

2022 年 11 月 25 日

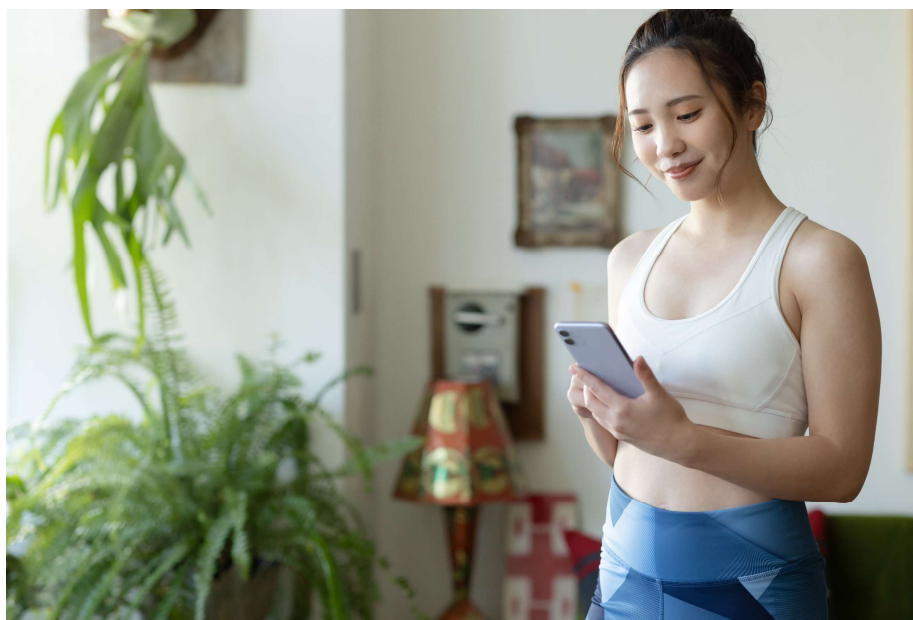
報道関係者各位

株式会社東急スポーツオアシス

WEBGYM で女性向けのエクササイズプログラム 冷えや生理痛にアプローチするフェムササイズ™開始

アプリだから自宅で自分だけでお悩み改善！フェムテックソリューションを発信

「Well-being First!」を企業ミッションに掲げる、株式会社東急スポーツオアシス（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：山岸通庸、以下オアシス）は、段階的にフェムテックに関連するソリューションを提供します。2022年11月28日（月）からフィットネスアプリ「WEBGYM」で「フェムササイズ™」を開始することをお知らせします。



■ 背景

オアシスのフィットネスアプリである WEBGYM は女性ユーザーが多いことから、女性の健康課題にアプローチできるメニュー開発を行いました。女性は男性に比べるとホルモンバランスの乱れにより身体や心の状態が短期間で急変しやすい傾向があります。それによって女性は不快や不安、痛みなどの不調を感じることがあります。社内調査で約 90 名の女性にアンケートを取ったところ、我慢している方、むしろ当たり前のことだと問題意識がない方がほとんどでした。

今回、女性の身体と心のケアを理念に置き、女性向けのスタジオレッスンなどを幅広く展開する企業である株式会社グローバルプランニングのフェムテックの知見を、運動の知見が豊富なオアシスの WEBGYM 上で配信することによって、忙しい女性でも自宅で好きな時に取り組めるプログラム開発が実現しました。このプログラムは女性が不調を感じやすい、冷えや身体のだるさなどへアプローチするエクササイズのため、「フェムササイズ™」と名付けました。今後は、働く女性をサポートするコンテンツも準備しています。

■ フェムササイズ™の特徴

- ・アプリで動画を視聴しながら体を動かせるため、24 時間自分のペースで、人目を気にせず、手軽に不調の改善を目指すことが可能です
- ・腔を中心に、ホルモンによる不調の改善に役立つメニュー
- ・呼吸とエクササイズによって身体を温め、血液の循環を促すことにより冷えやだるさにアプローチ
- ・生理痛軽減や尿もれ防止を意識した骨盤底筋や会陰部などのトレーニング
- ・初心者から気軽に取り組める動き
- ・11 月 28 日（月）から 1 か月ごとに 1 本、全 5 本の発信予定
- ・1 本 10 分前後の動画

■ フェムササイズ™内容

- ・フェムササイズ™ ～会陰部・骨盤集中編～
- ・フェムササイズ™ ～体幹と骨盤編～
- ・フェムササイズ™ ～お尻・下半身編～
- ・フェムササイズ™ ～姿勢改善編～
- ・フェムササイズ™ ～有酸素運動編～



■ WEBGYM アプリ概要名称：WEBGYM（ウェブジム）

内容：1500 種類以上のトレーニングメニューを提供

ユーザー数：70 万人以上

利用料金：無料 ※一部アプリ内課金有り（別途パケット通信料がかかります）

対応端末：Android（Android 要件 6.0 以上）iPhone（対応 OS:iOS12.0 以上）、iPad、Apple watch、Apple TV iOS は、Cisco の米国およびその他の国における商標または登録商標であり、ライセンスに基づき使用されています。

ダウンロード：<https://webgym.onelink.me/0JLI/e9b827f7>

■ オアシスが掲げる企業ミッション「Well-being First!」とは

Well-being First!

私たちオアシスは、一人ひとりの生き方が異なる現代人に寄り添い、その人らしいウェルビーイング、すなわち「毎日も人生も、健やかかつごきげんに、動き、生きること」をサポートします。

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、人々の行動が制限され、運動不足やそれに伴う健康二次被害*1 が拡大しています。当社はこのような社会変化を踏まえ、企業ミッションを「Well-being First!」としました。人の健康に寄り添う企業として、運動習慣のない人も含めた、誰もが身体的にも精神的にも健やかな毎日を過ごせる社会を目指すという想いが込められています。

既存のスポーツジム運営だけでなく、そのノウハウを活かして、新たな生活様式に沿ったオンラインフィットネス・ホームフィットネス事業の拡大や、BtoB/BtoG 事業の拡充を図り、「Well-being First!」な社会づくりに挑む、「ウェルビーイング総合カンパニー」に成長していきます。

*1 健康二次被害…外出を控え、運動不足になったり、人との関わりが減ったりすると、思わぬところで体や心の衰えが進んでしまうこと。

■ 会社概要

商号：株式会社東急スポーツオアシス

代表者：代表取締役社長 山岸 通庸

本社所在地：〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂 1-10-8 渋谷道玄坂東急ビル

<https://www.sportsoasis.co.jp/>

商号：株式会社グローバルプランニング

代表者：代表取締役 大久保 裕美

本社所在地：東京都港区南青山 6-10-3

<https://www.global-medifit.com/about-us>

【 本件に関するお問合せ先 】

株式会社東急スポーツオアシス ブランドデザイン部

広報 担当：片岡（かたおか）・萩原（はぎわら）・若林（わかばやし）

TEL 050-3772-3818 E-mail press@sportsoasis.jp