

News Release

ジョンソンデジタルジャパン「Welltivity」×NTTドコモ「dヘルスケア」 期間限定で動画ミッションを開始！ 公式トレーナーHIRoMI、KAKUTOと一緒にトレーニングしてdポイントをゲット 配信期間：2024年2月28日～3月3日

ジョンソンデジタルジャパン株式会社（本社：東京都港区、代表取締役社長：高橋 達夫、以下「JDJ」）は、グローバルフィットネスプラットフォーム「Welltivity(ウェルティビティー)」を今春サービスリリースします。リリースに先立ち、「Welltivity」サービスの一部を体験していただくため、株式会社NTTドコモ（以下、ドコモ）が提供するスマートフォン向け健康管理・増進アプリ「dヘルスケア®※」にて2024年2月28日～3月3日の期間、先行して特別コンテンツを動画ミッションとして配信いたします。公式トレーナーHIRoMI、KAKUTOと一緒にトレーニングしてdポイントをゲットしましょう。



JDJは、従来のFITNESSを凌駕する「生活者のインサイト」および「成功体験とその共有」を体系化する新しいフィットネス「FITNESS2.0」を提言し、日本の皆様にフィットネスをより身近に感じていただきたいと考えています。

このたび、JDJはグローバルフィットネスプラットフォーム「Welltivity」のローンチを今春に控え、期間限定で「dヘルスケア」をご利用の方に自宅でかんたんにできる特別コンテンツをご紹介します。様々な部位に焦点を当てた簡単なストレッチ・トレーニング動画を10種類ご用意しており、足首のトレーニングはけが予防や転倒防止、血行促進などに効果的で、下半身のトレーニングは階段の上り下りのしやすさや怪我の予防に寄与します。また、腕痩せや握力のトレーニングは座って行え、年齢とともに低下する握力を改善することができます。短時間でできる有酸素運動やスクワット、ストレッチも紹介されており、それぞれが日常生活に取り入れやすい内容となっています。

動画ミッションをクリアすると、抽選でdポイント（期間・用途限定）がもらえます。ふるってご参加ください。

この機会にぜひ「dヘルスケア」アプリから「Welltivity」のコンテンツを先行してご覧いただき、フィットネスを身近に感じてください。

※ドコモが提供するスマートフォン向け健康管理・増進アプリ「dヘルスケア」は、歩数や体重、血圧、体温などを記録し、日々の変化をグラフやカレンダーで管理できるほか、楽しく健康習慣が身につくコンテンツを無料でご利用いただけます。さらに有料版をご利用いただくと、健康に関するさまざまな悩みをチャットを通じて24時間いつでも医師に相談できるオンライン健康相談もご利用いただけます。

（サービスサイト：<https://health.docomo.ne.jp/>）

※「dヘルスケア」は株式会社NTTドコモの登録商標です。

トレーナー紹介



HIROMI

8歳から新体操を始め、ナショナルチームとして国際大会等で活動。

その後ストリートダンスを始め、2007年から2017年にかけて安室奈美恵を中心に様々なアーティストのバックダンサーとして活動。現在は身体づくりの大切さを伝えたい、また年齢を重ねることでより輝くことへのサポートをしたいと精力的に活動中。



KAKUTO

市立船橋高校卒業、順天堂大学卒業。5歳の時に幼稚園の課外授業でヒップホップダンスを習い始め、同時に体操競技を始める。2023年4月の引退まで約18年間体操競技を継続し、全国大会では10回優勝。日本代表として国際大会で優勝した経験がある。2023年1月よりDJアンバサダーに就任。DJとしても活動中。

Welltivity×「dヘルスケア」特別コンテンツ一覧

- ・足首のトレーニング：けが予防や転倒防止、下肢の血行促進・冷え性・浮腫み改善におすすめの簡単トレーニング。
- ・下半身のトレーニング：下半身を鍛えると階段の上り下りが楽になったり怪我や転倒の防止につながります。
- ・腕痩せトレーニング：座ってできる30秒ずつの腕痩せトレーニングを5つ紹介します。
- ・握力のトレーニング：握力は年齢とともに低下します。簡単トレーニングで脳を刺激し握力アップを目指しましょう！
- ・3分間体力アップトレーニング：1日たった3分。積み重ねることで体力アップできる有酸素運動。
- ・かんたんスクワット：身体で一番大きな筋肉を使うスクワット。苦手な人も簡単にできる方法を紹介합니다。
- ・首周りのストレッチ：スキマ時間で首周りをやさしくほぐすストレッチ。
- ・腰痛改善ストレッチ：3種類左右30秒でできる腰痛に悩む方のためのストレッチ。
- ・股関節周りストレッチ：ベッドの上でもできる股関節まわりを緩めていくストレッチ。
- ・背中ほぐしのストレッチ：リラックス効果！肩こりや腰痛にも効果的な背中ほぐしストレッチ

※動画の内容は変更になる可能性があります。

※動画は動画ミッション、キャンペーン一覧からご覧いただけます。

※動画の配信はYouTubeの限定公開で実施いたします。

Welltivityとは



「Welltivity」はウェルネス・フィットネスをサブスクリプションでいつでも視聴・実践できるグローバル動画配信プラットフォームです。「Welltivity」は日本の文化やニーズに合わせて、健康・ウェルネス・フィットネスに関連したエンターテインメント性の高い動画を配信することで、運動初心者の方から上級者まで幅広い人々の成功体験をサポートいたします。



会社概要

世界No.1シェアの業務用フィットネスマシン「MATRIX」を中心に、家庭用ブランド「HORIZON」などを製造販売するグローバル企業、ジョンソンヘルステックグループの日本法人ジョンソンヘルステックジャパンより2022年6月1日付でジョンソンデジタルジャパン株式会社が分社化されました。

世界情勢や多様な場面でのフィットネスニーズに応えるため、「オンラインフィットネスコンテンツサービス」をジョンソンヘルステックグループで全世界に展開する中、日本市場におけるコンテンツ制作および販売を通し、みなさまにフィットネス・ウェルネスのエンターテインメント性の高いコンテンツを通して成功体験を提供する使命を担うべく誕生いたしました。2024年春の新ブランド「Welltivity」のローンチおよび、様々な新サービスの準備を進めております。

会社名 : ジョンソンデジタルジャパン株式会社
代表取締役社長 : 高橋 達夫
設立 : 2022年6月1日
本社所在地 : 〒108-0022 東京都港区海岸3-9-15 LOOP-Xビル7F
事業概要 : デジタルコンテンツ及びアプリケーションの企画・製作・配信及び販売
公式HP : <https://johnsondigital.jp/>
株主 : ジョンソンヘルステックジャパン (100%保有) (<https://johnsonjapan.com/>)
関連会社 : ジョンソンヘルステック (<https://www.johnsonhealthtech.com/eng>)
FUJI IRYOKI (<https://www.fujiiryoki.co.jp>)