

報道関係者各位

【CSR 活動報告】

熊谷市立大麻生小学校にて運動・食育の出張授業を開催
～ 夢をつかむ！ライザップ流カラダづくりを伝授 ～

RIZAP グループ株式会社（本社・東京都新宿区、代表取締役社長 瀬戸 健）のグループ会社である RIZAP 株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：瀬戸 健、以下「RIZAP」）は、熊谷市立大麻生小学校から依頼を受け、同校 5～6 年生の生徒約 120 名と保護者を対象に、運動と食育に関する出張授業を 2018 年 11 月 9 日（金）に開催したことをご報告いたします。当日は「夢をつかむ！RIZAP 流カラダづくり」をテーマに、全員で体を動かしてスクワットに取り組んだり、成長に必要な栄養・食事に関する知識を高める授業を行いました。参加した子どもたちの 94%から、「学んだことを早速お家の方に話したい」という次のアクションにつながる明確な回答が得られ、大盛況となりました。

**■ 開催の背景**

熊谷市立大麻生小学校では、豊かな人間性を育み、知・徳・体のバランスの取れた学力を身につけるため、学校と PTA が共同して、「家庭教育学級講演会」と題したさまざまな学習の企画を推進しています。その一環で、子どもたちが働く人とふれあい、企業と社会の役割を学ぶことで興味関心を抱いたり、自分自身への気付きや、将来の夢について考え、英知を養う機会を提供したいという思いから、RIZAP の出張授業の要望を受け、この度の開催に至りました。

■ 運動と食事の重要性を伝授

平成 29 年 3 月に小学校学習指導要領の改訂があり、その基本的な考え方として、「生きる力」の育成や、体験活動の重視、また体育・健康に関する指導の充実を図る旨が発表されています。また、目まぐるしく変化している現代社会において、子どもたちがたくましく人生を切り拓いていくためには、社会との連携や協働が重要である旨が学習指導要領の前文として新たに加わりました。

これらを踏まえ、今回 RIZAP では、次世代を担う子どもたちが、生きる力を身につけ、夢を現実していくために最もベースとなる“カラダづくり”について授業を行いました。子どもたちの健やかな成長を促すための運動として、RIZAP ヘルスケア事業推進ユニットでユニット長を務める松崎主税（まつざき ちから）が、成長期に最適なコーディネーショントレーニングをはじめ、正しいスクワットなどを伝授し、頭で考えながら体を動かす運動を行いました。また RIZAP の管理栄養士の柳井美穂（やない みほ）が、夢に近づくための食材選びについて話し、子どもたちに食事や栄養について興味関心を抱かせる授業となりました。

◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAP PR 事務局 担当：西室、平山

TEL：03-6744-9754 FAX：03-5337-0636 Mail：press@rizapgroup.com

■ 参加した子どもたちや保護者の感想

参加した子どもたちのアンケート^{※1}によると、97%が「カラダ作りには運動と食事が大切だと思った」と回答しました。また、87%が「体を動かす楽しさを実感した」と回答し、1人1人の意識に働きかける授業となりました。また、最も印象に残ったこととして、「いろんな食べ物がエネルギーになっていることを実感しました」や「夢をつかむためには勉強だけでなく、体づくりが大切だと分かりました。僕もこれから意識して生活したい」や、「家で家族と一緒に運動したいと感じた」などのコメントが寄せられました。

また、保護者からは「思っていた以上に、とても簡単な事を脳(体)は間違ってしまうものなのだと驚きました。ゲーム感覚で体を動かせたのはとても良かったし、子どもたちをやる気にさせるいい方法だと思いました」や「なぜ？ どうして？ という探究心が大切で、考えることが将来の夢につながる一歩だという話が印象的でした」などの感想が寄せられ、子どもたちだけでなく、一緒に参加した保護者にとっても多くの学びがあり、気付きを見出す場となりました。

※1 当日の参加生徒 116 名のアンケート結果

■ 熊谷市立大麻生小学校からの感想

このたびの RIZAP 出張授業は、子どもたちが将来の夢へ踏み出す第一歩となる、貴重な時間となりました。「なぜ？ どうして？」の探究心とともに、健康な体づくりとバランスのよい食事の大切さを学ぶことができました。今回ご指導いただいた時間を日々の生活に生かし、心豊かにたくましく生きる子どもたちに成長して欲しいと思います。

■ 当日の様子



みんなでスクワット 10 回！



負けジャンケン！ 頭と体をフル回転



みんなが手を挙げる積極的な校風



真剣なまなざしで臨む栄養教室



栄養について〇×ゲームで頭の体操



個別に質問をする積極的な子どもたち

■ 日本を元気に！ RIZAP「1,000 万人健康宣言」

RIZAP では、より多くの方に RIZAP メソッドを体感いただき、日本を健康にするという目標を掲げ 2017 年 8 月に「1,000 万人健康宣言」を発表いたしました。その実現に向けて、RIZAP では、パーソナルトレーニングジム事業のほか、医療機関との連携や、大学や研究機関との共同研究、また、自治体と共同で取り組む健康増進プログラムなどのヘルスケア事業や、健康の維持向上に向けたフード事業等、多岐にわたるサービスを展開しております。その一環として今回、小学校へのお出張授業を開催いたしました。次世代を担う子どもたちの無限の可能性を引き出し、健やかな成長を促していく取り組みとして RIZAP および RIZAP グループ各社のシナジーを活かした取り組みを行っております。今後もさまざまな地域にて子どもたちや保護者とふれあう機会を作り、多くの方々の健康と輝く未来をサポートする社会貢献活動を継続してまいります。

◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAP PR 事務局 担当：西室、平山

TEL：03-6744-9754 FAX：03-5337-0636 Mail：press@rizapgroup.com



RIZAP 株式会社

<https://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)」を運営しています。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トレーナーを厳選しています。「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に全力でコミットします。

「RIZAP」の名称は、「RISE」と「UP」からできています。また、黒色背景と金色のロゴには、“どん底で暗闇の状態からでも、その人が望む限り、高く飛躍でき、必ず光り輝く未来は訪れる”という想いを込めています。

現在、132店舗(国内125、海外7)を運営。(2018年11月現在)

累計会員数は12万人を超えています。(2018年10月末現在)

所在地：〒169-0074 東京都新宿区北新宿 2-21-1 新宿フロントタワー31F

設立日：2010年5月7日

資本金：8億8500万円(2018年9月30日現在)

代表者：代表取締役社長 瀬戸 健

事業内容：健康に関する研究、ボディメイク事業等

フリーコール：0120-700-900 (通話料無料・24時間受付・年中無休)

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP PR 事務局 担当：西室、平山

TEL：03-6744-9754 FAX：03-5337-0636 Mail：press@rizapgroup.com