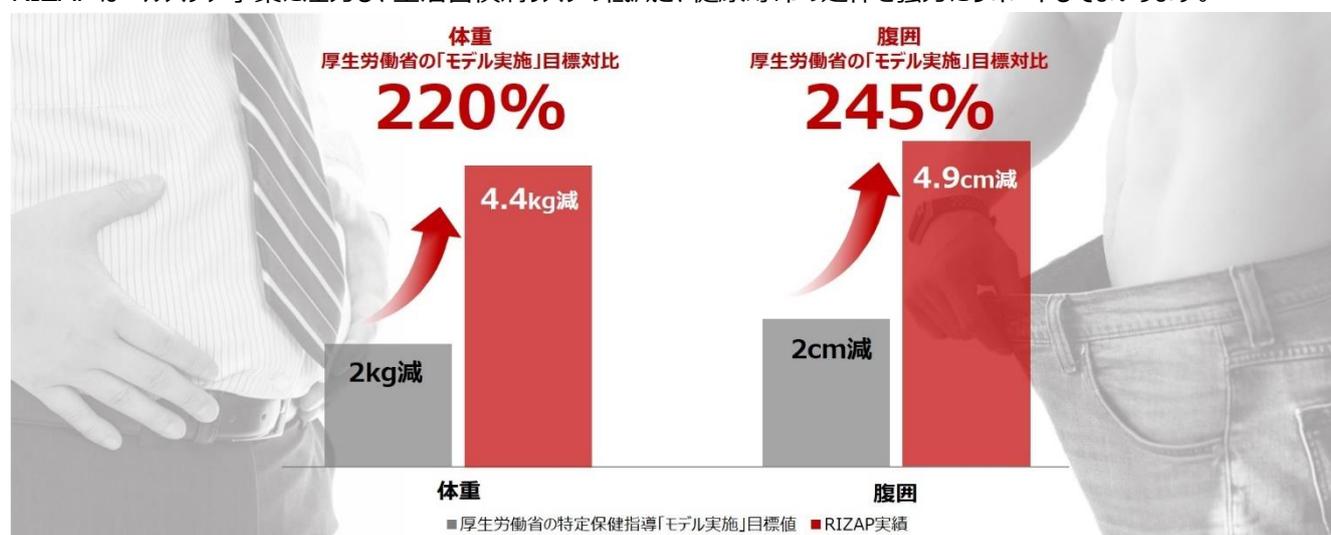




報道関係者各位

RIZAP の特定保健指導、厚生労働省の目標値を 220%達成 ～生活習慣病リスク低減、健康寿命延伸に寄与～

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、特定保健指導において、修了率 99.1%^{※1}、開始時より体重減少者割合 95.7%^{※2}、体重平均 4.4kg 減^{※2}、腹囲平均 4.9cm 減^{※2}という好結果が得られたことをお知らせいたします。厚生労働省の特定保健指導「モデル実施」^{※3}では、体重 2kg 減、腹囲 2cm 減が目標とされており、RIZAP はこの目標値を大幅に上回っています。今後も RIZAP はヘルスケア事業に注力し、生活習慣病リスクの低減と、健康寿命の延伸を強力にサポートしてまいります。



※1 2021年4月～12月 自己都合による離脱者4人（健康上の理由および退職による離脱者数を含まず）

※2 2021年4月～12月 RIZAP生活習慣改善プログラム修了者 N=460（積極的支援と動機付け支援の修了者数合計）

※3 出典 厚生労働省 令和2年3月23日第37回 保険者による健診・保健指導等に関する検討会資料 1-2 特定保健指導の「モデル実施」に係る対応について

■ RIZAP の特定保健指導

特定保健指導は、保健師や管理栄養士等による生活習慣を見直す支援です。生活習慣病予防健診(特定健診)の受診結果に基づき、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善によって予防効果が期待できると判断された方々を対象に実施しています。厚生労働省より、2008年から保険者には特定健診・特定保健指導の実施が義務付けられています。目標として、特定保健指導実施率 45%以上^{※4}、特定保健指導の対象者・予備群の減少率 25%^{※4}と掲げられていますが、実績としては目標から大きく乖離しています。

そこで各社の健康管理担当者や保険者から、「対象者が減らない」「マンネリ化している」「改善効果が見えない」などの課題を受け、2021年4月から RIZAP 法人事業部では、結果を追求した特定保健指導サービス提供を開始しました。開始後、多くの保険者から引き合いを受け、8ヶ月で受講者 1,100 人を突破し急成長を遂げています。また修了率 99.1%^{※1}、体重減少者率 95.7%^{※2}、体重平均 4.4kg 減^{※2}、腹囲平均 4.9cm 減^{※2}という結果が得られています。

RIZAP の特定保健指導は、「食事、運動、メンタルサポート」を軸とする RIZAP メソッドを熟知した保健師・管理栄養士等のトレーナーが一丸となって対象者の生活習慣の改善をサポートし、結果を追求するプログラムです。ウィズコロナ時代に即して、ICT(情報通信技術)を活用した非対面形式にて、「積極的支援」および「動機付け支援」を提供しています。

※4 出典 平成 29 年 厚生労働省保険局医療介護連携政策課 「第 3 期特定健康診査等実施計画期間における特定健診・特定保健指導の運用の見直しについて」

◀ 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 の特定保健指導の実績

RIZAP の特定保健指導は、ボディメイクで培った 17 万人^{※5} の実績で築き上げた RIZAP メソッドを、ウェルネスプログラム 20 万人^{※5} の実績をもとに、特定保健指導用にアレンジした結果を追求したプログラム設計となっています。

特定保健指導については、体重 2kg 減、腹囲 2cm 減が厚生労働省のモデル実施の減量目標^{※3}とされています。RIZAP の場合、2021 年 4～12 月にプログラムを修了した 460 人のうち 440 人（95.7%）が、開始時よりも修了時に体重が減少しており、平均 4.4kg 減^{※2}（5.5%減^{※2}）です。腹囲については 460 人中 412 人（89.6%）が減少しており、平均 4.9cm^{※2}（5.2%減^{※2}）という好結果を得ることができました。

また数値変化を出しにくいと言われている動機付け支援においても、RIZAP では明確な数値変化が出せている点が、他社にはない強みの一つです。タッチポイントが少ない状況下においても、RIZAP トレーナーによる受講者の生活習慣に合わせた的確なアドバイスと、プログラムのスキームが奏功しています。



※5 2021 年 12 月末現在

■ 特定保健指導で結果に導く 4 つのポイント

1. 対象者一人ひとりに合ったプログラム

食事、運動、メンタルサポート、この 3 つを軸とした RIZAP メソッドに基づいて、一人ひとりに合った支援を行っています

2. RIZAP オリジナルアプリで食事やお体を管理

オリジナルアプリ「RIZAP Touch2.0」で食事、体重、体脂肪、睡眠等、日々の記録から介入し、コミュニケーションを取ります

3. 手厚いサポートで離脱させない

面談でモチベーションを上げ、アプリ支援、運動や食事の情報提供により、挫折させないスキームを確立しました

4. チーム RIZAP で寄り添う

保健師、管理栄養士等トレーナー、事務局、担当営業等によるチームで徹底的に寄り添います

■ 「積極的支援」と「動機付け支援」のサービス概要

	一人ひとりに寄り添うオンライン個別支援	
	積極的支援	動機付け支援
初回面談	1回 50分 1対1のWeb面談	1回 50分 1対1のWeb面談
中間面談	2回 30分×2回 1対1のWeb面談	—
アプリ支援	4回 4回	2回 2回
情報提供	7回 7回	6回 6回
合計取得ポイント	400pt	—

◀ 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 法人事業部の取り組み

RIZAP 法人事業部では、法人向けにヘルスケアサービスを提供し、組織力の向上、ひいては企業価値向上を目指しています。2021 年 12 月末時点で導入企業 1,665 社、体験者数は 20 万人を超えています。

サービスの柱となる「RIZAP ウェルネスプログラム」では、健康セミナーをはじめ、短時間の運動で習慣化を実現する「5min トレーニング」、3 ヶ月で目標達成に導く「結果にコミット[®]コース」、「RIZAP コラム」「E-Learning」など、多岐にわたるサービスを展開しています。2021 年より「特定保健指導プログラム」も本格稼働しています。また、コロナ禍で働き方の変化に伴い、対面だけでなく、非対面(オンライン)形式についても全サービスにて完備しています。

RIZAP のこうした取り組みが、健康的な社会づくりに資するものとして認められ、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。

- ・RIZAP ウェルネスプログラムページ <https://business.rizap.jp/>
- ・RIZAP 法人事業部 contact-rizaphoujin@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 末現在)

累計会員数は 17 万人を超えています。(2021 年 12 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 : 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