



《各位》

2017年3月1日

RIZAP 株式会社と静岡県牧之原市による  
高齢者を対象とした健康増進プログラム開始のお知らせ

当社子会社である RIZAP 株式会社（以下、RIZAP）は、高齢者を対象とした健康寿命延伸のための健康増進プログラムを開発し、お茶の産地として有名な静岡県牧之原市において、実施することを決定いたしましたのでお知らせいたします。

本プロジェクトは「結果にコミット」する RIZAP の理念に基づき、参加者の健康数値改善を成果目標といたします。今回使用する結果指標として、プログラム参加者の参加前後の身体状況や健康状態などを総合的に数値化してプログラムの効果検証を行います。

今後、RIZAP ではこのようなプロジェクトを積極的に推進していくにあたり、RIZAP だけではなく自治体および医療機関と連携してこの結果数値を解析し、新しい健康寿命延伸の指標作りを推進して参ります。

同時に、結果指標に基づいた成果等に応じて受取る委託費用を変動させる「結果重視型」の委託事業モデルの構築を目指して参ります。

このモデル構築に関しては、RIZAP として地域の健康増進プログラムにおいても、ただ単にサービスを提供するという事に留まらず、多くの方々の結果に必ずコミットしていく決意をもって、地域の健康増進に貢献するべく本気で取り組んで参ります。

また併せて、全国民の健康意識を高め、この取り組みを継続可能なモデルにするために、個々に寄り添い、最後までやり切り、達成することをフルサポートすることで圧倒的、健康寿命の延伸に貢献して参ります。

## 1. 背景と目的

昨今、増加し続ける国民医療費は 40 兆円を超えて、2020 年には 50 兆円に迫るといわれております。

その対策として行っている生活習慣病対策や健康寿命の延伸へ向けた様々な取り組みに関しては、集客や継続的な介入への難しさが最重要課題の一つなっています。

このような社会的背景を受け、静岡県牧之原市が RIZAP メソッドの生活習慣改善効果の高さに注目し、RIZAP メソッドを取り入れた健康増進プログラムを実施することとなりました。本プロジェクトを通じ、市民の健康意識を向上させるとともに、牧之原市市民の健康増進に貢献して参ります。

本プロジェクトで使用するプログラムに関しては RIZAP が 7 万人のパーソナルトレーニングの成功事例で得たデータの分析を行い、その結果、成功する為の行動と結果の

《 本件に関するお問い合わせ 》

RIZAP 株式会社 担当：松崎・渡辺

TEL : 03-6744-9689 FAX : 03-5337-0636 Mail : [press@rizapgroup.com](mailto:press@rizapgroup.com)

因果関係を解明、それを基に構築したプログラムを高齢者や低体力者の方でも効果が出るメソッドとして導入いたします。本メソッドを通じて参加者の行動変容を促し、3ヵ月後には身体的な変化だけではなく、健康に関する心理的な変化や体力年齢も数値化し、プログラムの効果に対して徹底した効果検証を行います。

今後、多くの市民が参加したいと思える環境づくりや継続性を高める施策を自治体と共同で進めるとともに、最終的には元気な高齢者（元気サポーター）が地域住民に対して同様の健康増進プログラムを実施できるような仕組みをつくり、住民同士で健康の環を広げる取組みを実現して参ります。

最後に本プロジェクトの目的として、この取組みを皮切りに、牧之原市同様多くの自治体が抱える問題に RIZAP メソッドを通じて解決していく事業を推進し、高齢者を元気にすることで地域活性化に貢献いたします。今後、RIZAP は、自治体とタッグを組み元気サポーターの育成などを通じ、日本初の試みとして、高齢化が急速に進む中で、得られた成果等に応じて受託費用の見直しが可能な、自治体にとっても持続可能なモデルを構築して参ります。なお、本取組みに対しては、既に複数の自治体と検討段階に入っておりますことを合わせてご報告いたします。

## 2. 内容

### <実施内容>

- ・実施期間 3 ヶ月間
- ・週 1 回、90 分の健康講座の実施
- ・定期的な進捗管理（運動と食事の報告、フィードバック）と牧之原市の運動施設を利用したシニア向けトレーニング

### <評価項目>

- ・プログラム参加前後のデータを比較して評価
  - 体内の変化： 血液データの分析
  - メンタルの変化： ハピネス・ライフ・チェックシートによる幸福度変化
  - 身体能力の変化： RIZAP 体力年齢推定式による体力年齢の算出
    - － 体力測定
    - － 体組成計測定

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP 株式会社 担当：松崎・渡辺

TEL : 03-6744-9689 FAX : 03-5337-0636 Mail : [press@rizapgroup.com](mailto:press@rizapgroup.com)

## 牧之原市

<http://www.city.makinohara.shizuoka.jp/>

位置：静岡県の中中部地区の南に位置し、牧之原大茶園を背に、東に駿河湾を望む緑豊かな市。

概要：平成 17 年 10 月 11 日に旧相良町と旧榛原町が合併し、「牧之原市」が誕生。

人口：47,754 人

名産：静岡牧之原茶（深蒸し煎茶）

### 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。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101店舗、海外5店舗を運営。新規獲得会員数は累計7万人を超えています。(2017年2月9日時点)

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP 株式会社 担当：松崎・渡辺

TEL : 03-6744-9689 FAX : 03-5337-0636 Mail : [press@rizapgroup.com](mailto:press@rizapgroup.com)