

株式会社 ぜん

東京都渋谷区広尾1-3-18 広尾オフィスビル 3階

Tel:03-6409-6500

Fax:03-6409-6506

プレスリリース カテゴリー: 測定機器導入

2016年 9月発行

報道関係者各位

ホットヨガの効果「血流改善」を
医療の現場でも使用される「血流スコープ」で実感！

ホットヨガで血流はどれくらい変化する？

世界60カ国に広まるホットヨガスタジオチェーンの「ビクラムヨガ」。フランチャイズとしてビクラムヨガを運営している株式会社ぜん（〒150-0012 東京都渋谷区広尾 1-3-18）は、医療、美容、健康業界向けの機器として開発された血流観察装置「Bscan-Z」を2016年9月に2台導入。レッスン受講の前後に測定することで変化を視覚化し、より細やかなカウンセリングが行える環境を整えました。ビクラムヨガのうち、新宿、銀座、川越の3スタジオを巡回中。



ホットヨガの効果の一つである「血流の改善」の効果を、医療の現場でも使用されている血流観察装置「Bscan-Z」を導入することにより、実際に数値で実感。

血液には、2つの働きがあります。

1. 血液循環

酸素や栄養分を全身に運ぶ

2. 新陳代謝

老廃物・痛みの原因となる疲労物質や発痛物質などを回収する

ホットヨガは、この人間の生命活動に重要な役割を担う「血のめぐり」を良くするのに効果的と言われています。今回導入の「血流スコープ」では血管の形や血液の流れ方、血管の背景が見え、つまり生活習慣や体質などがひと目でわかるため、インストラクターのカウンセリングもより具体的に、また受講者にとってご自身の状態を視覚的に見ることができるので、変化を感じ、目標をつくりやすくなります。

ビクラムヨガでは、会員は30代後半～40代の主婦・ビジネスウーマンの方が中心。子育てのストレス解消、仕事のストレス解消、アンチエイジング等来店理由は様々。健康を気にする男性の会員も増えていきます。全体として共通するのは「ストレスなく、心穏やかに健康になりたい！」という点。ホットヨガは、身体を鍛えるだけでなく、自律神経を整え、心を鍛えることもできることから、ストレスマネジメント、精神力の向上、心の安定などをもとめて人気のエクササイズとしても定着しつつあります。

ホットヨガで心身を整えることで、将来の様々な病気の予防にもつながり、医療費の削減、個々人のクオリティーオブライフの向上、健康寿命の延命にもつながると考えています。私達一人一人の真の健康は、家庭の円満、子供の健やかな成長、そして健やかな社会につながるのではないのでしょうか。

<ビクラムヨガとは>

インド出身のビクラム・チョードリー氏によって設立されたヨガ。世界60カ国、1500以上のスタジオを展開。平均室温40℃、湿度40%以上のスタジオで行う90分間の世界共通のレッスンは、その効果の高さに多くの科学的な機関、UCLA、コロンビア大学、NASA等が着目し、医学的見地から検証されている。日本ではフランチャイズ・スタジオとして運営し、内6スタジオ（新宿・銀座・川越・京都・大阪・札幌）を株式会社ぜんが運営しています。著名人・トップアスリートに愛好者が多いことでも知られ、ジェリー・ロペス、セリーナ・ウィリアムズなどのプロスポーツ選手や、レディー・ガガ、デビッド・ベッカム、マドンナやビヨンセ、ジェシカ・シン普森などの有名人達も健康と美容の為に多数実践。国内では、梨花さんが実践者として有名。

<ホットヨガとは？>

室温35～39度前後、湿度60%前後に保たれた室内で行うヨガ。暑いスタジオは外的に身体を温めるので筋肉が伸びやすくなり、また呼吸を深く、血流を良くし、身体を守ってくれます。ヨガのエクササイズは呼吸法と共に全身の筋肉をくまなく使い、伸ばすことで、身体の外面を美しく、体幹を鍛え、内蔵、神経系、ホルモン系、脳の状態までを改善するエクササイズとして、広く親しまれています。現在は、外見と体の健康維持だけではなく、集中力アップや心の安定など、精神面での効果を求める方が増えています。

<株式会社ぜんとは・・・>

「ヨガ・ピラティススタジオ運営事業」と「訪問看護事業」を共に行う企業としては、日本初（2016年3月現在、当社調べ）となる株式会社ぜん。関東・関西・北海道にヨガ・ピラティスの専門スタジオ全90店舗（2016年9月現在）、関東と関西に、訪問看護ステーション21店を運営。みなさまにヨガ・ピラティスを通して心身ともに真の健康を得ていただき、人が元気で社会が元気、そして家庭が元気になる社会作りにも貢献することを目標としています。現在、膨大な保険料の削減、健康寿命延命のための方法として、年齢問わずに始められ高い効果が期待できることから、ヨガ・ピラティスの高齢者需要も高まりつつあります。病気予防、健康増進、健康寿命延命のためのヨガ・ピラティス、リハビリ・訪問看護クライアント様には、ヨガ・ピラティスのノウハウを生かし、穏やかに、笑顔で、自分らしく生きるための新しいリハビリ・看護に取り組んでいます。今後も、ヨガ・ピラティススタジオ、訪問看護ステーションの新店舗オープンを予定しています。

<概要>

ビクラムヨガ 銀座スタジオ
〒104-0061 東京都中央区銀座3-10-6 マルイト銀座第3ビル
11F
tel : 03-3543-6211
営業時間：月～金AM10:00-PM11:00
土・日・祝日 AM10:00-PM9:30
※各種お手続きの際は事前にお電話ください。

<会社概要>

【代表者】尾崎 成彦
【設立】2006年12月
【資本金】4千500万
【事業内容】ヨガ・ピラティススタジオの運営
【URL】<http://zen-jp.info/>

<本件に関するお問い合わせ>

広報担当者名 中村 光俊

TEL : 03-6409-6500 FAX : 03-6409-6506 E-mail : m.nakamura@zen-jp.info