

女性の腰の痛みは家事育児や復職に影響 コアトリム ステーションが「産前産後コンディショニングプログラム」を提供開始 ～腰のコンディショニングにおけるスペシャリストが原因を特定、マンツーマンで指導～

日本シグマックス株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：鈴木洋輔）の関連会社であるコアトリム株式会社（代表取締役：仁科 倫抽）が運営する、腰専門コンディショニングスタジオ「コアトリム ステーション」は、産前・産後の腰の痛みに悩む女性を対象とした新プログラム「産前産後コンディショニングプログラム」を開始します。



本プログラムは、広尾店にて常設プログラムとして提供されます。

■コアトリム ステーション「産前産後コンディショニングプログラム」を提供開始

産前産後女性の多くが経験すると言われている腰痛。日常生活の家事・育児に支障をもたらしたり、さらには復職や二人目の妊娠に不安を与えたりすることがあるとの調査結果※もあります。

「腰の悩みを解決することで、女性の人生における大切な時間を健やかに過ごすお手伝いをしたい」

このような願いから、最先端の医学研究に基づくコアトリム ステーションの腰のコンディショニングの方法を、腰の痛みに悩む産前産後の女性にお届けすべく、事業の検討を行ってまいりました。

令和 6 年度スポーツ庁「Sport in Life 推進プロジェクト」のモデル事業における効果検証を経て、この度、「産前産後コンディショニングプログラム」を常設プログラムとして開始する運びとなりました。

※出典：妊娠中・出産後の母体の身体トラブル実態調査（2022 年 日本女性財団）

■産前産後コンディショニングプログラム 概要 <https://www.coretrim.jp/maternity-care/>

腰のコンディショニングのスペシャリストであるコアトリム ステーションのトレーナーが、痛みの原因を特定し、痛みの改善に効果的な運動に加え、お腹の大きな妊娠期間や赤ちゃんのお世話の際に腰への負担がかかりにくい身体の使い方をご提案いたします。

授乳スペース、ベビーサークルのご用意がありますので、赤ちゃんと一緒に過ごしていただけます。ベビーカーのまま入室いただくことも可能です。



▲一人ひとりの腰の痛みの原因をつきとめ、それに合った対処法を提案

<対象>

産婦人科医から軽度の運動実施許可が得られている以下の方が対象です

産前：妊娠 16 週以降

産後：5 週以降（お子様ご同伴の場合は、お子様の 1 か月健診を済まされた上でお越しく下さい）

【本リリースに関するお問い合わせ】

コアトリム株式会社 仁科・福與

TEL：03-6459-3110 MAIL：support@coretrim.co.jp

<実施店舗>

コアトリム ステーション 広尾店

住所：〒150-0012 東京都渋谷区広尾 5-19-4SR 広尾ビル 6 階

アクセス：広尾駅… 1 番・2 番出口 徒歩 4 分（※エレベーター4 番出口）

恵比寿駅… 東口 徒歩 15 分



■コアトリム ステーション：CORETRIM STATION とは <https://www.coretrim.jp/>

コアトリム ステーションは、最先端の医学研究の理論に基づき腰の痛みの原因を特定し、一人ひとりに合った腰のコンディショニングをマスターできる、腰専門のコンディショニングスタジオです。2021 年 10 月 1 日、前身の SPINE CONDITIONING STATION（スパイン コンディショニング ステーション）から始まり、これまで 1000 名を超える方々にご利用をいただいています。慢性的な腰の痛みを腰痛運動療法指導士の認定を受けたトレーナーとマンツーマンで取り組み、数十年来に及ぶ腰痛を短期間で解決した利用者も多数います。



【腰痛運動療法のエキスパートとの連携】

コアトリム ステーションでは、腰痛運動療法のエキスパートでもある 2 名の先生にメディカルディレクターとして運営に参画いただいています。医学的根拠に基づく腰のコンディショニングを提供し続けています。



金岡恒治 先生

- ・早稲田大学スポーツ科学学術院教授 ・日本整形外科学会認定専門医 脊椎脊髄病医
- ・スポーツドクター

筑波大学整形外科講師を経て、2007 年から早稲田大学でスポーツ医学、運動療法の教育・研究に携わる。シドニー、アテネ、北京五輪の水泳チームドクターおよびロンドン五輪の JOC 本部ドクターを務めた。トップアスリートの身体コンディショニングを一般に分かりやすく広めるべく、多数の著書や NHK 健康情報番組等で情報発信も行っている。



成田崇矢 先生

- ・桐蔭横浜大学スポーツ科学部スポーツ健康学科教授 ・理学療法士
- ・日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー(JSPO-AT)
- ・全米公認ストレングス&コンディショニングスペシャリスト(NSCA-CSCS)

徒手療法と運動療法を用いて疼痛を除去するスペシャリスト。臨床・研究・教育活動を行っている。リオ、東京五輪およびローマ、上海、バルセロナ、ブダペスト、光州の世界水泳大会の飛込競技日本代表トレーナーを務めた。

■コアトリム株式会社 概要 <https://www.coretrim.co.jp/>

設立日：2024 年 7 月 1 日

資本金：1000 万円

代表者：代表取締役 仁科 倫抽

事業内容：コアトリム ステーション 事業 に関する施設運営、企画、開発、販売



【本リリースに関するお問い合わせ】

コアトリム株式会社 仁科・福與

TEL：03-6459-3110 MAIL：support@coretrim.co.jp