

## 千葉県初! 「メンズ・カーブス イオンタウン旭」 地域住民の出店要望に応え、12月13日(火)にオープン ～市民の健康生活の習慣化を図り、地域密着の健康インフラを目指す～

「女性だけの30分フィットネス カーブス」など運動施設を運営する株式会社カーブスジャパン（本社所在地：東京都港区／代表：増本 岳）は12月13日（火）千葉県旭市に男性専用スポーツジム「メンズ・カーブスイオンタウン旭」をオープンします。

正しい運動習慣を広めることで、健康長寿社会の実現に寄与し、超高齢社会の課題解決に貢献するカーブスは、「地域密着の健康インフラ」をめざし、「社会課題解決型事業」として、全国約2,000店舗を展開しています。また、カーブスの持つノウハウを生かし、医療関係者や地方自治体と連携した様々な活動を実施しています。

「メンズ・カーブス」では30秒の「筋力トレーニング」と30秒の「有酸素運動」を交互に実施する、1回30分のサーキットトレーニングを行います。

自宅から通いやすい距離にあり、1回30分という手軽さや会員の目的に応じて継続的な運動習慣を身につけることが可能なことから好評をいただいております。

これまで、地域の皆さまのご要望に応える形で、東北、関東、中部、近畿、中国、九州に順調に出店を重ね、この度千葉県旭市にオープンする「メンズ・カーブスイオンタウン旭」は全国で15店舗目となります。

旭市では、健康増進施策の推進を図る取り組みを実施されており、カーブスも同市のイベントなどでノウハウを提供し、地域の健康増進施策に貢献してまいりました。

カーブスは今後も運動を通じて、地域の皆さまとともに、健康寿命の延伸に取り組み、そして医療費や介護費の抑制にも寄与する健康を支える場となることを目指しています。

### ■施設概要

名称：メンズ・カーブスイオンタウン旭

所在地：千葉県旭市イ 4337-1 109 区画

電話番号：0479-74-3515

オープン日時：2022年12月13日（火）11:00

営業時間：平日 11:00～13:00／15:00～20:00

土曜日 10:00～13:00／15:00～17:00

休業日：木・日・祝

設備：マシン、ステップボード各12台を交互に円形に設置

簡易更衣室、ロッカー



▲メンズ・カーブス 運動風景

## ■メンズ・カーブス 既存店一覧

都道府県	店名	出店年月	所在地
青森県	メンズ・カーブス 八戸ラピア	2021年 5月	青森県八戸市江陽2丁目14-1 ラピア1階 (TEL:0178-51-6772)
宮城県	メンズ・カーブス 東北大学片平 SA テストベッド	2022年 3月	宮城県仙台市青葉区片平2丁目1-1 教育研究基盤支援棟202階(TEL:022-738-7266)
埼玉県	メンズ・カーブス ビバモール東松山	2020年 7月	埼玉県東松山市神明町2-11-6 ビバモール東松山2階(TEL:0493-53-4553)
東京都	メンズ・カーブス コピオ長房	2022年 10月	東京都八王子市長房町340番地12 コピオ長房2階 (TEL:042-673-6030)
長野県	メンズ・カーブス オギノ茅野	2018年 11月	長野県茅野市塚原1-17 オギノ茅野2階 (TEL:0266-82-7430)
	メンズ・カーブス あづみ野	2020年 8月	長野県安曇野市豊科南穂高492-1 (TEL:0263-50-7931)
富山県	メンズ・カーブス 根塚	2022年 7月	富山県富山市新根塚町1-5-27 (TEL:076-464-4114)
静岡県	メンズ・カーブス 浜松入野	2022年 1月	静岡県浜松市西区入野町621-1 TSUTAYA 佐鳴台2階(TEL:053-525-8265)
三重県	メンズ・カーブス 松阪パワーセンター	2022年 8月	三重県松阪市川井町上大坪718 (TEL:0598-31-2290)
京都府	メンズ・カーブス 山科竹鼻	2020年 10月	京都府京都市山科区竹鼻堂ノ前町20-1 (TEL:075-748-8831)
兵庫県	メンズ・カーブス アイモール高砂	2022年 10月	兵庫県高砂市米田町島83-1 モリスビル2階 (TEL:079-431-8801)
鳥取県	ブルーディア大山町健康センター	2016年 11月	鳥取県西伯郡大山町御来屋262 Aコープ名和店2階(TEL:0859-54-2920)
岡山県	メンズ・カーブス イオン津山	2021年 12月	岡山県津山市河辺1000-1 (TEL:0868-26-8300)
大分県	メンズ・カーブス 大分わさだ	2019年 12月	大分県大分市大字市1152番地 (TEL:097-578-7455)

## ■カーブスとは

「女性だけの30分フィットネス カーブス」は、病気と介護の不安と孤独のない、生きるエネルギーがあふれる社会をつくることを目的に、全国に1,947店舗（2022年8月末日現在）を展開し、40歳代～70歳代を中心に約77万人（2022年9月末日現在）の会員をサポートしています。『メンズ・カーブス』は2022年12月13日の出店をもちまして、全国15店舗となります。カーブス独自のトレーニングは、30秒の「筋力トレーニング」と30秒の「有酸素運動」を交互に実施し、1回30分で健康づくりに必要なすべてのトレーニングが終了します。また、カーブスのマシンは、体力や筋力に合わせて動かす速さで負荷が変わる油圧式のため、お一人おひとりに合わせた最適な負荷で全身を鍛えられます。

カーブスは、大学・専門研究機関との共同研究により様々なエビデンスを保有しています。カーブスで行っているサーキットトレーニングは、ダイエットや健康改善など、メタボ解消と転倒防止に必要な脚力のパワーアップによる介護予防対策<sup>\*1</sup>、高齢者の記憶などの広範囲な認知機能の改善<sup>\*2</sup>などに効果的なことが実証されています。また、30分のサーキットトレーニングをたった1回実施するだけでも、認知機能（抑制能力）と活力が即時に向上する<sup>\*2</sup>ことが明らかになりました。

<sup>\*1</sup> 国立健康・栄養研究所との共同研究 <sup>\*2</sup> 東北大学加齢医学研究所との共同研究

## 【株式会社カーブスジャパン 会社概要】

設立：2005年2月28日

代表者：増本 岳

資本金：1億円

事業概要：「女性だけの30分フィットネス カーブス」など運動施設の運営

所在地：東京都港区芝浦3-9-1 芝浦ルネサイトタワー 11階