



2016年7月27日

地域の方々の健康づくりを応援する「健康ステーション大岡山」プロジェクト第2弾！

**8月1日(月)、大井町線・目黒線大岡山駅構内に  
パーソナルトレーニングスタジオと酵素ジュースショップの複合店舗が開業します**

東京急行電鉄株式会社

当社は、「健康ステーション大岡山」プロジェクトの一環として、大井町線・目黒線大岡山駅の駅構内に、8月1日(月)、パーソナルトレーニングスタジオと酵素ジュースショップから成る複合店舗「&needU(アンドニードユー)」を開業します。

「&needU(アンドニードユー)」は、株式会社AMPERSANDS(アンパサンドス)が新業態として出店する店舗です。パーソナルトレーニングスタジオでは、完全予約制で、筋力アップやダイエット、アンチエイジングの体づくりなどを目的としたパーソナルトレーニングを提供します。体を動かすトレーニングだけでなく、目的にあわせた食事のアドバイスも行います。

酵素ジュースショップでは、無添加のオリジナル酵素ドリンク「needU」を使用したフレッシュジュース・スムージーを販売するほか、健康促進や美容など、目的にあわせた栄養バランスで提供するサンドイッチを販売します。

7月には、駅に隣接する東急病院の1階エントランスを改装し、ご来院いただいた方にくつろいでお待ちいただけるラウンジスペースを整備しました。東急病院や目黒区が発行する健康に関するパンフレット専用ラックを設置し、健康の維持増進等に役立つ情報を発信しています。

また9月には、大岡山駅前に位置する東京工業大学と提携し、地域や沿線にお住まいの方を対象にした「大岡山健康講座」を開催する予定です。

当社は、2015年から、大岡山駅周辺を「健康ステーション大岡山」と称し、健康の発信拠点として、沿線のみなさまの健康づくりを応援するため、さまざまな取り組みを実施しています。

今後も「健康ステーション大岡山」プロジェクトを通じて、東急病院、東京工業大学、自治体、沿線商店街、医師会等と連携し、産学官民一体となって健康づくりに関する取り組みを進めていきます。詳細は別紙のとおりです。



## 【別紙】

### <店舗概要>

- 店 舗 名 &needU(アンドニードユー)
- 開 業 日 2016年8月1日(月)
- 所 在 地 東京都大田区北千束三丁目27番1号 大岡山駅構内
- 店舗面積 12.5㎡(食物販 2.2㎡ / パーソナルトレーニング 10.3㎡)
- 営業時間 9:00~21:00
- サービス内容

・酵素ジュースおよび軽食販売

【メニュー例】	酵素フレッシュジュース	350円(税別)
	酵素サラダスムージー	450円(税別)
	パワーサンド	470円(税別)
	ビューティーサンド	500円(税別)

・パーソナルトレーニング

【コース例】①筋力アップ ②ダイエット ③スタイルアップ ④アンチエイジングの体づくり  
(各コース 75min 8,000円/55min 6,000円/25min 3,000円/15min 1,500円)(税別)

### <東急病院1階ラウンジスペース>

利用時間	平日	8:15~17:00
	第2・第4土曜日	8:15~12:30



ラウンジスペース



健康に関するパンフレットの専用ラック

<大岡山駅 1階 図面>



<「大岡山健康講座」の開催>

東京工業大学と提携し、地域や沿線にお住まいの方々を対象にした「大岡山健康講座」を開催します。

- 開催日時 2016年9月13日(火) 14:30~16:00(予定)
- 会場 東工大蔵前会館 くらまえホール(東京工業大学キャンパス内)
- 参加予定数 300名(地域、沿線住民より公募)
- 講演内容(予定)

(1)【「よく噛むことの重要性」 ~エネルギー消費量の観点から~  
講師 東京工業大学リベラルアーツ研究教育院 教授 林 直亨

(2)【健康のためにできること】 ~リハビリテーションの立場から~  
講師 東急病院 リハビリテーション科 医長 辰濃 尚

(3)【自宅で簡単にできる！かんたんエクササイズ！！】  
~今より10分多く、毎日からだを動かしてみませんか？~  
講師 東急スポーツシステム株式会社 インストラクター

○申込み方法・問い合わせ先

【申込み方法】

往復はがきで、①開催日 ②郵便番号・住所 ③氏名 ④電話番号を明記の上、申込み締切日9月2日(金)(当日消印有効)までに以下の宛先へご送付ください。

【宛先・問い合わせ先】

〒145-0062 大田区北千束3-27-2 東急病院 医療連携室

TEL 03-3717-7867 月~金 8:45~17:00(土休日、5/1、12/30~1/3を除く)

## 【参考】

### ■「健康ステーション大岡山」プロジェクトについて

当社の企業立病院のある大岡山駅周辺を「健康ステーション大岡山」と称し、沿線のみなさまの健康づくりを応援するため、健康の発信拠点として、産学官民一体となってさまざまな取り組みを実施しています。

#### <取り組み事例>

##### ○健康階段

ホーム階と改札階を結ぶ階段の側面に、消費エネルギーを表記したステッカーを貼ることで、階段上ることによる運動量を把握することができます。3段に1段は応援メッセージを掲出し、楽しく階段を上るサポートをしています。



健康階段

##### ○健康啓発ポスター

健康への関心を深めてもらうため、駅構内の待合室やトイレに、健康に関連するポスターを掲出しています。

美しい時代へ—東急グループ Vol.3

# ゆっくりよく噛んで健康に

健康ステーション 大岡山

忙しいから、と「早食い」をしていますか？

ゆっくりよく噛み、味わって食べる「遅食い」で、太りにくくなります！  
「遅食い」は「早食い」にくらべ、食後のエネルギー消費量を増加させ、さらに食べ過ぎを防ぎます

食後 90 分間のエネルギー消費量 (kcal)

食習慣	エネルギー消費量 (kcal)
早食い	0.4
遅食い	10

よく噛まなくては飲み込めない食べ物を食べると「早食い」は改善します  
例：ブドウパン、フランスパン、焼き餅、シバー、イカの卵の焼き、ナッツ類、入浴スチーマー、せんべい  
(日本健康科学会雑誌(知能)より)

出典：東京工業大学 大学院 社会工学研究科 林直亨研究室 濱田有香 他

のるるん 東急電鉄

健康啓発ポスター(例)

○自動販売機でのエネルギー表示(カロリー)

駅構内に設置している自動販売機の商品ごとに、エネルギー(カロリー)を表示しています。

○「LAWSON+toks」のリニューアル

既存の「LAWSON+toks」を拡張・改装し、女性を中心に美しく健康で快適なライフスタイルをサポートする「NATURAL LAWSON+toks」としてオープンしました。

- ・店舗名 「NATURAL LAWSON+toks」
- ・開業日 2016年3月30日(水)
- ・店舗面積 109.5㎡
- ・営業時間 7:00~23:00  
(※日曜日・祝日7:00~22:00)



**2年連続で「健康経営銘柄」を受賞**

当社は、2016年1月、経済産業省が東京証券取引所と共同で選定する「健康経営銘柄」に、2年連続で選定されました。「健康経営銘柄」は、従業員の健康管理を経営的な視点から考え、戦略的に取り組んでいる企業を、東証一部上場企業の中から選定する取り組みです。

当社は、従業員とその家族の健康を企業価値の向上につなげるだけでなく、東急病院や生活サービス事業の展開により、東急線沿線のお客さまにも健康サービスを提供し、沿線価値の向上、さらには地域・社会への貢献に取り組んでいきます。



**いい街いい電車プロジェクトとは**

「いい街 いい電車 プロジェクト」とは、選ばれる沿線日本一に向け、沿線のみなさまとの近くて良い関係「近イイ関係」を目指すプロジェクトです。

駅がもっと身近になる活動を通して、愛着のある「いい街」と、いつでもどこでも安全に移動できる、安心・快適な「いい電車」の実現に向け、積極的に活動します。

