

PRESS RELEASE

報道関係者各位

2017年9月28日
野村不動産ライフ&スポーツ株式会社

リリースカテゴリー

都市型コンパクトタウン

都市再生・地方創生

グローバルへの取組み

不動産テック

働き方改革

健康・介護コース

社会課題

定期報告・レポート

～ メガロスが早稲田大学教授 金岡恒治氏と提携！～ 最先端の科学的エビデンスを基に、全国推計 200 万人が悩む

せきちゆうかんきようさくしよ 脊柱管狭窄症の予防プログラム開発！！

スポーツクラブ「メガロス」を展開する野村不動産ライフ&スポーツ株式会社（本社：東京都中野区、代表取締役社長：大橋 充）は2017年7月、早稲田大学スポーツ科学学術院 金岡恒治氏（整形外科医）と、プログラム開発や人材育成に向けたコンサルティング契約を締結いたしました。10月より新たに開発したプログラムの導入をスタートいたします。

フィットネスクラブでは、“健康作り＝Exercise is Medicine（運動は薬）”という考えから、子供から高齢者の方まで多くの顧客に様々な運動プログラムを提供しています。これらは効果が高い反面、副作用としてオーバークース（過重負荷）によるトラブルや関節の違和感などのお悩みが『子供』と『中高齢者』に多く起こることがあります。こういった症状は運動の効果を半減させてしまうばかりでなく、多くの方の運動継続意欲を低下させてしまいます。

そこで当社では、関節痛の専門家である早稲田大学教授金岡恒治氏とのコンサルティング契約により、**脊柱管狭窄症**および関節痛の予防に関するプログラム開発や監修を受けるとともに、傷害予防に関わる水泳指導者養成を同時に進めてまいります。社会的課題や顧客ニーズに合わせたプログラムを随時開発することで、健康的なフィットネスライフの普及・形成に貢献します。

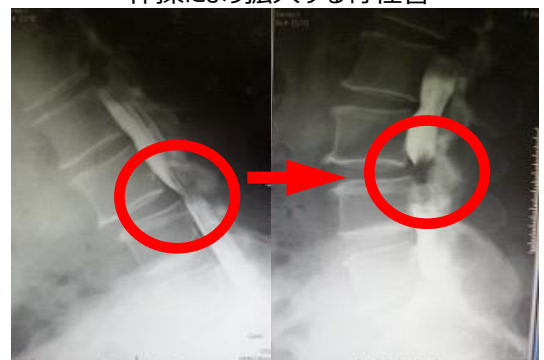
～科学的エビデンスに基づいた最新プログラムや育成カリキュラムを導入～

◆**脊柱管狭窄の予防を目指す『脊柱管拡大体操』プログラム**

ロコモティブシンドローム（※）の代表的トラブルである腰痛の内、神経の通り道である**脊柱管**が**狭窄**し、下肢のしびれや痛みが出てくる症状「**脊柱管狭窄**」を緩和し、その進行を予防することを目指す『**脊柱管拡大体操**』プログラムを開発しました。この体操は、脊柱全体の可動性を改善し、**狭窄**が発生しやすい個所の物理的な負担を減らすとともに、**脊柱管**そのものを**狭窄**しようとする圧力を低下させることを目的とします。日々のストレッチに追加していただくことで、状況の改善を狙います。専門的な指導は、メガロス立川（南館）において開始し、指導者の養成も同時に行います。その後、全店に展開していくことを目指します。

※ロコモティブシンドローム（運動器症候群）…運動器の傷害により「要介護になる」リスクが高い状態になること。

体操により拡大する脊柱管



体操実施前

実施後

あしたを、つなぐ

PRESS RELEASE

◆次世代アスリートの育成に向けた人材開発

水泳プログラムのインストラクター養成カリキュラム内において、金岡恒治氏による指導・セミナーを開催します。選手育成においてはオーバートレーニングから起こる傷害により、競技パフォーマンスが低下するばかりでなく、生活の質の低下を招きます。起こり易いスポーツ傷害に関して現場の指導者が正しい見識を持つことにより、未然に発生や悪化を防ぎ健全な選手育成に役立てます。また、傷害予防を通して、水泳特有に必要とされる身体機能の向上を図るカリキュラムを導入し、将来的に国際大会で活躍できる次世代アスリートの育成体制・環境を整えます。

◆お知らせ

プログラムの導入を記念し、10月15日（日）に、メガロス立川南館にて早稲田大学教授 金岡恒治氏の講演と健康科学大学教授 成田崇矢氏（理学療法士）による「^{せきちゅうかん}脊柱管拡大体操セミナー」を開催いたします。

【詳細】 イベント内容：①金岡恒治氏による講演（質疑応答を含む）

②成田崇矢氏による^{せきちゅうかん}脊柱管拡大体操実技

開催時間：9:30～11:00

対象者：16歳以上

予約方法：店頭または電話予約（042-548-3500）



◆金岡恒治氏 プロフィール

早稲田大学スポーツ科学学術院教授。1988年筑波大学卒。整形外科医師。筑波大学整形外科講師を務めた後に2007年から早稲田大学でスポーツ医学の教育・研究にたずさわる。またシドニー、アテネ、北京五輪の水泳チームドクターを務め、ロンドン五輪にはJOC本部ドクターとして帯同した。アスリートの腰痛予防研究に従事しており、体幹深部筋研究の第一人者。

日本整形外科学会認定専門医 日体協公認スポーツドクター

日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医 公益財団法人 日本水泳連盟 理事 医事委員会委員長

【略歴】

昭和63年3月 筑波大学医学専門学群卒業、筑波大学レジデント

平成10年3月 筑波大学大学院博士課程医学研究科卒業

平成10年4月 東京厚生年金病院整形外科 医長

平成12年7月 筑波大学臨床医学系講師

平成19年4月 早稲田大学スポーツ科学学術院 准教授

平成24年4月 早稲田大学スポーツ科学学術院 教授



■ 本件に関するお問い合わせ窓口 ■

野村不動産ライフ&スポーツ株式会社

経営企画室 広報担当：山崎・藤井・有村

TEL：03-5334-8600 FAX：03-5351-3700

あしたを、つなぐ