

報道関係者各位

ランキングから読み解く47都道府県民性を大解剖【前編】 筋トレ好き・まめさ・減量コミット・シニア割合等 ～chocoZAP 会員データ・インフォグラフィックス～

RIZAPグループ株式会社(代表取締役社長 瀬戸健、本社：東京都新宿区)の連結子会社であるRIZAP株式会社は、コンビニジム「chocoZAP(チョコザップ)」の顧客属性、運動、体組成、来館、サービス予約、利用マシン等、顧客データを分析し、47都道府県ランキングにまとめましたのでご報告いたします。これらはchocoZAP会員ヘスターターキットとして提供している体組成計、ヘルスウォッチをはじめ、アプリのサービス利用、会員情報、店舗入退館等の膨大なライフログデータと、あらゆるデータ処理を可能とする分析リソースの経営資源を基盤としたインフォグラフィックスです。また県民博士(リサーチプロデューサー)として活躍中のディグラム・ラボ株式会社(代表取締役 木原 誠太郎、本社、東京都港区)の木原誠太郎さんに各項目を考察いただきましたので併せて発表いたします。

■前編全項目のランキングはこちら: https://rizap-group.g.kuroco-img.app/files/user/pdf/202409/PR_20240926_02.pdf

■後編は2024年10月3日(木)に公開予定



サマリー

- 【1】真面目な県民性?!まめに記録する都道府県ランキング、上位は東北4県
- 【2】減量にコミット都道府県ランキング、1位佐賀県は卒なく器用な県民性の表れ?!
- 【3】筋トレ大好き都道府県ランキング 1位は和歌山県、短時間の集中トレーニングで自らの限界に挑戦する県民性?!
- 【4】有酸素運動大好き都道府県ランキング、車通勤が徒歩・電車かによってchocoZAPでの運動種目に違いが?!
- 【5】よく歩く都道府県ランキング、東京都、神奈川県、千葉県、大阪府など都市部が上位
- 【6】シニア会員が多い都道府県ランキング、奈良、和歌山、兵庫、京都など、関西でシニアのジム通いが流行中?!

◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAPグループ株式会社 広報部 担当：杉原、小林、田中、平山

Mail: press@rizapgroup.com

【1】真面目な県民性?!まめに記録する都道府県ランキング、上位は東北4県



2024年1月1日～2024年7月31の期間中、chocoZAPの体組成計やヘルスウォッチ、アプリを使って体組成や運動を記録した会員の割合のランキングです。N=1,595,317（期間中の退会者含む）

東北6県のうち、宮城県、福島県を除く4県が上位に入る結果となりました。これは、東北地方は冬の寒さが厳しく、冷害などに耐えながら生活してきたため、真面目で辛抱強く、こつこつとした行動を嫌がらずに行う、まめな県民性があるように捉えられます。

県民博士（リサーチプロデューサー）木原誠太郎さんの考察

1位は岩手県、続いて長野県、山形県、秋田県、青森県と、東北・信越地方の県が上位を占めました。これらの県は「勤勉さ」と「几帳面さ」が強い県民性が特徴的で、性格診断でも「忍耐強く、内に強い意志を秘めている」「自然を愛し、健康志向が強い」などの特性が多く見られます。

1位：岩手県

岩手県民は「忍耐強く、内に強い意志を秘めている。」性格で、計画的な生活が求められる厳しい自然環境の中で培われてきました。農業や林業が盛んで、作業の細かい記録や計画が不可欠なことから、几帳面でデータ管理に長けています。こうした性格が、chocoZAPでの体組成計やヘルスウォッチの高い記録率に繋がっていると考えられます。

2位：長野県

長野県民は「自然を愛し、健康志向が強い。自己管理能力が高く、誠実」な性格です。長野は長寿県として知られ、自然環境や伝統的な食文化が健康維持を支えています。こうした背景から、日常的に自身の健康状態を把握することが習慣化しており、chocoZAPでの記録がまめにに行われているのもその延長と言えるでしょう。

3位：山形県

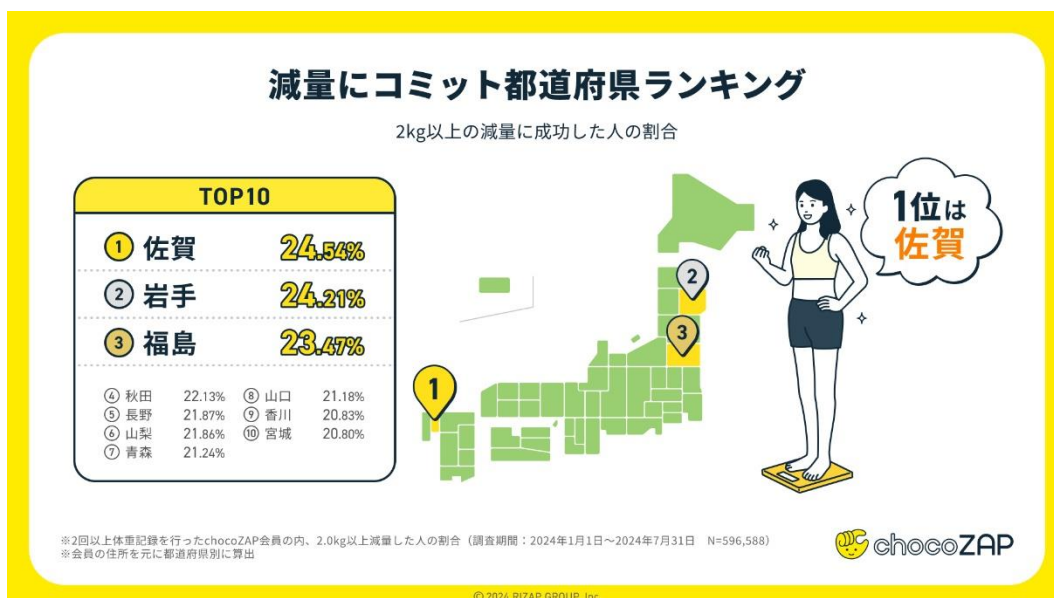
山形県民は「親しみやすく優しいが、時に頑固さを見せる」性格で、農業や伝統工芸に従事する中で培われた細部へのこだわりが特徴です。四季折々の自然の中で、綿密な作業や改善を重視する文化が根付いており、これが日々の記録習慣に繋がっています。chocoZAPでの記録の徹底も、この几帳面な県民性の表れと考えられます。

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：杉原、小林、田中、平山

Mail : press@rizapgroup.com

【2】減量にコミット都道府県ランキング 1位佐賀県は卒なく器用な県民性の表れ?!



2024年1月1日～2024年7月31日の期間中、2回以上体重計測を行ったchocoZAP会員の内、2.0kg以上減量した人の割合のランキングです。N=596,588（期間中の退会者を含む）

体組成や運動の記録をこまめにとっている東北地方の5県が上位に入っていることがわかります。これは前述【1】の、日々の記録を付けることから、健康や減量への意識が高く、それが健康的な生活習慣への行動変容に表れていることが推測されます。しかし、記録頻度の理由では裏付けできないのが、【1】で中盤、24位だった佐賀県が、突如、減量成功者が多い県として1位にランクインしている点です。日々のこつこつとした記録者率は高くないにもかかわらず、減量者率が高いという点から、佐賀県民の中に「卒なく器用」あるいは「要領を得るのが得意」などの県民性が潜んでいることが考えられます。

■ RIZAP 統括トレーナー幕田純の考察「自己モニタリングは、ボディメイクを成功に導く重要ファクター」



RIZAP 株式会社 執行役員 幕田 純

これまでのさまざまな研究で、自己モニタリング(体重や食事の記録を続けること)は、体重管理や減量にポジティブな影響を与える(つまり減量成功率が高まる)と示されています。これは、記録をつけることで、自分の行動や進捗を客観的に把握でき、改善点を見つけやすくなるためと言われています。また記録によって自己管理の意識が高まることで、行動変容が促進され、食事の選択や運動の習慣が改善されるという研究もあります。※1

そうした観点から、RIZAP ではゲストのボディメイクをサポートする中で、記録は重要な要素と位置付けています。日々、体組成や運動、食事の記録を付けることで意識が変わります。また自身で身体が変化する進捗を把握することができるので、小さな成功体験を積んだり、反省と調整を繰り返したりすることで、目標と具体的な計画の立案にもつながり、モチベーションを維持しやすくなります。その結果としてボディメイク(あるいは減量)を成功に導きやすくなります。

県民性のランキングにおいても、まめに記録している県が減量成功の傾向があります。こうした点からも、ボディメイクはこまめに記録してPDCAサイクルを回していくことが重要なのだと思います。

※1 2012年 金城 博子, 島崎 弘幸 著 日常生活での運動の取り組みとセルフモニタリングによる減量効果 https://www.jstage.jst.go.jp/article/jhas/8/2/8_113/_article/-char/ja/

◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：杉原、小林、田中、平山

Mail : press@rizapgroup.com

県民博士（リサーチプロデューサー）木原誠太郎さんの考察

1位は佐賀県（24.54%）、続いて岩手県、福島県、秋田県、長野県と、東北地方と九州の県が上位に入りました。これらの県は「自己管理能力」と「目標達成意欲」が高い県民性が特徴的で、性格診断でも「落ち着いていて控えめ。地道に努力することを好む」「忍耐強く、責任感があり、物事を着実に進める」などの特性が見られます。

1位：佐賀県（24.54%）

佐賀県民は「落ち着いていて控えめ。地道に努力することを好む」性格です。豊かな自然環境の中で、堅実に物事を進める姿勢が根付いています。地元の健康的な食文化も影響し、計画的に減量に取り組むことが chocoZAP での成功率に繋がっていると考えられます。自分のペースで目標を追求する県民性が、減量へのコミットにも表れているのでしょう。

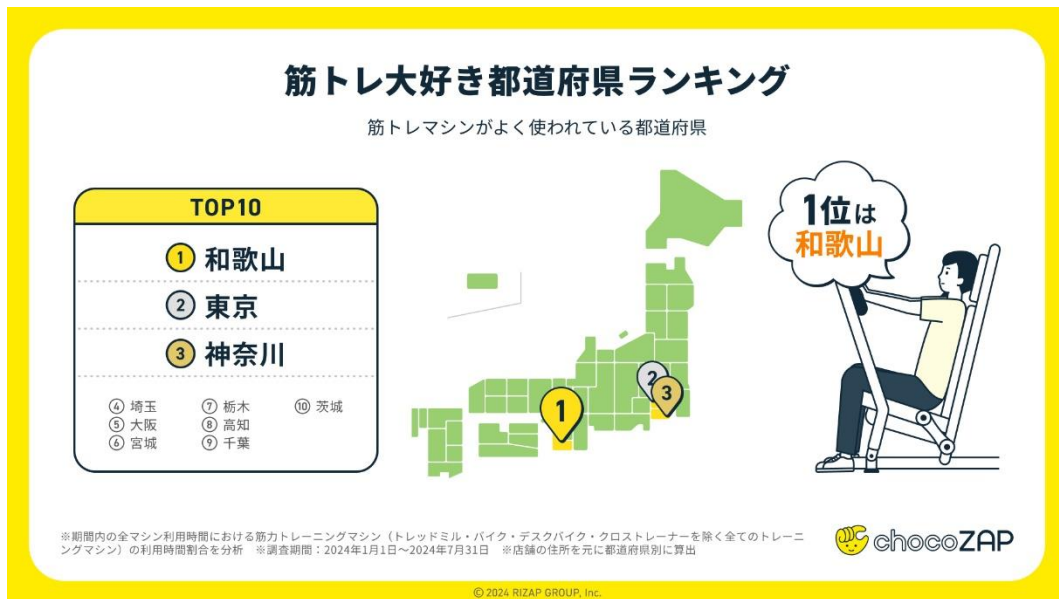
2位：岩手県（24.21%）

岩手県民は「忍耐強く、内に強い意志を秘めている」とされ、厳しい自然環境に適応しながら生活してきた歴史があります。伝統的な生活習慣やバランスの良い郷土料理が健康維持を後押ししており、これが減量成功に繋がっていると考えられます。chocoZAP での成功率の高さは、県民性と日常的な健康意識の表れでしょう。

3位：福島県（23.47%）

福島県民は「忍耐強く、責任感があり、物事を着実に進める」性格が特徴です。福島は四季の変化が豊かで、季節ごとに適した運動が生活に根付いています。伝統的な農業が盛んで、新鮮な野菜や果物が手に入りやすい環境が、健康志向を後押ししています。こうした環境で地道に健康管理を行う姿勢が、chocoZAP での減量成功に繋がっていると考えられます。生活の中で継続して健康を意識することが、減量への強いコミットに繋がっているのでしょう。

【3】筋トレ大好き都道府県ランキング 1位は和歌山県、短時間の集中トレーニングで自らの限界に挑戦する県民性?!



2024年1月1日～2024年7月31日の期間中の全マシン利用時間における無酸素運動マシン（トレッドミル・バイク・デスクバイク・クロストレーナーを除く全てのマシン）の利用時間割合を分析し、ランキングにしました。

筋トレマシンの利用率は、都市部が上位にランクインしていることが分かります。そんな中、1位が和歌山県である点がポイントです。和歌山県民には、短時間で集中的にパワー重視のトレーニングをする「筋トレ愛好家」の割合が高いことが分かります。またそのトレーニングの特徴から、自分の限界に挑戦することが好きで、自己ベストを更新することに喜びを感じるようなタイプが多いことが推測されます。

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：杉原、小林、田中、平山

Mail：press@rizapgroup.com

県民博士（リサーチプロデューサー）木原誠太郎さんの考察

筋力トレーニングマシンの利用割合が高い県として、和歌山県が1位、続いて東京都、神奈川県、埼玉県、大阪府が上位にランクインしました。これらの県は「自己成長欲求」と「挑戦心」が強い県民性が特徴で、性格診断では「人懐っこく、親しみやすいが、自分の意見をしっかり持っている」「自立心が強く、効率を重視」などの特性が見られます。

1位：和歌山県

和歌山県民は「自然に囲まれた環境を好み、穏やかな生活を楽しむ」一方で、自分の意見をしっかり持っているようです。自然豊かな環境で育ち、身体を動かすことが生活の一部となっていることから、自らの限界に挑戦し、達成感を味わうことを重視する県民性が、chocoZAPでの筋トレ利用率の高さに繋がっているのかもしれない。

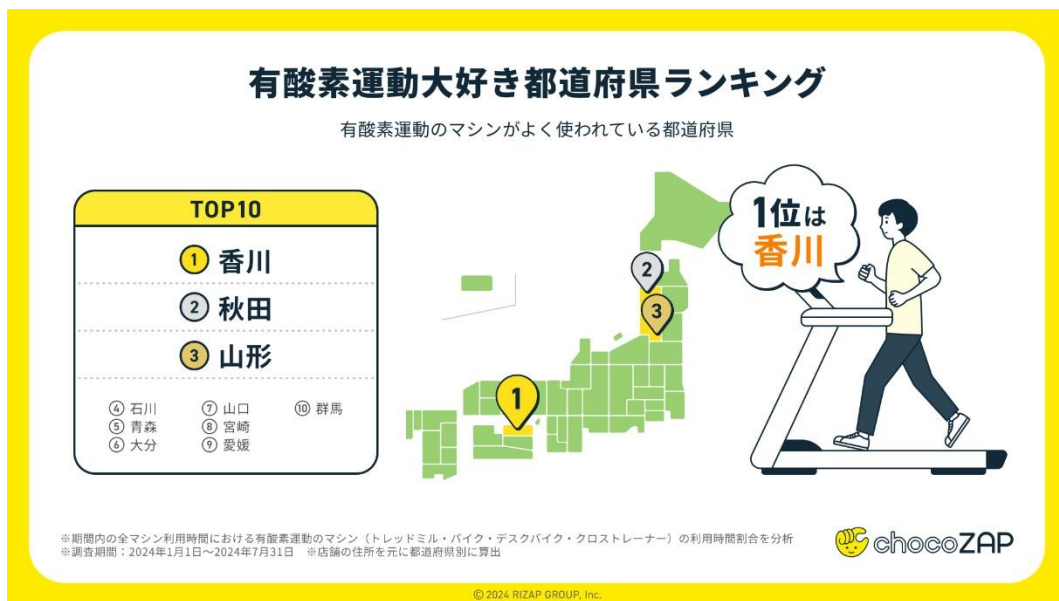
2位：東京都

東京都民は「自立心が強く、効率を重視。新しいことに敏感で、常に最先端を追求する」性格があるようです。フィットネス市場規模が全国最大であり、最新のトレーニング方法や機器にも敏感です。短時間で効率的に成果を出すことを求める都民にとって、筋トレは最適な方法と考えられます。

3位：神奈川県

神奈川県民は「自由を愛し、他人との関係を重視する。柔軟性があり、適応力が高い」性格です。都会的なセンスと自然への愛着を併せ持ち、アウトドアスポーツも盛んです。筋力トレーニングを取り入れることで、より充実したライフスタイルを追求しているようです。

【4】有酸素運動大好き都道府県ランキング、車通勤が徒歩・電車かによってchocoZAPでの運動種目に違いが?!



2024年1月1日～2024年7月31日の期間中の全マシン利用時間における有酸素運動マシン（トレッドミル・バイク・デスクバイク・クロストレーナー）の利用時間割合を分析しランキングにしました。本項目での番付は、前項【3】の上位と下位の逆転番付ということになります。

しかし、なぜ都市部では無酸素運動マシンの利用率が比較的高く、そうでない県では有酸素運動マシンの利用率が高いのでしょうか？これについて、RIZAPでは都心部とそれ以外の地域における通勤手段の違いが1つの要因と考えています。次項【5】の歩数ランキング、あるいは国民健康・栄養調査^{※2}にもあるように、都市部は徒歩や電車等での通勤手段が比較的多い地域であり、歩く傾向があるためchocoZAPでは無酸素運動マシンの利用率が高い傾向になることが考えられます。他方で、車通勤が多い地域は、歩く機会が少ないため、chocoZAPでは有酸素運動マシンの利用率が高い結果になっていることが推測されます。

※2 e-Stat | 2016年国民健康・栄養調査 歩数の平均値（20～64歳、性・都道府県別、年齢調整値） <https://www.e-stat.go.jp/dbview?sid=0003234800>

「 本件に関するお問い合わせ 」

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：杉原、小林、田中、平山

Mail : press@rizapgroup.com

県民博士（リサーチプロデューサー）木原誠太郎さんの考察

1位は香川県、続いて秋田県、山形県、石川県、青森県と、北陸・東北地方の県が上位にランクインしました。トップの香川県は「効率重視」。それ以外の上位県は「忍耐力」と「持久力」を重視する県民性が特徴的です。

1位：香川県

香川県民は「効率的に健康を維持することを好む」性格もあり、ウォーキングやサイクリングなどの有酸素運動は気軽に始められるうえ、効果的であるため特に好まれているのではないのでしょうか。こうした県民性と環境が相まって、香川県が有酸素運動全国1位になっていると考えられます。

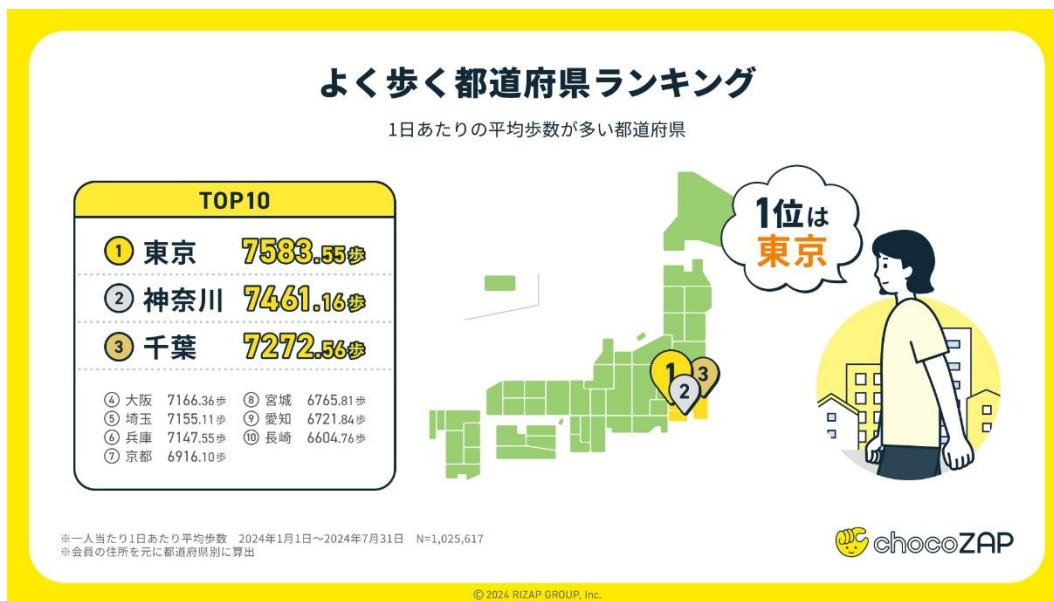
2位：秋田県

秋田県は冬の寒さが厳しく、雪が多い地域です。そのため、冬場の体力維持や体温調整のために有酸素運動を取り入れている人も多いかもしれません。また、秋田県民は「忍耐強く、内に強い意志を秘めている」ことから、長期的な健康管理や体力向上に対して粘り強く取り組む傾向があります。有酸素運動は持久力を養うのに適しており、秋田県民の忍耐強さや継続する力にマッチしているのでしょう。

3位：山形県

山形県民は「親しみやすく優しいが、時に頑固」という性格で、じっくりと取り組むことを好みます。四季折々の豊かな自然環境が整っており、ウォーキングやサイクリング、冬のスキーなど、日常的に有酸素運動を楽しむ機会が多いことが特徴です。こうした自然環境と県民性が、持久力を養う有酸素運動に向いているのでしょう。

【5】よく歩く都道府県ランキング、東京都、神奈川県、千葉県、大阪府など都市部が上位



2024年1月1日～2024年7月31日の期間中、一人当たり1日あたりの平均歩数を都道府県別にランキングにしたものです。N=1,025,617（調査期間中の退会者含む）

上位には圧倒的に都市部の傾向が見られます。これは、通勤通学のスタイルによる要因が大きいと考えられます。またそれによって、chocoZAPでの運動の種類にも傾向が分かれるという【3】筋トレ、【4】有酸素運動の都道府県のランキングを支持する結果となりました。

県民博士（リサーチプロデューサー）木原誠太郎さんの考察

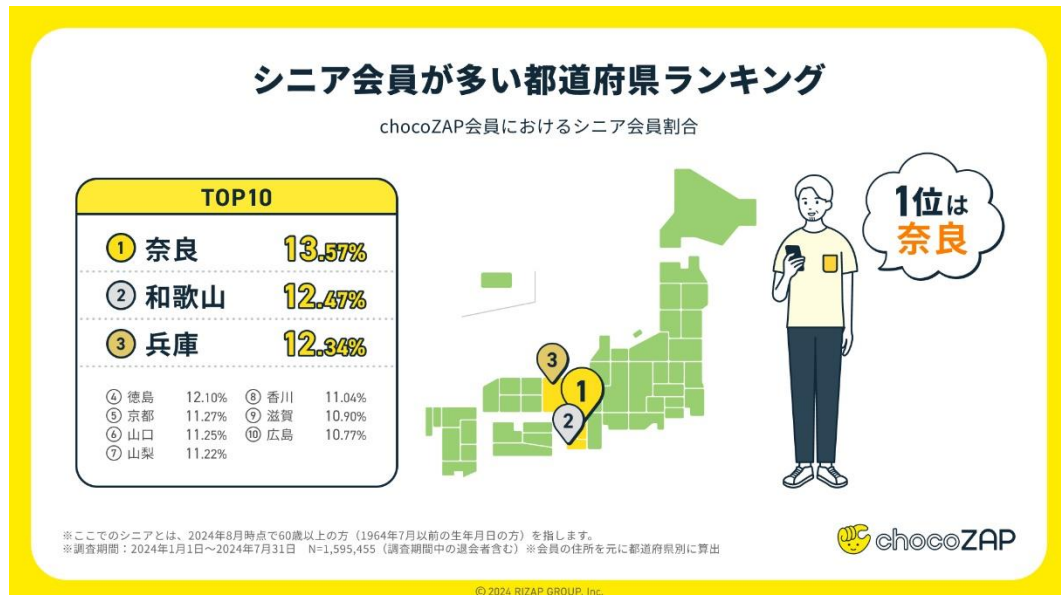
1位は東京都（7583.55歩）、続いて神奈川県、千葉県、大阪府、埼玉県と、首都圏と関西の都市部が上位を占めました。これらの県は「活動的」と「好奇心」が強い県民性が特徴的で、性格診断でも「自立心が強く、効率を重視」「自由を愛し、他人との関係を重視する」などの特性が見られます。

◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：杉原、小林、田中、平山

Mail： press@rizapgroup.com

[6]シニア会員が多い都道府県ランキング、奈良、和歌山、兵庫、京都など、関西でシニアのジム通いが流行中?!



chocoZAP 会員におけるシニア会員が占める割合のランキングです。ここでのシニアとは、2024年8月時点で60歳以上（1964年7月以前の生年月日）の方を指します。調査期間：2024年1月1日～2024年7月31日 N=1,595,455（調査期間中の退会者含む）

ランキング上位を見ると、関西地方の、それも大阪府周辺の県がトップ10に入っています。ちなみに大阪府は11位であり比較的上位という結果になりました。考えられる要因の一つに、行政の施策が挙げられます。奈良県は「なら健康長寿基本計画（第2期）」^{※1}が策定されており、「誰もが生涯を通して健康で自分らしく心豊かに暮らすことで、健康寿命を男女とも日本一にする」という目標を掲げて県民の健康増進に取り組んでいます。2位の和歌山県では、「第四次和歌山県健康増進計画」^{※2}、3位の兵庫県では「兵庫県健康づくり推進実施計画（第3次）」^{※3}があり、地域住民への積極的な健康増進施策として、フレイル対策や転倒予防・筋力維持のためにさまざまな施策が行われており、その一環での運動促進も呼びかけられています。そうした行政の施策がchocoZAPのシニア会員が多いことに結びついている可能性があります。

※1 奈良県 | なら健康長寿基本計画（第2期） <https://www.pref.nara.jp/32853.html>

※2 和歌山県 | 第四次和歌山県健康増進計画 https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/041200/h_kenkou/d00154712.html

※3 兵庫県 | 兵庫県健康づくり推進実施計画（第3次） <https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf17/kenkoudukuruishinheikaku03.html>

県民博士（リサーチプロデューサー）木原誠太郎さんの考察

全体の所感として、関西圏の県が上位に多くランクインし、「直観力」が強く、決断力と行動力のあるシニアの方々が多い印象です。これらの県では、身体の健康だけでなく、心の健康も大切にする姿勢が見られます。積極的にフィットネスに取り組むことで、健康維持と自己満足を両立させているようです。

1位：奈良県（13.57%）

奈良県民は一見保守的に見えるものの、行動力が高く「猪突猛進型」の性格も多く見られます。外見や所作にこだわりがあり、筋トレなどの身体を動かす活動を好む傾向があります。シニアの方々も健康維持のために、chocoZAPを利用してスティックにトレーニングをしていると考えられます。

2位：和歌山県（12.47%）

和歌山県民はノリが良く、明るく決断力と行動力が特徴です。決めたらすぐ行動に移す県民性があり、シニアの方々もワイワイ楽しみながらchocoZAPを活用しているように見受けられます。和歌山の温暖な気候も、積極的なフィットネス活動を後押ししていると考えられます。

3位：兵庫県（12.34%）

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：杉原、小林、田中、平山

Mail : press@rizapgroup.com

兵庫県民はミサーで、流行や人間関係を大切にしている県民性があります。新しいことに敏感で、面白いことにはすぐに飛びつく傾向があり、シニア層もトレンドをチェックしながら chocoZAP でのトレーニングを楽しんでいると考えられます。兵庫県の多様な地域性も、それぞれの地域に合ったフィットネスの楽しみ方を広げています。

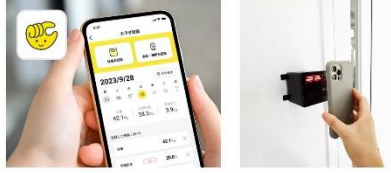
■ chocoZAP サービスにより活用できるデータ例

体組成計・ヘルスウォッチで取得できるデータ



- 体重
- 体脂肪率
- BMI
- 基礎代謝量
- 除脂肪体重
- 内臓脂肪レベル
- 骨格筋率
- 骨量
- 筋肉量
- タンパク質量
- 体水分率
- 体内年齢
- 睡眠時間

chocoZAPアプリで取得できるデータ



- 年齢・性別・居住地等の属性データ
- 入退会・継続状況・会員プラン等の基本情報
- 身長
- 利用目的（減量・筋力アップ・健康維持等）
- 目標体重と達成希望期間
- アプリ起動回数
- 来館履歴（入退館の時間や頻度）
- chocoZAPオンラインストア閲覧・購入
- アプリ内コンテンツ閲覧履歴（レポート・chocoZAP TV・FAQ・広告等）
- 歩数・歩いた距離
- 運動記録
 - ・ 実施種目
 - ・ セット数
 - ・ 回数
 - ・ 重量
- サービス予約
 - ・ セルフエステ
 - ・ セルフ脱毛
 - ・ セルフネイル
 - ・ セルフホワイトニング
 - ・ マッサージチェア
 - ・ カラオケ
 - ・ 洗濯・乾燥機
 - ・ ゴルフ等
- 食事記録
 - ・ カロリー
 - ・ タンパク質
 - ・ 脂質
 - ・ 炭水化物
 - ・ 糖質
 - ・ 食物繊維
 - ・ 塩分

提携医療機関のデータ

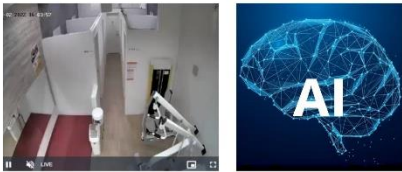


Mini人間ドック：MRI(脳ドック)・CT・エコーで分かるデータ

- MRI利用履歴/検査結果
 - ・ 脳血管の病変（虚血、梗塞、出血）
 - ・ 脳の萎縮
 - ・ 脳腫瘍の有無等
- 胸部CT利用履歴/検査結果
 - ・ 肺の疾患（肺がん、肺炎、肺気腫）
 - ・ 心臓・心血管の疾患・異常（狭心症、心筋梗塞）等
- 腹部CT利用履歴/検査結果
 - ・ 腹部臓器（肺、胆、脾、腎臓）の腫瘍等の病変
- エコー検査利用履歴/検査結果
 - ・ 乳がん等の乳房の各種病変
 - ・ 腹部臓器の病変等

※検査は医療機関で行われ、chocoZAPでは一切の医療行為を行いません。※ Mini人間ドックはchocoZAP会員様につきMRIかCTいずれか最大年1回までの募集です。
 ※検査は東京都新宿区の提携医療機関にて行います。交通費はご負担ください。予約枠には限りがあり、件数は変動する場合がございます。※お返す検査結果は、治療・処方を行うための確定診断結果ではありません。健康状態の確認、病気の早期発見にお役立ていただき、心配なリスクがあった方は検査を受けた医療機関またはかかりつけ医にご相談ください。

店内AIカメラによるモニタリングデータ



- 利用されているトレーニングマシンの種類
- 各種トレーニングマシンの稼働時間

無限大の可能性

- 来館頻度と体重変化の相関関係
- 睡眠時間と体重変化の相関関係
- 摂取栄養素と筋肉量の相関関係
- 実施運動種目と体重変化の相関関係
- 歩数と体脂肪率の相関関係
- 来館頻度と継続率の相関関係
- アプリ起動回数と継続率の相関関係
- 各種サービス予約と継続率の相関関係
- 店舗利用時間帯と体重変化の相関関係
- サービス予約と来館頻度の相関関係
- 運動種目ごとの負荷・セット数・頻度と筋肉量・体重変化の関係
- 食事摂取タイミングと体重変化の相関関係
- 自宅から店舗までの距離と来館頻度の関連
- 多店舗利用者と体重減少の相関関係
- 脳萎縮と歩数（歩いた距離）の相関
- CT審査結果（脂肪肝）と体脂肪率の関連
- CT審査結果（脂肪肝）と筋肉量の関連
- 心筋梗塞と体水分率の関連

chocoZAP や提携機関には、豊富なデータがあります。項目単体では多くの意味を持たない場合もありますが、これらを掛け合わせたり、経年で並べたり、相関関係を探るなど、統計情報として分析することで、今後のヘルスケアに関わる無限の可能性・発展性があると考えられます。

« 本件に関するお問い合わせ »

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：杉原、小林、田中、平山

Mail : press@rizapgroup.com

■データを経営資産として活用し chocoZAP の成長を加速

chocoZAP はトレーナーが常駐していない無人スタイルのフィットネスジムですが、会員様に chocoZAP サービスをご利用いただくにあたっては、アプリ等を通じて必要な情報をしっかりお届けできるよう、データを活用したサービス設計をしています。スターターキットとして会員様へ提供している体組成計・ヘルスウォッチ・アプリの情報についても、会員様ご自身での健康管理にお役立ていただくとともに、chocoZAP においても重要な情報資産として捉えております。この度の発表は、そうしたデータの一部を 47 都道府県ランキング形式に加工したものです。今後も統計処理したデータ発表を継続的に行ってまいります。

RIZAP グループでは、中期経営計画^{※4}にて 2027 年 3 月期末に chocoZAP 3,800 店舗、会員数 350 万人の達成を掲げています。これには、chocoZAP 会員データの利活用および外部データとの連携は不可欠であると考えております。そのため、chocoZAP の会員基盤を、医療、介護、保険、公共等さまざまなデータと連携し、健康ソリューションに欠かせない「ウェルビーイングプラットフォーム」へと進化させることを目指しております。

データの利活用や連携は、今後のサービス開発、出店戦略、マーケティングにおいても重要です。例えば店舗密集エリアでの共存要因や、店舗が少ないエリアでの成功要因の分析にも不可欠です。このようにデータを徹底活用し、あらゆる条件において持続的な事業成長へと役立ててまいります。

※4 2024 年 2 月 14 日 RIZAP グループ「中期経営計画の改訂に関するお知らせ」<https://ssl4.eir-parts.net/doc/2928/tdnet/2398938/00.pdf>

■県民博士（リサーチプロデューサー）木原 誠太郎（きはら せいтарろう）さん プロフィール



リサーチプロデューサー

電通やミクシィでマーケティングを担当し、様々な企業のコンサルティングに関わる。

2013 年、「ディグラム・ラボ」を設立。

現在は、心理学×統計学で人間の本質を分析し、カウンセリングする「ディグラム」の研究を進めている。
京都芸術大学 客員教授。

最新著書は『新ディグラム性格診断 9 タイプが解き明かすあなたの真実』（プレジデント社）

「スター★性格診断 SHOW」（TBS 系）や「ホンマでっか!?TV」（フジテレビ系列）や「オイコノミア」（NHK）
「有吉ゼミ」（日本テレビ系列）「かまいたちの机上の空論城」（関西テレビ）などテレビ出演多数

■「chocoZAP(チョコザップ)」概要

○コンセプト：「簡単」、「便利」、「楽しい」

○店舗数：1,597 店舗^{※5}

○利用料金：月額 3,278 円(税込)

○特徴

2022 年 7 月にスタートした「chocoZAP」は、「1 日 5 分のちよいとレ・健康習慣プログラム」の開発や、運動のみにとどまらず「美容」「ライフスタイル」「エンターテイメント」など様々な分野のサービス展開を行っており、全国で 1,597 店舗^{※5}、会員数は 127 万人^{※6}を突破し、国内フィットネスジム会員数日本一^{※7}を達成しています。「日本中のあらゆる人の声に寄り添い、健康で活力に溢れた社会にコミットし続けることができるサービスをご提供する」ことを目標に、より幅広いお客さまにとって身近な存在として、毎日の生活の中で健康増進に貢献するインフラ的な存在になっていくことを目指しています。

※5)2024 年 8 月 14 日時点 ※6)2024 年 8 月 15 日時点 ※7) RIZAP 株式会社調べ。在籍会員数を公表しているスポーツジム各社の公表値及び非公表社は売上等から推計値の比較。(2023 年 11 月調べ) 詳細はこちら (<https://lp.chocozap.jp/note-03/>)



◀ 本件に関するお問い合わせ ▶

RIZAP グループ株式会社 広報部 担当：杉原、小林、田中、平山

Mail : press@rizapgroup.com