

2023年5月31日

報道関係者各位

株式会社東急スポーツオアシス

## オンライン完結型「卒煙応援プログラム」提供開始

【成功率約7割】行動と意識の変化を促すスポーツジムメソッドで91%の方が改善効果を実感

「Well-being First!」を企業ミッションに掲げる、株式会社東急スポーツオアシス（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：山岸 通庸、以下「オアシス」）は、世界禁煙デーに合わせて2023年5月31日（水）より社員の卒煙をサポートする法人向けオンライン完結型プログラムのサービス提供を開始します。

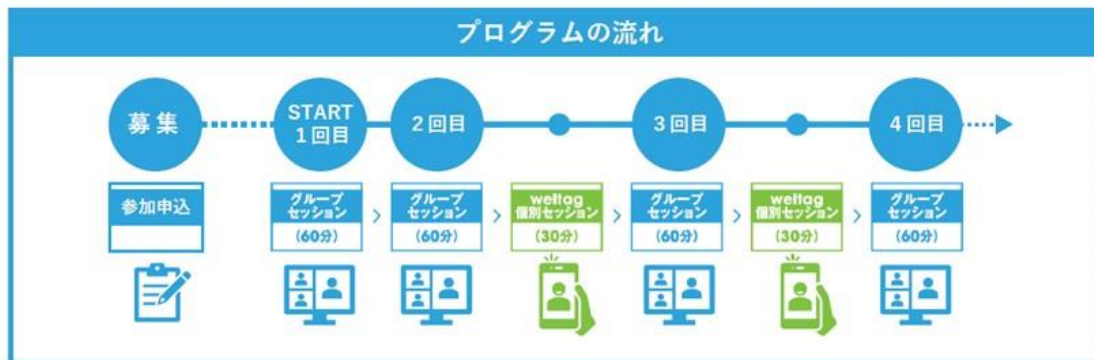


### ■ プログラム開発の背景

オアシスは長年スポーツジムを運営しており、お客様が健やかかつごきげんに生きるための行動と意識の変化を運動やカウンセリングを通してサポートしてまいりました。この行動変容や習慣化のプロとしてのノウハウを活かし、多くのお取引先様よりいただいた「従業員の健康増進のために禁煙のサポートをしたい」という声に応えるために、本プログラムを開発しました。

東急不動産ホールディングスグループ企業協力のもと、本プログラムのトライアルを3ヶ月間実施した結果、20代～60代までの幅広い世代の社員が参加し、卒煙成功率は66.7%でした。本プログラムのメリットをより多くの方に実感していただくために、オアシスは2023年5月31日（水）より「卒煙応援プログラム」のサービス提供を開始します。

## ■ オアシスが提供する「卒煙応援プログラム」の特長



左：卒煙応援プログラム実施の流れ 右：WEBGYM メニュー例

- ・オンライン完結型で、全国に拠点を持つ企業や社員が自宅等で勤務する企業でも導入しやすいプログラム
- ・グループセッションを通じて習慣化のプロであるメンタルコーチや他の参加者と共に課題抽出 & 目標設定を行い、チームで目標達成を目指す
- ・個別に寄り添うサポートも充実しており、プライベートセッションができるアプリ「weltag」でメンタルコーチが卒煙までサポート
- ・いつでもどこでも手軽に運動に取り組み始める動画コンテンツアプリ「WEBGYM」では、工作中的の喫煙タイムと置き換えてリフレッシュできるストレッチや、マインドフルネス瞑想を通じた禁煙ストレスケア等の本プログラム専用メニューが利用できる

▶ 「weltag」公式サイト：<https://www.sportsoasis.co.jp/lp/weltag/>

▶ 「WEBGYM」公式サイト：[https://www.sportsoasis.co.jp/webgym\\_app/](https://www.sportsoasis.co.jp/webgym_app/)

## ■ 東急リバブル株式会社でのトライアルの結果



サービス提供に先駆けた 2023 年 1 月～3 月の期間に、オアシスと同じく東急不動産ホールディングスグループ企業である東急リバブル株式会社にてトライアルを実施しました。卒煙成功率に関しては、第三者のサポートがあった場合の卒煙率は 50% という一般社団法人日本禁煙学会の調査結果と比較しても、大変優れた結果が出ております。

- ・卒煙成功率 66.7%
- ・改善率（喫煙量の低減等、卒煙に向けて改善した方の割合 ※卒煙成功者含む）91.7%
- ・プログラム完了率 100%（途中離脱者 0 名）
- ・プログラム満足度 100%
- ・推奨意向度（本プログラムを社内の方や知り合いの方にすすめたいか）91.7%

## ■ 参加者のコメント

- ・過去にも禁煙をしたが、今回のように最後まで取り組んで成果を得られたのは初めてだった
- ・頑張った自分を褒めることで自己肯定感の向上にも繋がり、今後の人生にとっても非常に良い経験ができた
- ・どんな結果も行動も「否定しない」ことでストレスを感じず、楽な気持ちで取り組むことができた
- ・家族や友人にも相談しにくい事柄なので、同じ目的を持った仲間と状況を共有することが励みになった
- ・煙草を吸った自分を否定することなく、卒煙を目指すことができた
- ・丁寧な個別セッションが大いに役立ち、禁煙中のもやもやした気持ちを晴らす手助けになった

## ■ 「卒煙応援プログラム」に関するお問い合わせ先

weltag サポートデスクメールアドレス：[weltag@sportsoasis.jp](mailto:weltag@sportsoasis.jp)

## ■ オアシスが掲げる企業ミッション「Well-being First!」とは

# Well-being First!

私たちオアシスは、一人ひとりの生き方が異なる現代人に寄り添い、その人らしいウェルビーイング、すなわち「毎日も人生も、健やかかつごきげんに、動き、生きること」をサポートします。

SDGs の目標 3「あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を推進する」にも表れているように、持続可能な社会を実現するためには健やかな心身が欠かせません。ポストコロナ時代において、こころとからだの健康に対する関心はさらに高まっていくことが予想されます。

当社はこのような社会変化を踏まえ、企業ミッション「Well-being First!」の達成に向かい、また一歩前進します。

この企業ミッションには、人の健康に寄り添う企業として、運動習慣のない人も含めた誰もが、身体的にも精神的にも健やかな毎日を過ごせる社会を目指すという想いが込められています。

既存のスポーツジム運営だけでなく、そのノウハウを活かして、新たな生活様式に沿ったオンラインフィットネス・ホームフィットネス事業の拡大や、BtoB/BtoG 事業の拡充を図り、「Well-being First!」な社会づくりに挑む、「ウェルビーイング総合カンパニー」に成長していきます。

## ■ 会社概要

商号：株式会社東急スポーツオアシス

代表者：代表取締役社長 山岸 通庸

本社所在地：〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂 1-10-8 渋谷道玄坂東急ビル

<https://www.sportsoasis.co.jp/>

### 【 本件に関するお問合せ先 】

株式会社東急スポーツオアシス 広報・SNS リレーション

広報 担当： 塩澤（しおざわ）・萩原（はぎわら）・若林（わかばやし）

TEL 050-3772-3818 E-mail [press@sportsoasis.jp](mailto:press@sportsoasis.jp)