



メディカル&フィットネスの可能性について

～メディカル（医療）とフィットネス（スポーツ）の融合による

新しいヘルスケアビジネスの創出に向けて～



VIERRA
岸辺健都
Kishibe Kento

2021年5月25日（火）

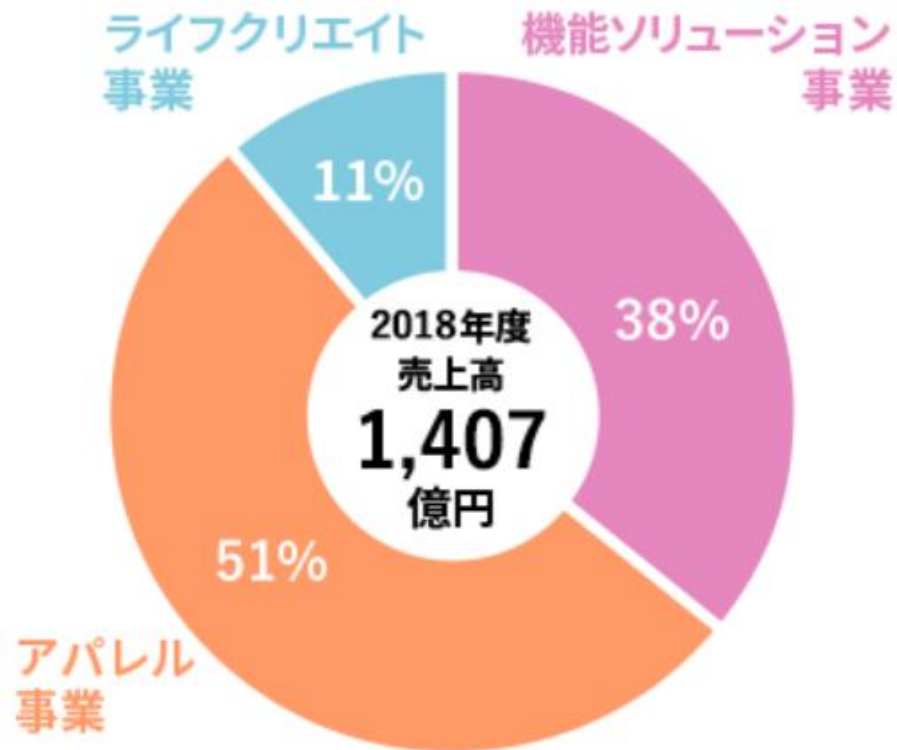
グンゼ株式会社

グンゼ株式会社

創業 1896年（明治29年）

アパレルからスタートして さまざまな事業を展開しています

売上高構成比



アパレル事業

- ・インナーウェア
- ・ストッキング
- ・繊維資材 など



機能ソリューション事業

- ・プラスチックフィルム分野
- ・電子部品分野
- ・**メディカル分野** など



ライフクリエイト事業

- ・商業ディベロッパー
- ・**スポーツクラブ** など



グンゼスポーツ株式会社

国内22店舗 海外2店舗 総合型フィットネスクラブです



近畿エリア 14店舗

中四国エリア 3店舗

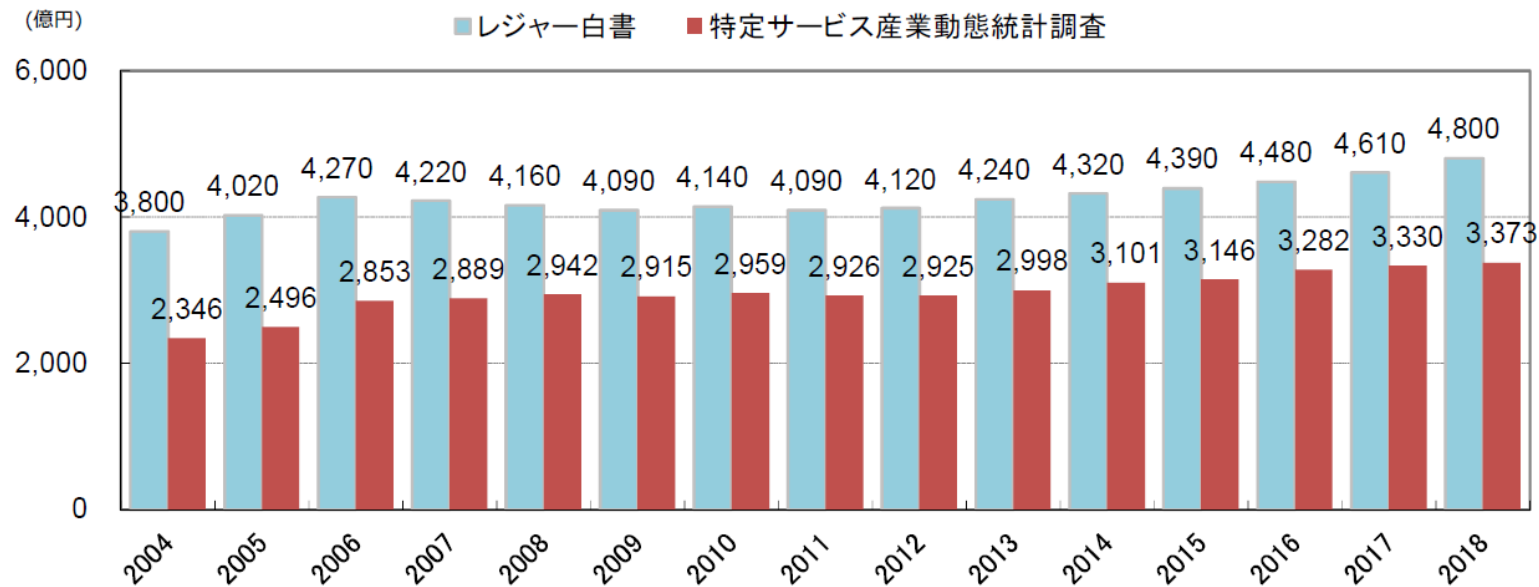
中部エリア 2店舗

関東北陸エリア 3店舗



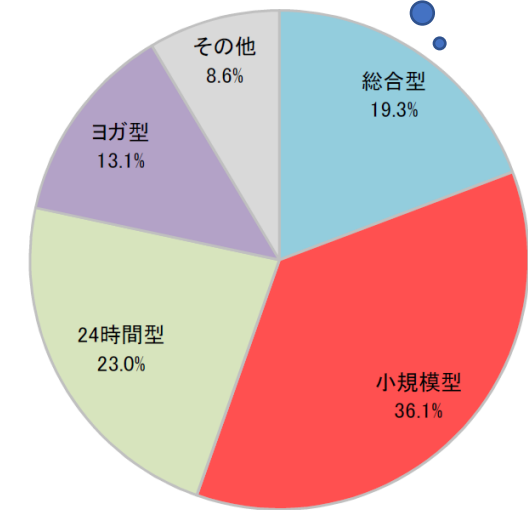
フィットネス市場の状況

市場は拡大傾向でしたが「小規模型」「24時間型」などの新業態が牽引しています



※日本生産性本部「レジャー白書」、経済産業省「特定サービス産業動態統計調査」より

24時間型
小規模が拡大



新型コロナ感染症の影響を大きく受けています

人数制限やフィットネスクラブに行くことの自粛による退会・休会など 市場環境は厳しい状況です

FIA フィットネス関連施設における
新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドライン



(一社) 日本フィットネス産業協会

2020年5月25日

運動・スポーツの種類ごとの留意点

×密閉 ×密集 ×密接

三つの密のうち、一つでも
該当しないように注意しましょう。

● ウォーキング・ジョギング

- ①一人又は少人数で実施
- ②すいた時間、場所を選ぶ
- ③他の人との距離を確保
- ④すれ違う時は距離をとる



● 筋トレ・ヨガ

- ①自宅で動画を活用
- ②こまめに換気

運動不足（身体的不活動）は健康に害を及ぼします。
安全な環境を確保して適度に運動・スポーツを行うよう心掛けてください。
高齢者や基礎疾患などのある方は、かかりつけ医に相談してください。



本資料は公益社団法人日本体育協会の協力を得て作成しました。

安全に運動・スポーツをするポイント? Ver.2

体調をチェック

一つでも当てはまる場合には、運動やスポーツは行わないでください。

- 平熱を超える発熱
- 咳、のどの痛みなど風邪の症状
- だるさ、息苦しさ
- 嗅覚や味覚の異常
- 体が重く感じる、疲れやすい等

感染防止の3つの基本

- 十分な距離の確保
- マスクの着用
- 手洗い・手指消毒

家に帰ったらまず手や顔を洗う。
できるだけすぐにシャワーを
浴びて、着替える。

「下肢筋力をつけるロコトレ」スクワット



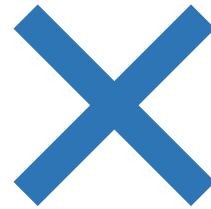
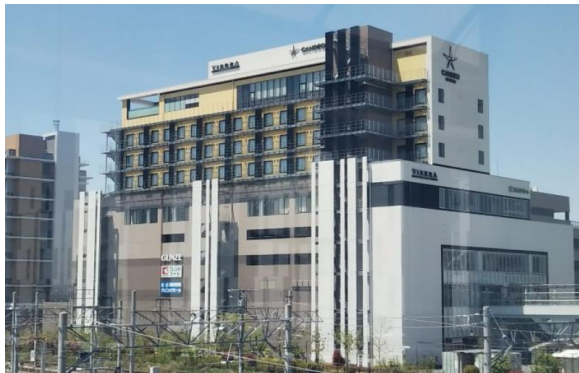
※深呼吸をするペースで、5~6回繰り返します。1日3回行いましょう。

- 動作中は息を止めないようにします。
- 腰に負担がかかり過ぎないように、膝は90度以上曲げないようにします。
- 太ももの前や後ろの筋肉にしっかり力が入っているか、意識しながらゆっくり行いましょう。
- 支えが必要な人は、十分に注意して、机に手をつけて行います。

ウィズコロナ 新しいサービスの提供が求められています

「スポーツ事業」「メディカル事業」の融合した新しいビジネスを探索中です

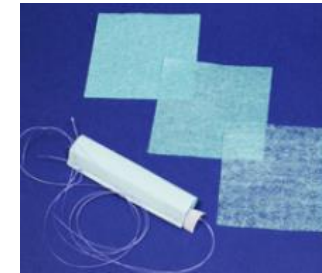
グンゼスポーツ



メディカル事業

MediWellness

メディウエルネス



成人フィットネス

スポーツの楽しさ

+

カラダが変わる喜び

||

QOLの向上

衣料
医療



MediCure
メディキュア

プロジェクトの目的

人生100年時代に向かって健康で豊かなライフスタイルを実現するために

新しいヘルスケアビジネスの創出を目指します

- 1 医療とフィットネスの融合による「メディウェルネス」の事業化を検証します
- 2 健都発の新たなスキームによる新ビジネスを目指します



グンゼスポーツ【吹田健都店】

グンゼスポーツ吹田健都店は、マシンジムなどの施設をはじめ、水質にこだわった25m×5コースの専用プールを利用したスイミングや水中ウォーキング、ヨガなどのスクールも開催しています。また、24時間プランも導入し、幅広い会員様のニーズにも対応しています。

〒564-0018

大阪府吹田市岸部新町 5-45 ビエラ岸辺健都5F (JR 岸辺駅直結)

TEL : 06-6836-7319

水中運動を加えることで、ヒザの負担を軽減してさらに効果的なトレーニングが行えます!

▶ 利用方法など詳しくは店舗スタッフにお問い合わせください。

GUNZE
SPORTS



専用プール



マシンジム

グンゼスポーツ吹田健都店 施設のご紹介



健都スタジオ



マシントレーニング



医療とフィットネスの融合 「メディウェルネス」

医学的な知見（ダイナミック運動療法）を活用して 新しいフィットネスの形を提案します



シニアに多い「膝痛」「腰痛」の運動プログラム



「膝痛」予防の運動指導例



「腰痛」予防の運動指導例

ダイナミックスポーツ医学研究所 (大阪心斎橋)

ダイナミック運動療法を提唱 整形外科分野での論文発表などを行っています。

医療法人 貴島会
貴島会クリニック

スポーツ医学の治療を行って40年！
信頼の治療を行なう整形外科クリニックです！

《腰痛やひざ痛、五十肩からスポーツ傷害まで運動療法を主にした治療を行う整形外科診療所です。》



プログラム概要

健康的なヒザをつくる8週間のプログラム

本プログラムは、3レベルのトレーニングで段階的にヒザ周りの柔軟性、筋力、バランス力を高めてヒザ痛予防を目指すものです。ご自宅でも無理なく続けられるよう十分配慮したものになっています。頑張りましょう！

ご準備
ください

- 本冊子 ● トレーニングDVD
- 達成度チェックシート ● 筆記用具

実施に
あたって

- 無理せず、ご自身の体力に合わせて実施しましょう。
- 水分はこまめに摂りましょう。
- できるだけご家族やご友人と一緒にトレーニングしましょう。
- 鏡でご自身の姿を見ながらトレーニングすると効果的です。



プログラム概要

健康的な腰をつくる8週間のプログラム

本プログラムは、3段階のレベルのトレーニングで、腰周りの柔軟性、筋力、バランス力を高めて腰痛予防を目指すものです。ご自宅でも無理なく続けられるよう十分配慮したものになっています。頑張りましょう！

ご準備
ください

- 本冊子 ● トレーニングDVD
- 達成度チェックシート ● 筆記用具

実施に
あたって

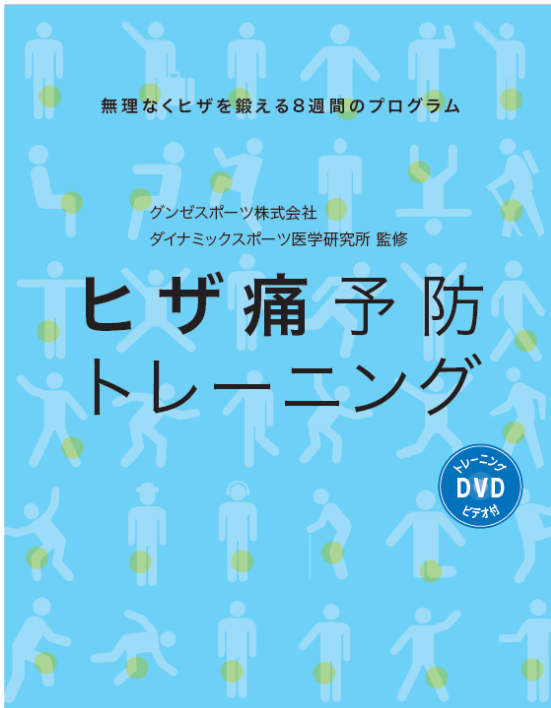
- 無理せず、ご自身の体力に合わせて実施しましょう。
- 水分はこまめに摂りましょう。
- できるだけご家族やご友人と一緒にトレーニングしましょう。
- 鏡でご自身の姿を見ながらトレーニングすると効果的です。



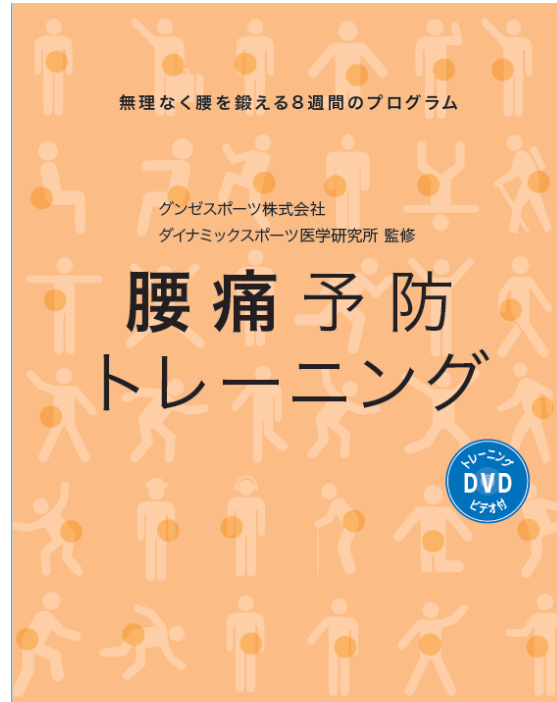
新型コロナの影響も考慮して 自宅でできるDVDを制作しました

プログラム概要

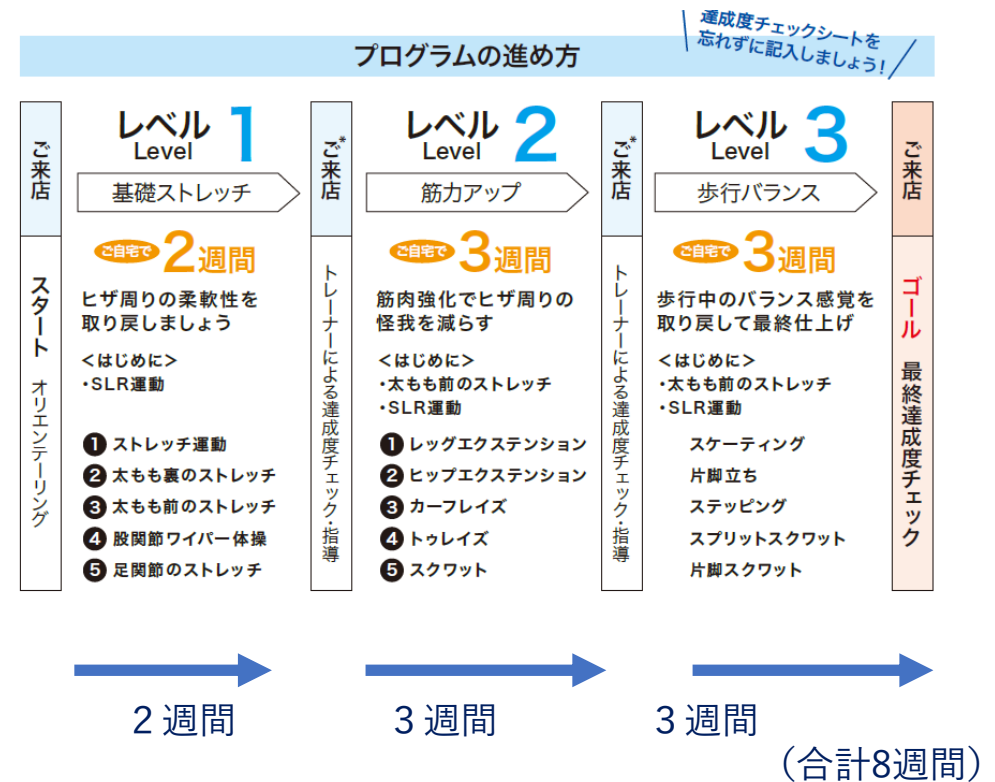
レベル1・レベル2・レベル3 の順に発展しながら 運動プログラムを実施します



GUNZE
グンゼ株式会社



GUNZE
グンゼ株式会社



DVDを販売するのではなく 今後の法人・自治体向けニーズを探索が目的です

ご覧のような内容をご自宅でトレーニングできます

膝痛

テレビを見ながら一緒にトレーニングできます (各レベル 約20分間)



腰痛



健都で実施したいこと



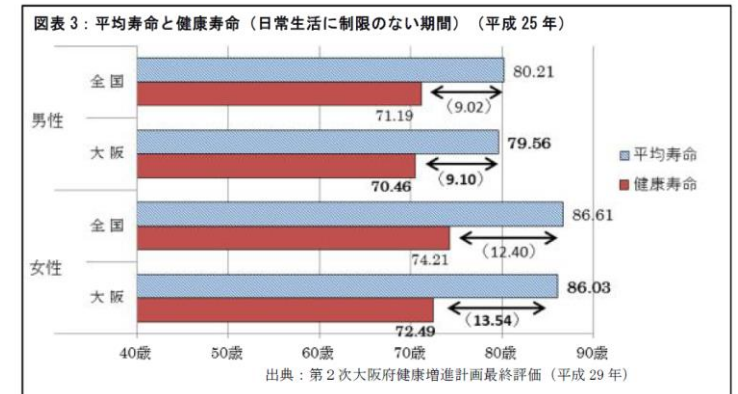
グンゼスポーツ

- 「膝痛」「腰痛」の軽減となる効果検証を実施したい
健康経営やシニア雇用する企業にサービスの提供
- リハビリテーションなどより専門性のあるサービスを提供したい
健都にある立地を活かして保険外リハビリなど受け皿にできないか



健都の皆様

- 健康寿命延伸に向けた市民へのサービスにつながる
市民の健康のための取組みとして全国に発信できる
- 健都発の新しい健康ビジネスをデザインしていきたい
特に疾患対策・リハビリ領域へのご支援をお願いします



高齢者の雇用や健康経営を目指す法人・個人向けのニーズを確認

元気なシニアが増えることで健康寿命延伸だけでなく経済的な効果も期待できるのでは？

法人向け

- 高齢者の雇用確保（労働力不足）
- 生産性の向上
- 従業員満足度の向上



提供するプログラムの例



【両脚抱え込み】…腰背部のストレッチ

- 両脚を両腕で抱え込みます(10秒を2～3セット)。
- 呼吸を意識して力まずにリラックスして行いましょう(腕が届かなければタオルを使用してもOK!)



【歩行】…脚力強化・下半身の可動域向上

- 歩幅をいつもより広く取って歩く(1～2歩分)。
- 膝の曲げ伸ばしを意識して、脚の付け根から下半身を動かす。



【腹筋】…呼吸筋、腹筋強化・リラックス

- 仰向けの状態でおなかの上に手をあて、息を吸いながらおなかを膨らませ(約5秒)、はきながらおなかをへこませる(約5秒)
- 動かしている部分を意識しましょう。

個人向け

- リハビリ後の受け皿
- 疾患後の運動指導
- プールを活用した歩行トレーニング



水中歩行によるトレーニングプログラム

健都で新しいフィットネスサービスとして 事業化を目指しています

そして将来的には 大阪版S I B※ができればと考えています

※ソーシャル・インパクト・ボンド (ヘルスケア領域を中心に民間資金を活用した成果報酬型のスキーム)



北大阪健康医療都市

健都

のまちづくりについて



DVDの使い方

本プログラムは、トレーニングメニューを動画で観ながら、ご自宅でトレーニングが行えるよう作られています。DVDプレーヤーやDVDが視聴可能なパソコンなど、トレーニング中にDVDを視聴できる環境をご準備ください。



VIERRA
岸辺健都

Kishibe Kento



新しいヘルスケア産業の創出に向けて 取り組みたいとの意向です

健都にある特性を活かしたサービスを提供・また官民連携も視野に入れています

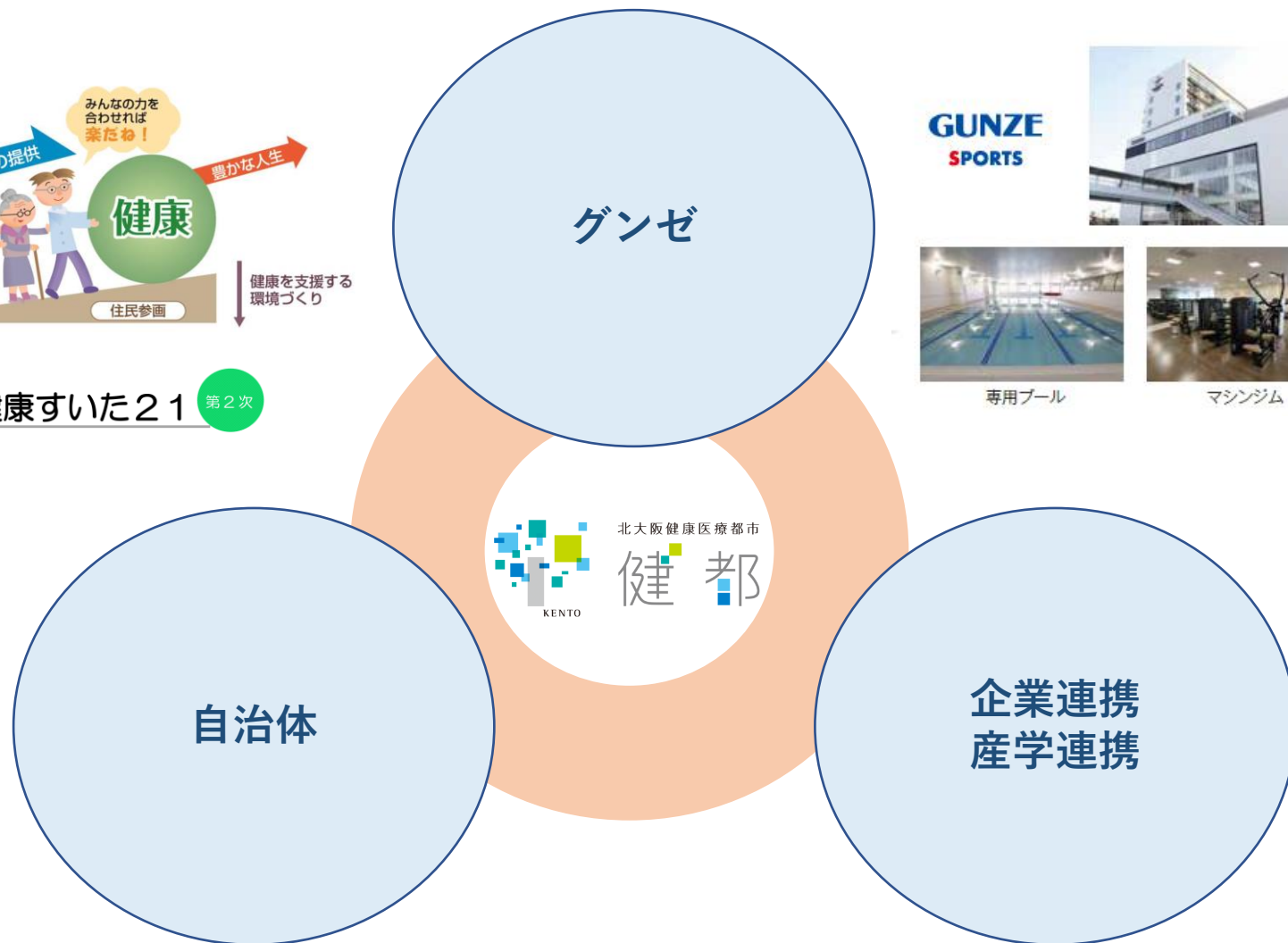
官民連携して 健都だからこそできる活動を実施したいと思います

新しいヘルスケア産業に向けたテストマーケティングも視野に入れています



健康すいた21 第2次

せ っ つ
LIFE
STYLE
BOOK



ウィズコロナ時代の新しいヘルスケアビジネスの創出を目指します

実施したい 内容

- 医療とフィットネスを融合した新しいヘルスケアビジネスを創出したい
- 健康で長く働くことができる環境を提供したい
- これを実現するために 共創できる皆様と連携したい



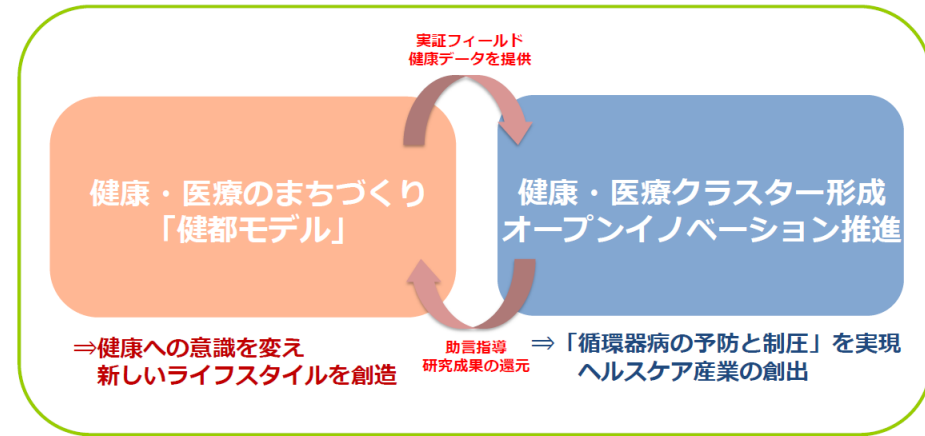
特にプールを活用したリハビリ運動プログラムの提供などの視野に入れていきます

健都発 健康増進の取り組みとなるようにご支援をお願いいたします



北大阪健康医療都市

健 都



明日をもっと、こちよく
GUNZE