

柏原市とカーブスジャパン、大阪府で2例目となる事業連携協定 健康づくりの推進に関する事業連携協定を締結

「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、大阪府柏原市（市長：富宅 正浩）と柏原市の健康づくり事業をより一層推進するため、2024年4月19日（金）に「健康づくりの推進に関する連携協定」を締結しました。



本協定は、「第4期健康かしわら21計画（健康増進計画）」の推進に向けた取り組みを通じて、市民の健康寿命を延ばすとともにヘルスリテラシーの向上を目的としています。連携協定に掲げる目的を達成するため、以下の内容について連携して取り組みます。

【協定による主な事業連携】

- (1) 健康づくりイベントの実施に関すること
- (2) ヘルスリテラシーの向上に関すること
- (3) 生活習慣病の予防に関すること
- (4) 運動習慣の定着に関すること
- (5) その他市民の健康増進に関すること

本協定締結により、株式会社カーブスジャパンおよび市内のカーブス店舗（カーブス河内国分駅前）が連携し、市民の健康増進に取り組むことで、「第4期健康かしわら21計画（健康増進計画）」の基本理念である「市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組み、生涯を通じて心身が健康で元気な生活を送ること」へ貢献し、市民の健康寿命を延ばすとともにヘルスリテラシーの向上を目指します。

【柏原市店舗】

店名	所在地	電話番号
カーブス河内国分駅前	大阪府柏原市国分本町 1-1 ジョイフル国分 3F	072-977-3636

ご参考

■「女性だけの30分フィットネス カーブス」とは

「女性だけの30分フィットネス カーブス」では、「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」の実現を目標に、全国に1,971店舗を展開し、40歳代～70歳代を中心に約80.9万人（2023年11月末日現在）の会員をサポートしています。

カーブスの運動は、女性の健康に必要な3つの運動「筋力トレーニング」「有酸素運動」「ストレッチ」を組み合わせた、1回30分間で全身を鍛えられるサーキットトレーニングです。独自に開発した油圧式マシンで、ひとりひとりの体力や筋力に合わせて簡単に強度を調節でき、安全に運動できます。「運動が苦手」「体力が心配」など、さまざまな悩みを抱えた女性が、手軽に運動を続け、無理なく成果を出せるよう、インストラクターが、ひとりひとりに合わせた運動指導とサポートを行っています。

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、下記のような運動効果が実証されています。

- ・筋肉量を維持しながらの健康的なダイエット、メタボリックシンドローム対策に有効^{※1}
- ・転倒リスクが減り、介護予防に効果的^{※2※3}
- ・高齢者の広範な認知機能を改善（認知症予防や認知機能リハビリへの応用が期待）^{※4}

^{※1}国立健康・栄養研究所 ^{※2}筑波大学大学院人間科学総合科 久野研究室 ^{※3}東京都健康長寿医療センター研究所

^{※4}東北大学加齢医学研究所 川島隆太研究室



【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