



平成 29 年 8 月 7 日

各 位

本 社 所 在 地 東京都新宿区北新宿二丁目 21 番 1 号
会 社 名 RIZAP グループ 株 式 会 社
代 表 者 代表取締役社長 瀬戸 健
コード番号 2928 札幌証券取引所アンビシャス
問 合 せ 先 取 締 役 香西 哲雄
電 話 番 号 03-5337-1337
U R L <https://www.rizapgroup.com/>

「RIZAP 事業 新事業方針の策定に関するお知らせ」に関する 補足資料のお知らせ

当社は、本日、「RIZAP事業 新事業方針の策定に関するお知らせ」に関する適時開示を行いました。本件に関する補足資料につきまして、別紙の通りお知らせ致します。

以 上

RIZAP事業 新事業方針説明会



2017年8月7日
RIZAP株式会社
代表取締役社長 瀬戸 健

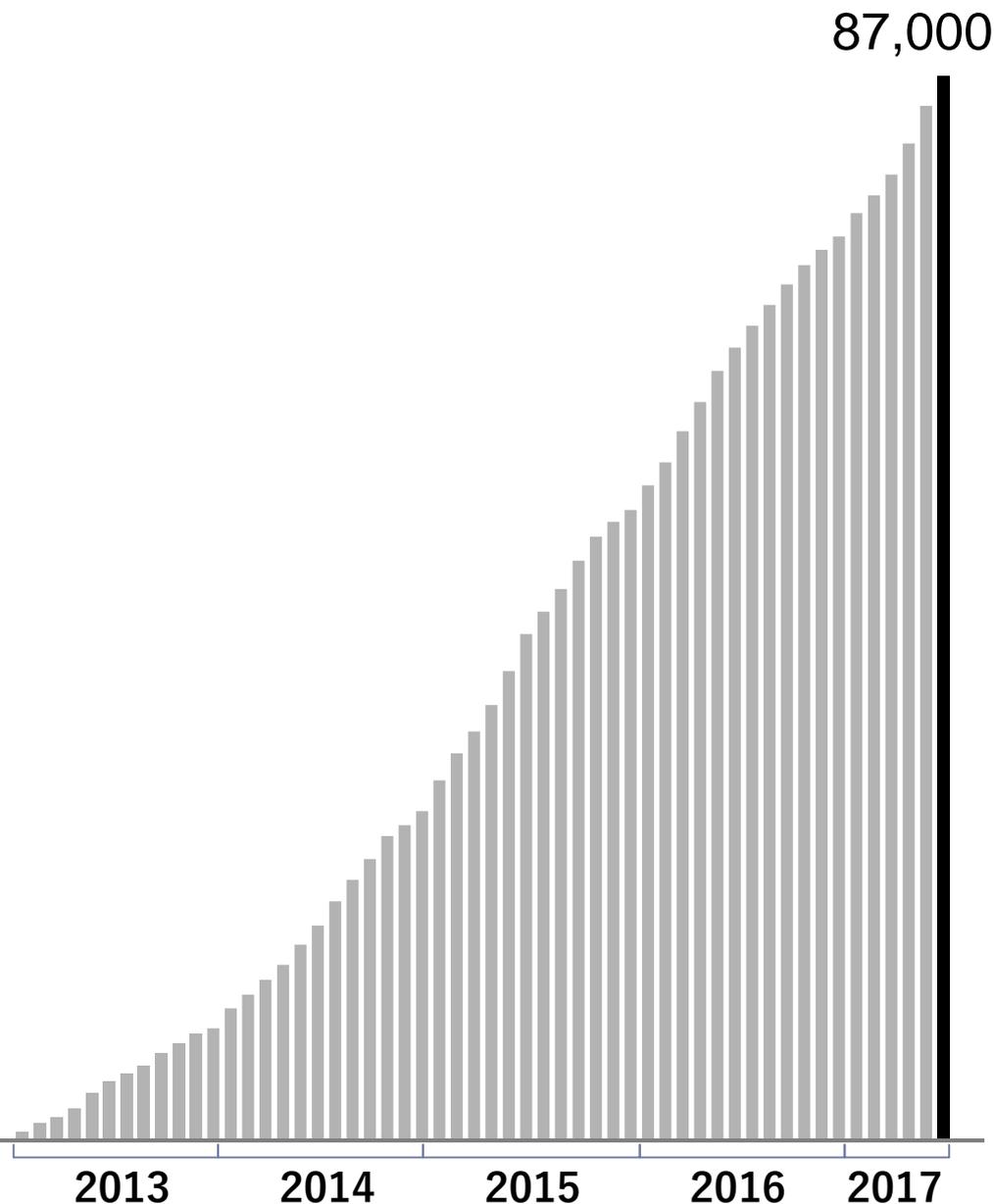


2012年2月

パーソナルトレーニングジム RIZAP誕生

A man and a woman are shown in a gym setting, both wearing RIZAP-branded dark blue shirts. They are looking upwards and to the right, with their arms raised, suggesting they are participating in a fitness routine. The man is on the left, and the woman is on the right. The background is dark, with some metallic structures visible.

1：1で寄り添うことで
「結果にコミット」



6年間で
8.7万人に



(単位：人)

8.7万人の 多種多様なデータを蓄積

体重/
体組成

毎日の
食事

運動の
履歴

血液
データ
etc..



2016年11月30日(水)

トレーナーコメント

こんにちは。
お食事の御報告ありがとうございます。拝見させて頂きました。

お食事内容は素晴らしいので引き続き頑張ってください。

朝食はオイルを使用して脂質を摂取できると良いですね。
毎食良質な脂質を摂取してカロリーをあげて頂きたいのでオイルやアボカドやお魚を組み合わせると良いですね。

昼食は鯖からタンパク質と脂質を摂取できているので引き続き継続して参りましょう。

夕食の焼肉は脂質が高いためカルビ、タン、ハラミなどは控えてヒレ、ランプ、モモなどの赤身のお肉を召し上がられると良いですね。
動物性脂質は体脂肪蓄積に繋がるので気をつけて参りましょう。
サラダはしっかり合わせて参りましょう。

本日は間食を摂取できているので素晴らしいですね。

【水溶性食物繊維の主な働き】

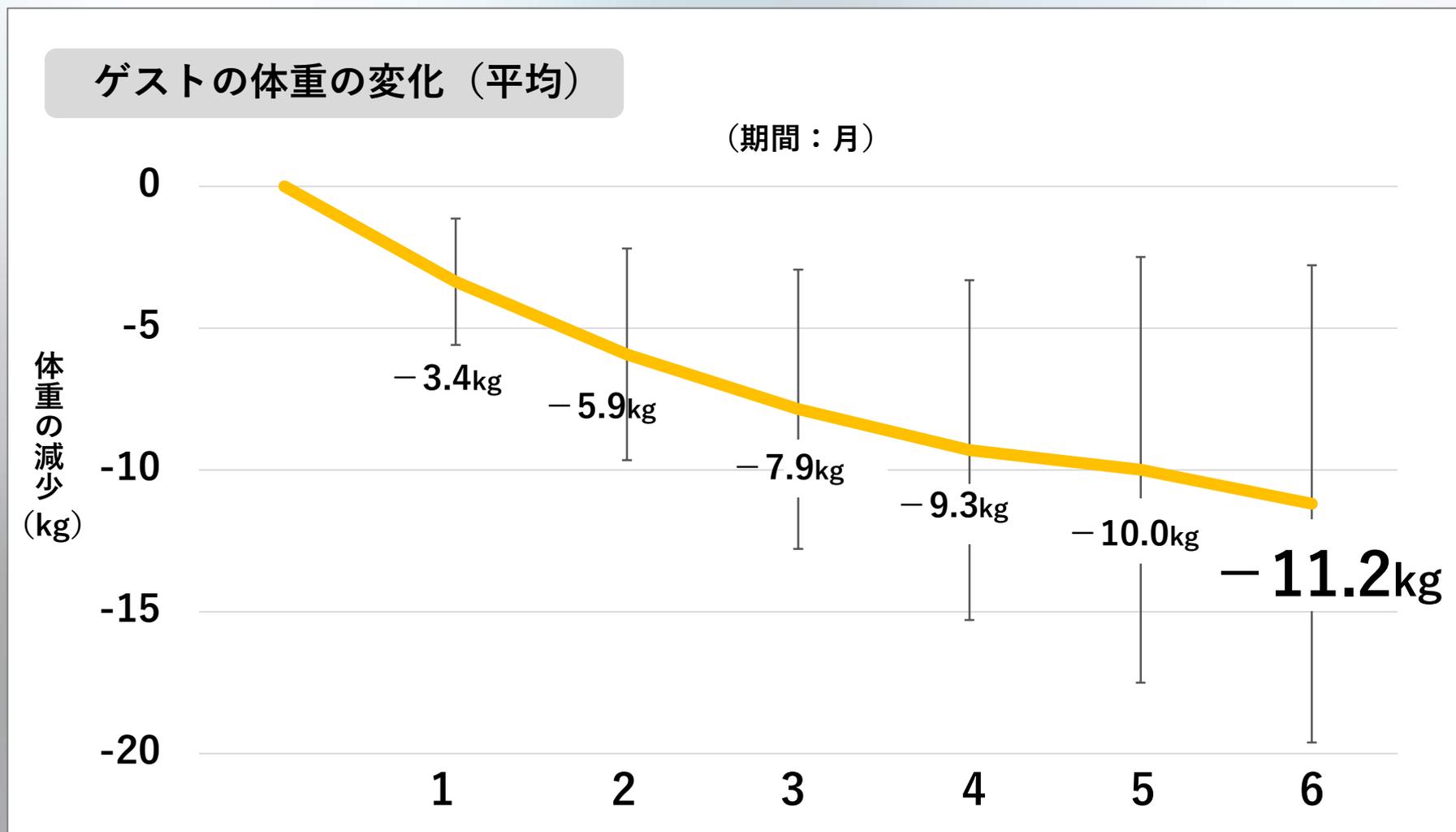
- 腸内の環境を整える
- 脂肪分の吸収を防ぎ、コレステロールや中性脂肪の値を下げる
- 急激に血糖値が上がるのを防ぐ
- 血圧が上がるのを防ぐ

などの効能があります。

多く含む食品
→ 海藻類、オクラ、きのこ類、アボカド、こんにゃく、納豆、ブルーベリー、切干し大根などを組み合わせて召し上がられると良いですね。

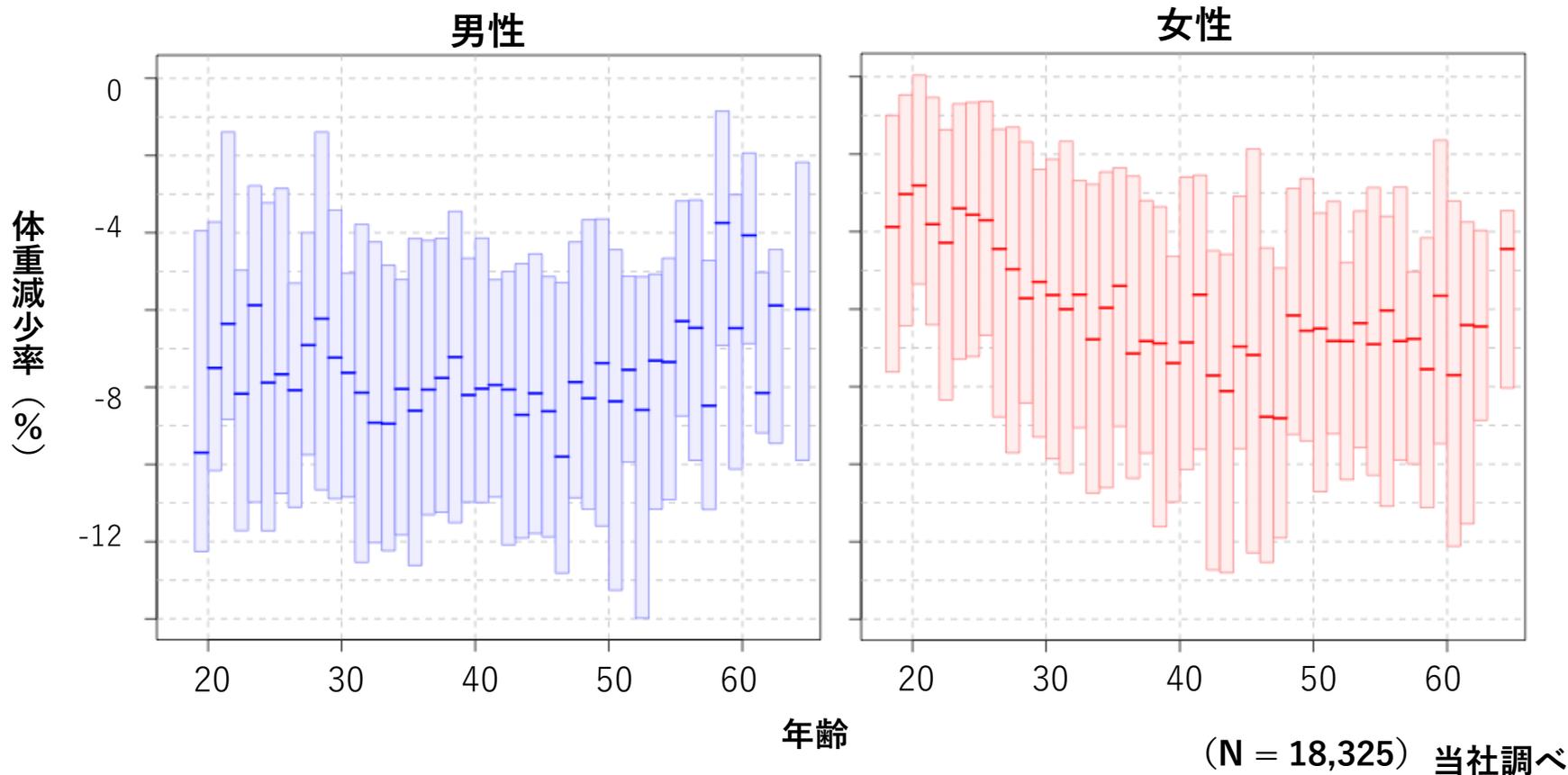
次回4日10時のトレーニングよりよろしくお願い致します。

ゲストの体重が大幅に減少



年齢/性別に関わらず体重が減少

ゲストの年齢と体重減少率の関係

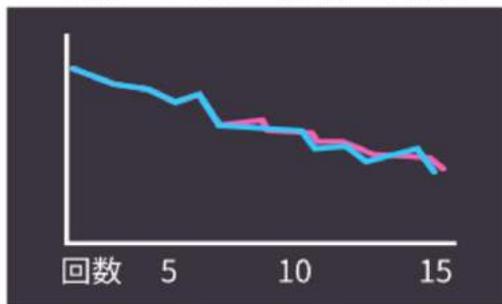


減量シミュレーションの精度 95%[※]

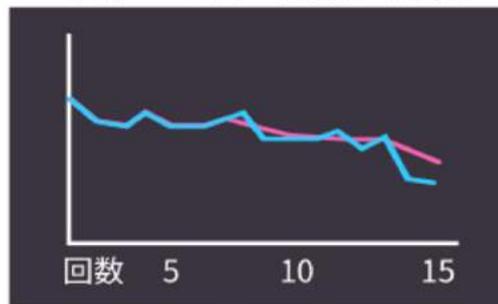
体重予測を行ったものと実測値

(N = 1,547)

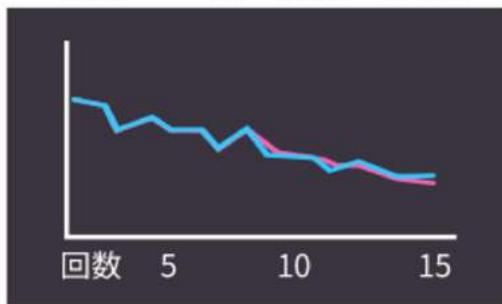
年齢：30代 性別：男性



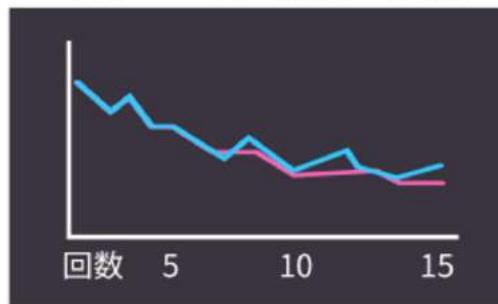
年齢：40代 性別：男性



年齢：30代 性別：女性



年齢：40代 性別：女性



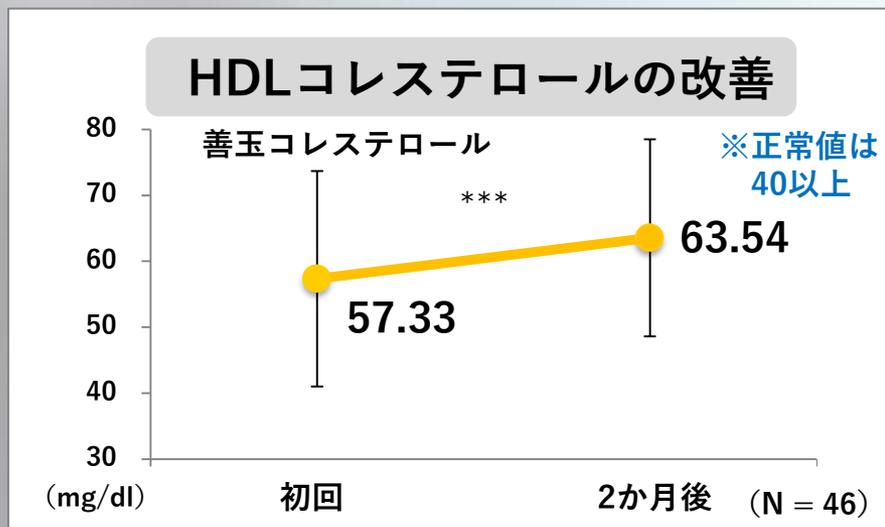
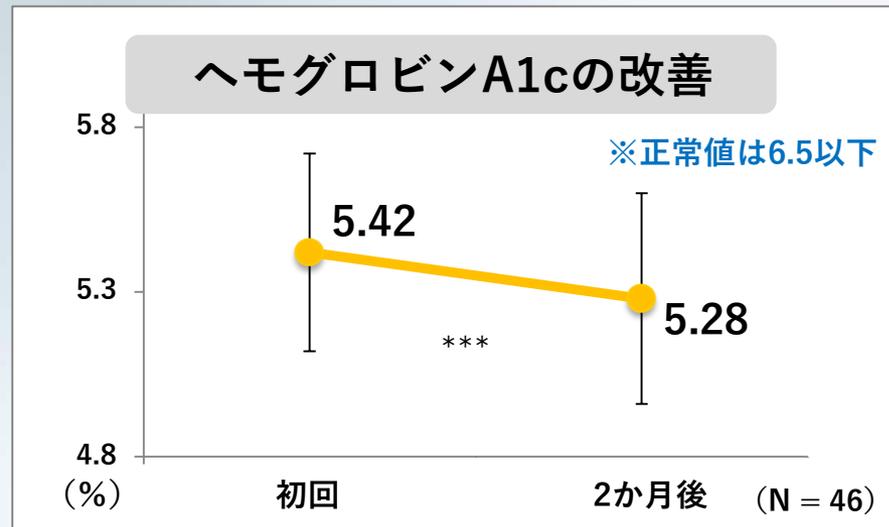
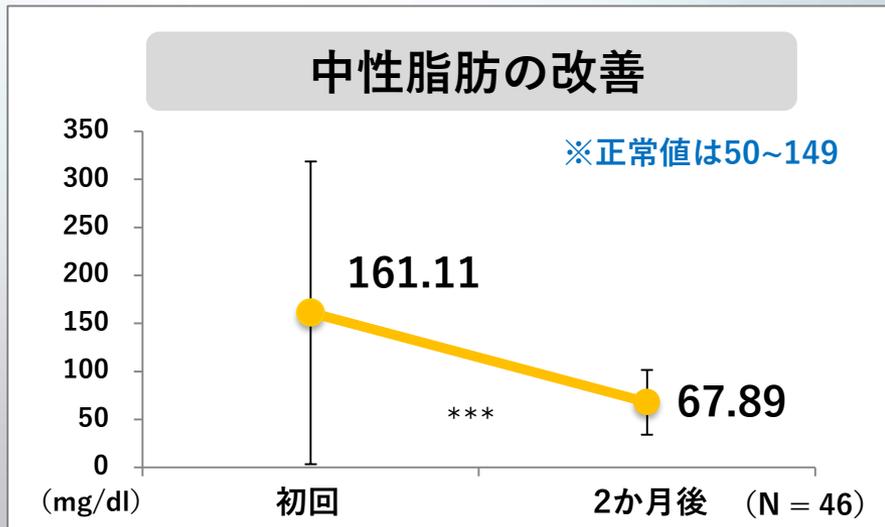
実際値：

予測値：

※現在の減量シミュレーションはトレーニング開始時には45%だが、数回のトレーニングデータを入れることで95%以上の確率で体重変動を予測することができる

※RIZAPにて2014年にプログラムを受けた2,400名を対象に、欠損値を除く16回以上利用したもので体重減少が20kg以上、体重増加が10kg以上、直前から±5kg以上の変化があった異常値を除く1,547名に機械学習アルゴリズム解析を行い、信頼性係数を算出した結果（実績値2015年5月、株式会社campus for H調べ）

2か月間で血液データが改善



「脂質関連項目、糖代謝関連項目、体重、BMIが有意に改善した」



(筑波大学 渡部 厚一教授)

最小の努力で最大の効果が得られる 「RIZAPメソッド」が確立

短期間で
結果を出す
トレーニング



しっかり
食べて痩せる
食事管理



挫折させない
メンタル
サポート



RIZAPメソッドを体験した医師

1,000名超

8/3
発表

※2017年7月末現在



RIZAPメソッドについての評価

糖質オフの健康効果としては、減量が初期に達成されやすく、減量が実現すると、**血糖値の低下、腎臓の保護、心臓の保護**といった**臓器障害予防効果**が期待できることが挙げられます。

(**櫛山 暁史** /

**朝日生命成人病研究所附属医院
糖尿病代謝内科 医療連携部長)**

※森永卓郎 著「モリタクの低糖質ダイエット ぶっちぎりのデブが4ヶ月で19.9kg減！」より抜粋

RIZAPメソッドを体験した医師の声

自分の糖尿病患者さんがライザップに通うことで、糖尿病が改善するのを経験しました。私は糖尿病ではありませんが、この方に触発されて、自身の健康改善管理を目的にライザップに入りました。

医療費が高騰するこのご時世、**薬で病気を治そうとするのではなく、食事・運動によって病気を良くする考え方は重要です。**糖尿病の方に対して**医師の指導のもと、糖質制限と筋肉トレーニングは理にかなった方法**と思います。

また、日頃から体調管理に目を向けて病気を予防する考え方にライザップは合致します。

これからの時代、治療よりも予防が重要です。

(重川 崇 医師 / 乳腺甲状腺外科)

RIZAPメソッドを体験した医師の声

いち早く糖質制限のメリットに着目し、
指導法などをマニュアル化したことは
斬新で素晴らしい。(川瀬 守智)

論理的な内容であり、個人個人に合わせた工夫
でして構築されており、**無理がなく継続可能**な
ところが大きい。(矢後 尚文)

運動療法、食事療法を兼ね備えた**有効的な**
メタボリック改善法だと思う (巢瀬 忠之)

定期的なトレーニングや適切な食事療法まで
視野に入れ、**2~3ヶ月で終わらない**
指導が良い (久津川 誠)



**RIZAPメソッドの効果で
社会に貢献したい**



2017年8月
RIZAPは新たな進化のステージへ

ボディメイクから

健康へ

1 : 1 から 1 : ^{多数}N へ



RIZAPは

日本の健康増進に

コミットします

NIPPON

1. 日本の課題とRIZAPのビジョン

2. RIZAPメソッドの進化

3. RIZAPビジネスモデルの進化

4. 新たなコミット

日本における課題



超高齢化社会

生活習慣病



医療費の増大

健康寿命と平均寿命の差



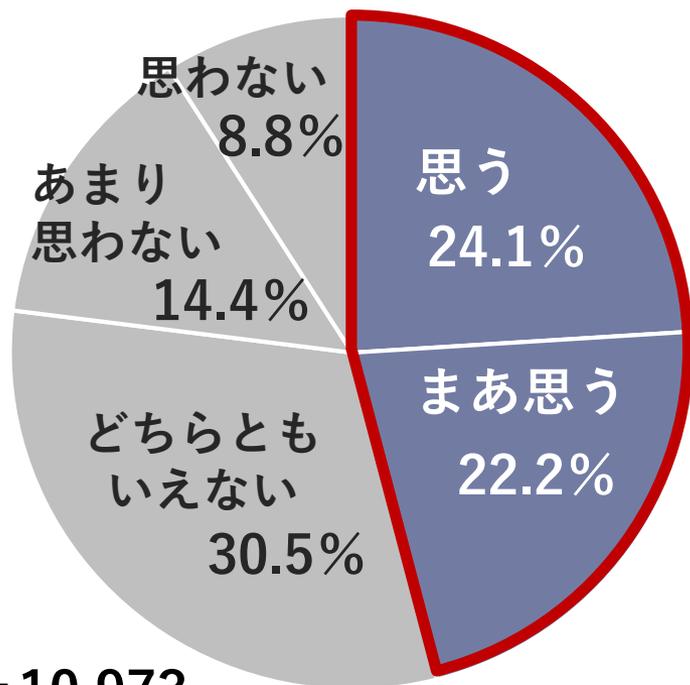
(2013年度 厚生労働省)

約10年間は 介護が必要



「長生きしたい」は半数以下

長生きしたいと思うか？



N = 10,973

(出典：2016年10月 日本生命保険相互会社)

長生きしたいと思わない理由

- ・ 老後の生活費/医療費
- ・ 自分の健康/病気
- ・ 介護の問題 など



高齢化社会 = 暗い未来？

高齢化社会 = 明るい未来

日本人が自分の健康に向き合い
自分の未来を自分で変えられる社会へ



RIZAPメソッドの活用により 日本の健康寿命を延伸



メタボの解消
=生活習慣病を防ぐ！

筋力の増加
=自分の足で歩ける！

体力の向上
=人生をもっと楽しめる！

1. 日本の課題解決とRIZAPのビジョン

2. RIZAPメソッドの進化

3. RIZAPビジネスモデルの進化

4. 新たなコミット

RIZAPメソッドの進化に向け さまざまな大学／医療機関との 共同研究を推進



東京大学 × RIZAP

2017年4月

東京大学医学部とRIZAPが
社会連携講座を開設[※]

「肥満メタボリックケア」

2017年4月1日～2020年3月31日（予定）

※国立大学法人東京大学医学部、社会医療法人蘇西厚生会、
社会医療法人河北医療財団河北総合病院、RIZAP株式会社が共同で開設

※社会連携講座とは、公益性の高い共通課題について、民間機関等から受け入れる経費等を活用し
学部及び研究科等の教育研究を行う取り組み。大学院組織等に置かれる。

本日
発表

2017年8月～

東京大学医学部とRIZAPが
共同研究室内トレーニング環境構築
および共同臨床研究を開始

東京大学医学部附属病院
22世紀医療センター内

東京大学医学部附属病院 22世紀医療センター



22世紀医療センター
中央診療棟2 (7、8、9F)



共同研究室 外観



共同研究室 入口



トレーニング風景



RIZAP株式会社
代表取締役社長
瀬戸 健



東京大学医学部附属病院
胃・食道外科
瀬戸 泰之 教授



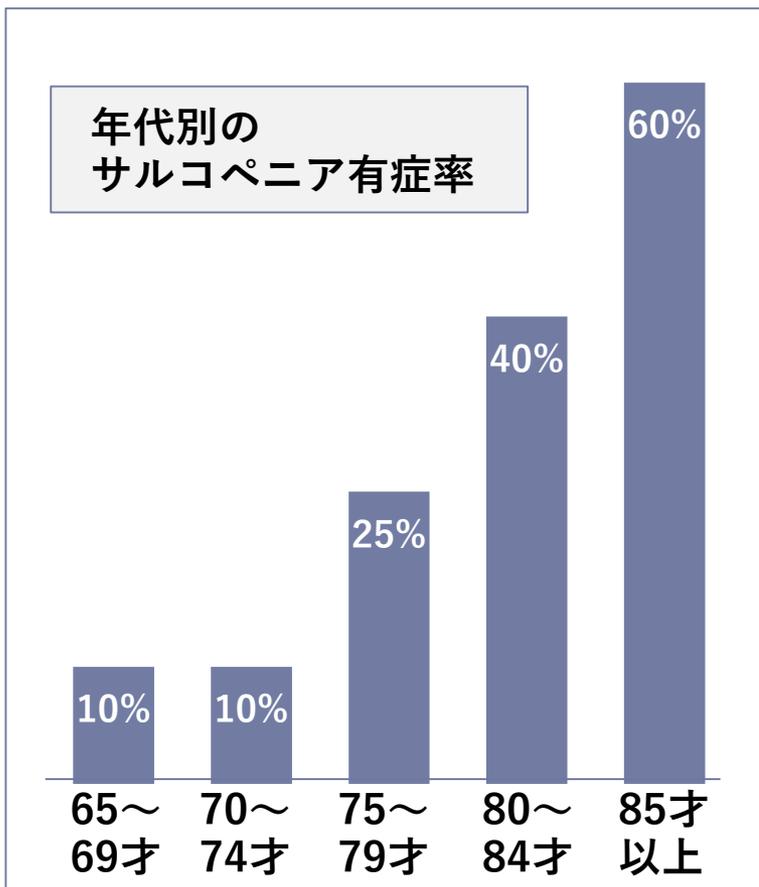
東京大学医学部附属病院
胃・食道外科
愛甲 丞 特任准教授

サルコペニア（筋力低下）を効果的に予防・改善する手法を共同研究

研究名	運動・栄養介入による胃癌周術期のサルコペニア予防効果に関するランダム化比較試験
対象	<ul style="list-style-type: none"> ・ 胃癌患者（手術前／手術後） ・ 65歳～80歳 ※胃癌患者の平均年齢は65歳
研究内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 筋力量の増強／維持に必要なたんぱく質や糖質の量 ・ 筋力向上のためのトレーニング法 など



加齢や疾患などにより筋肉量が減少し 筋力や身体機能が低下する症状



サルコペニアの弊害

転倒リスク：2～3倍

→ 転倒から、寝たきり状態や要介護になるケースも多い



出典: Yamada M, Nishiguchi S, Fukatani N, et al. Prevalence of Sarcopenia in community-dwelling Japanese older adults. J Am Med Dir Assoc. in press
Landi F, Liperoti R, Russo A, et al. Sarcopenia as a risk factor for falls in elderly individuals: Results from the iSIRENTE study. Clin Nutr 31:652-8, 2012.

インタビュー映像をご覧ください

- ・ 東京大学医学部附属病院 胃・食道外科
瀬戸 泰之 教授
愛甲 丞 特任准教授

筑波大学 × RIZAP

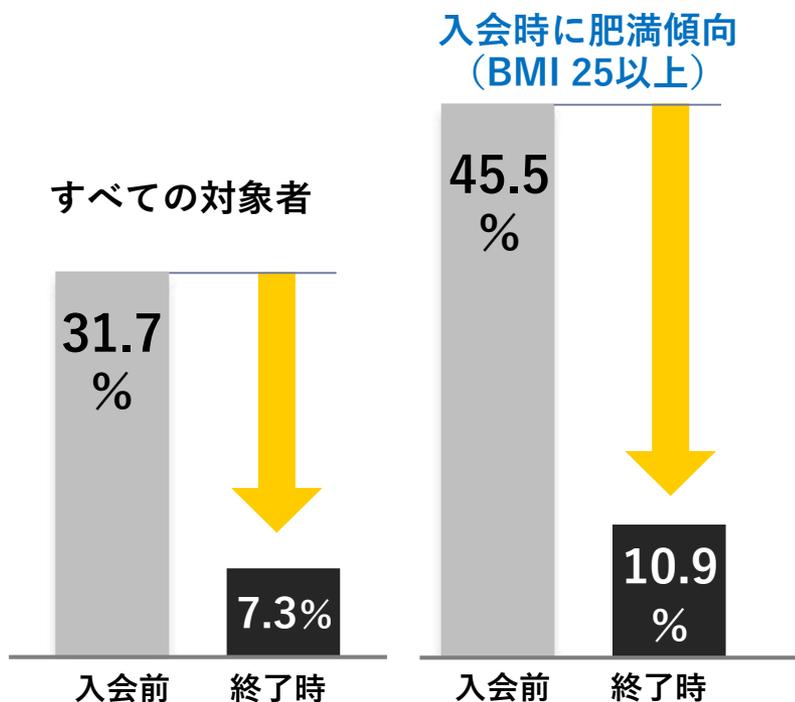
RIZAPプログラム参加者の 開始前/終了後の**心理的変化**を共同研究

共同研究者	 <p>筑波大学 大学院 人間総合科学研究科 水上 勝義 教授</p>
目的	低糖質食事法とレジスタンストレーニング（筋力トレーニング）による減量で、身体組成の変化だけでなく、 心理的にも前向きになる などの体験者の声を定量的に評価
方法	RIZAPのゲストを対象に、RIZAPプログラムの開始前と終了後にそれぞれアンケートを実施。

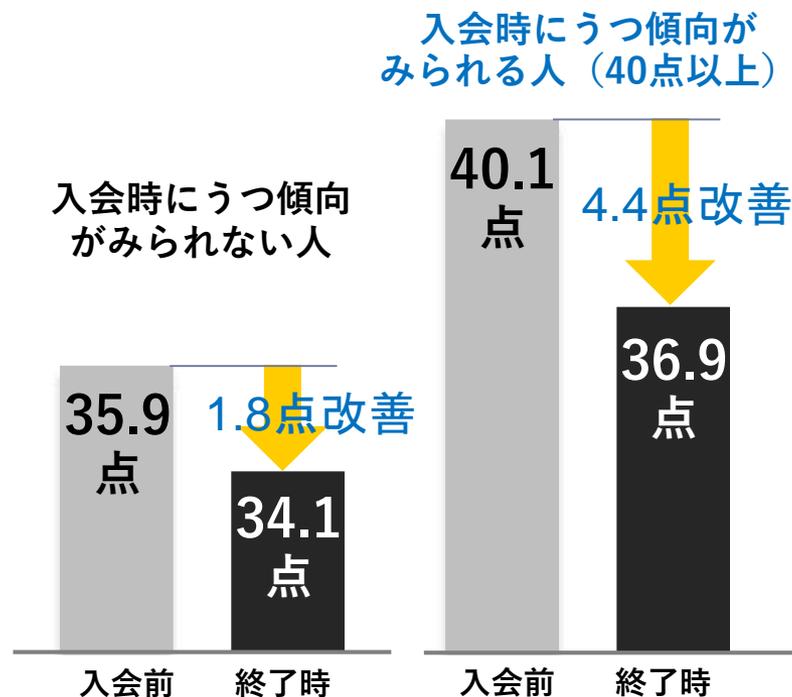


RIZAPプログラムは メンタル面にも有効である結果を示唆

「健康でない/あまり健康でない」と考えている人の割合



うつ得点[※]
(40点未満が正常範囲)



※SDS うつ性自己評価尺度(株式会社三京房許可済)：一般臨床においても使用されるうつ傾向をみる指標 上記3項目を筑波大学にて分析。N=82(RIZAP入会者より無作為抽出)

多くの大学／医療機関と共同研究を実施

大学/機関名	共同研究者	テーマ	期間
東京大学	大学院 医学系研究科 消化管外科学 医学部附属病院 胃・食道外科 愛甲 丞 特任准教授	社会連携講座「肥満メタボリックケア」 「肥満症・サルコペニアなどの代謝疾患のメカニズム解明と治療法開発	2017年～
東京大学	理学系研究科生物科学専攻 黒田 真也 教授	低糖質食事法およびレジスタンス運動による血中代謝物・ホルモン濃度の変化の検討	2016年～
筑波大学大学院	人間総合科学研究科 水上 勝義 教授	RIZAPプログラム参加者の心理的变化	2016年～
株式会社THF (筑波大学発 研究成果活用企業)	代表取締役社長 田中 喜代次 氏 ※筑波大学 人間総合科学研究科 教授	RIZAP式体力年齢推定式の作成	2016年～
東京福祉大学	社会福祉学部 上村 孝司 専任講師	低糖質食事法とレジスタンストレーニングによるダイエットプログラム参加者の身体組成の変化	2016年～
東海大学	工学部 高原 太郎 教授	低糖質食とレジスタンス運動による短期間の脂肪肝改善効果の検討	2016年～
朝日生命成人病研究所 附属医院	菊池 貴子 医師	短期間の低糖質食によるパラメータ変化の検証	2017年～

1. 日本の課題解決とRIZAPのビジョン

2. RIZAPメソッドの進化

3. RIZAPビジネスモデルの進化

4. 新たなコミット

日本の健康増進の実現に向けて ビジネスモデルも進化

1 : 1 から 1 : ^{多数}N へ



2017年8月より 2つのプログラムを本格展開

①法人プログラム

②自治体プログラム



健康経営にコミットする RIZAPの「法人プログラム」

実践型 健康セミナー

翌日からの生活習慣が変わる
実践型セミナー



出張型肥満解消 プログラム

トレーナーが企業に出張し
RIZAPプログラムを実施



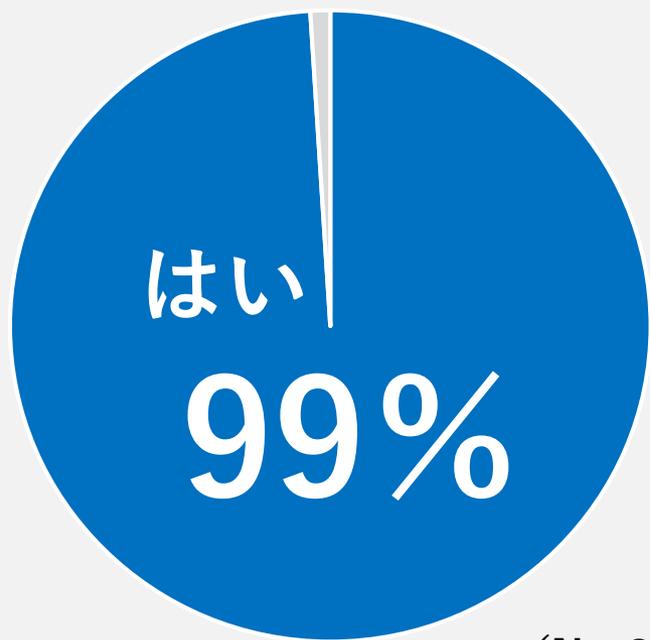
ヘルシー弁当 宅配サービス

低糖質/栄養もある
美味しい特製弁当を宅配



参加者の99%が 翌日からの生活習慣を見直し

生活習慣を振り返るきっかけになったか？



(N : 3,881)

明日から変えたいと思う生活習慣は？

自宅で筋トレを行う

2,375

低糖質食を実践する

2,213

歩いたり階段を上る

1,635

21時以降は飲食しない

1,455

(N : 3,881)

すでに125社 6,000名以上が RIZAP実践型健康セミナーをご体験

<ご参加企業の一部>



熊谷組



ヤマトシステム開発



JAPAN AIRLINES



HITACHI
Inspire the Next

日立システムズ

TOPPAN



TOPPAN
GROUP
KENPO

古河電工

Hitachi High-Tech

不二製油

MSALU

KEIHIN

FXLU
富士ゼロックス労働組合

三井住友信託銀行
Sumitomo Mitsui Trust Bank
従業員組合
Employees' Union

(敬称略、順不同)

ベネフィット・ワン社と協業し 企業向け健康増進プログラムの展開拡大

本日
発表

企業の福利厚生代行サービス大手

(会員 組織数 7,170 社)



Benefit one

×

8.7万人のボディメイクを実現



2017年8月より 2つのプログラムを本格展開

①法人プログラム

②自治体プログラム



若い頃の体力を取り戻す 「健康寿命延伸プログラム」



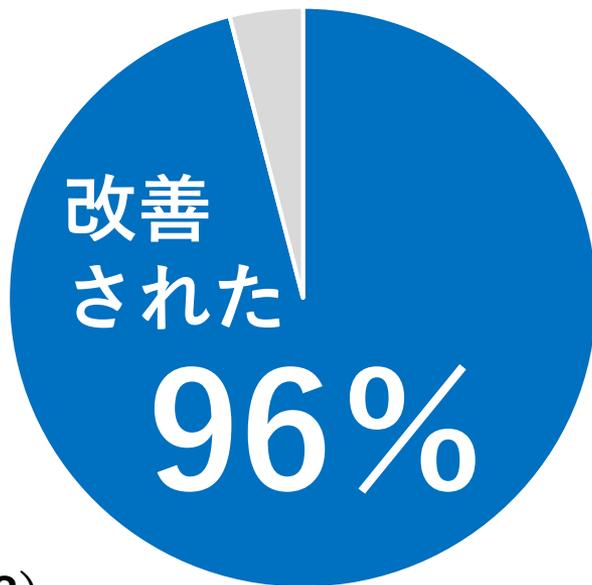
静岡県牧之原市 × RIZAP

8/2
発表

静岡県 牧之原市では 参加者の96%の体力年齢が改善

「健康増進プログラム（3か月/4回）」の実施結果

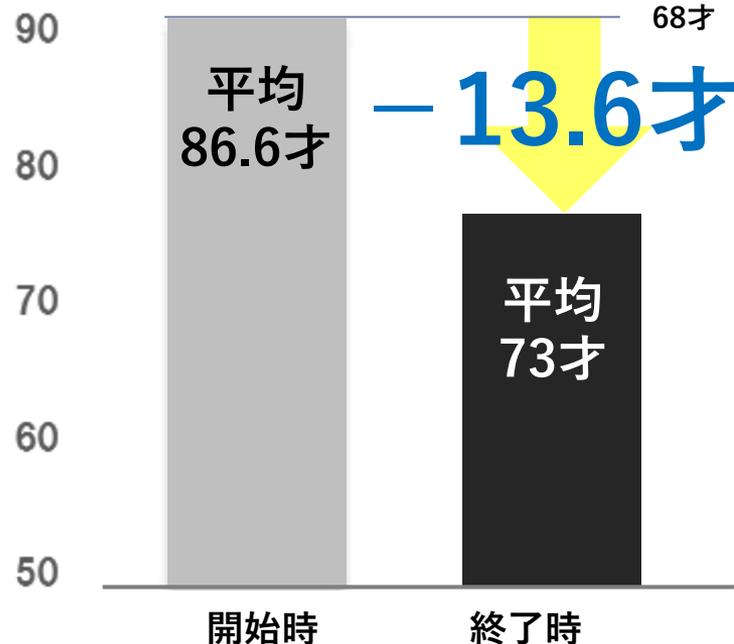
<体力年齢が改善された人の割合>



(N : 23)

<体力年齢の平均>

※参加者の
平均年齢は
68才



田中 喜代次 氏

筑波大学発 研究成果活用企業

株式会社THF 代表取締役社長



ご研究テーマ

活力年齢：健常成人における健康体力水準の年齢尺度の開発

スマートエクササイズ：バランスのとれた運動処方

スマートダイエット：肥満者の確かな減量支援法

病態別運動プログラム：有疾患者に向けた効果的なフィットネス

ご経歴

1983.3 筑波大学大学院博士課程 体育科学研究科 修了（教育学博士）

1983.4 大阪市立大学保健体育科 講師

1989.4 筑波大学体育科学系 講師

1993.4 筑波大学体育科学系 助教授

2004.4 筑波大学大学院人間総合科学研究科（スポーツ医学専攻）教授

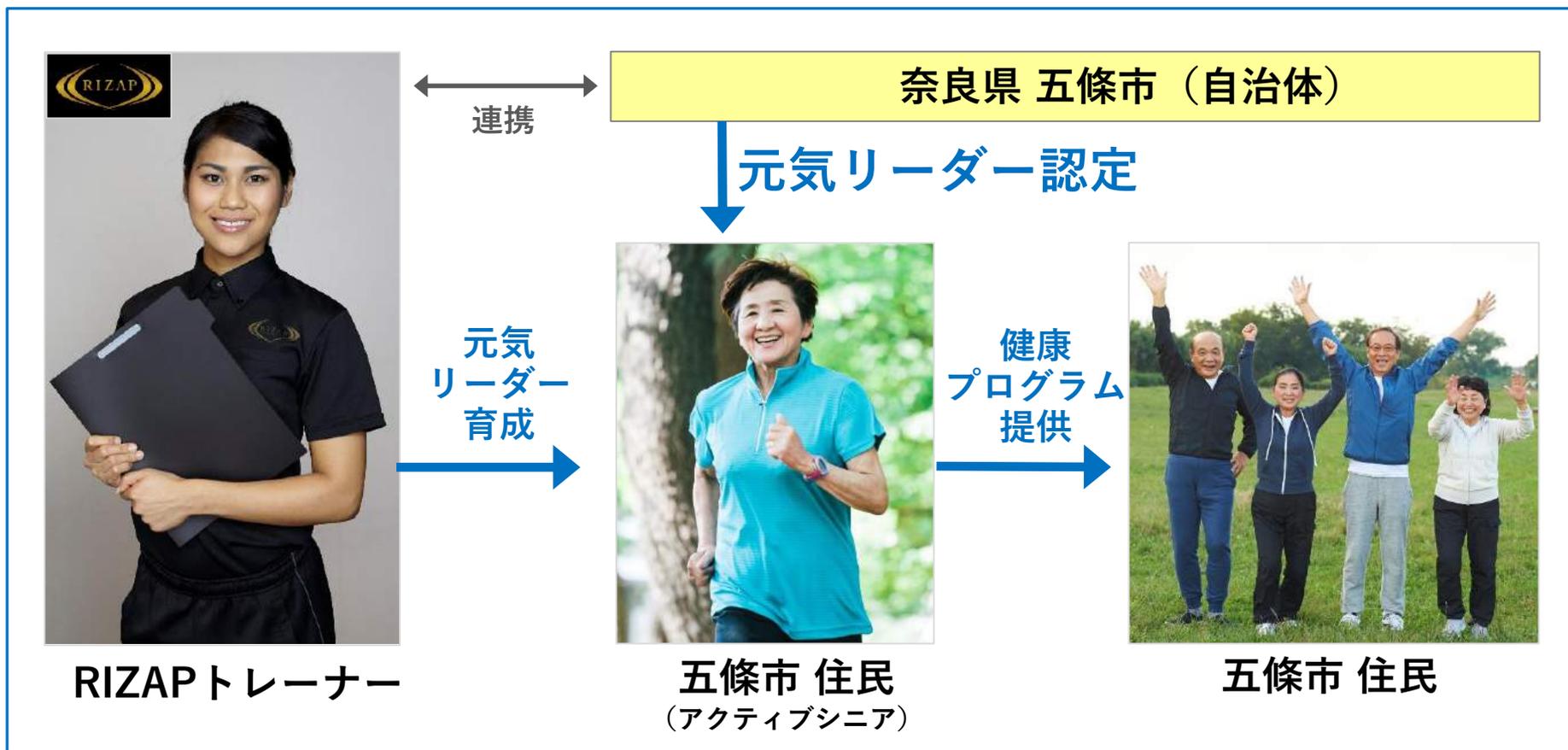
2005.5 株式会社THF（筑波大学発 研究成果活用企業）代表取締役社長

インタビュー映像をご覧ください

- ・ 静岡県牧之原市長 西原 茂樹 氏
- ・ 株式会社THF（筑波大学発 研究成果活用企業）
代表取締役社長 田中 喜代次 氏

実施
予定

地域の「元気リーダー」を育成し 住民による健康増進活動をサポート



RIZAP自治体プログラムを 全国の自治体へ展開

- ・ 1,700を超える全国の市町村
- ・ 3,400万人を超える65歳以上



シニア世代の健康増進に貢献へ





RIZAPの新たなコミット

RIZAP

1,000万人 健康宣言



2020年度までに、1,000万以上の方に
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

RIZAP

1,000万人 健康宣言



※RIZAP関連事業：RIZAPボディメイク、GOLF、ENGLISH、COOK、KIDS、その他 新規事業



すべての人が
自分自身の価値を実感できる
人生を送るために



「人は変わる。」を証明する

