

**令和元年度「東京都スポーツ推進企業」及び
「スポーツエールカンパニー」にホットヨガスタジオLAVAが初認定**
ヨガを軸としたスポーツの活動を通して、ひとりでも多くの人を幸せにします。



全国に430店舗以上のホットヨガスタジオLAVAを展開する株式会社LAVA International（本社：東京都港区／代表取締役：鷲見貴彦）は、東京都による「東京都スポーツ推進企業」、スポーツ庁による「スポーツエールカンパニー」にそれぞれ認定されました。スポーツを通じてLAVAから世界へ健康と幸せを広げるべく、社内で様々な健康促進活動を行っています。

従業員のスポーツ活動の促進に向けた取り組みを評価する実践部門では、月曜日の朝礼時に休み明けの心身を目覚めさせることができる「朝ヨガ」の導入や、毎週金曜日を「SBSデー」として、運動不足の解消を目的にオフィスのある9階まで階段を活用して出勤する取り組みを行っています。店舗のインストラクターだけではなく、本社の社員も含めた全社員がヨガを通して体を動かすことの楽しさを知り、日頃の運動不足解消を心掛けています。

スポーツ分野における支援を評価する支援部門では、パラアスリートの夢に向けての活動を応援するため、パラアスリート社員の雇用にも力を入れています。現状7名のパラアスリートを雇用しており、競技力向上のための瞑想セミナー・ヨガクラスを開催しています。さらに、社会問題であるワンオペ育児を解決するため、地域の施設で未就学児とママを対象に親子でヨガを行う「ハピママヨガ」を無料開催しています。老若男女問わず自らのペースで楽しめるヨガを通し、ヨガと関わる全ての方が心身共に健康になるよう支援活動を行っています。

「ヨガを通してひとりでも多くの人を幸せにする」といった企業理念にもとに、ヨガを通して従業員からその先の世界へ健康と幸せを広げるための活動をこれからも続けて参ります。

【実践部門】

オフィスヨガ

内容：毎月1～3回、終業後(18:30～19:30)当社インストラクターが
オフィスワーカー向けの内容のヨガレッスンを開催。

目的：普段デスクワークの社員にもLAVAの一番の商品であるヨガを身近に体験してもらい、
体を動かすことが商品であるヨガの良さの体感。

朝ヨガ

内容：月曜日の朝礼時に5分間のヨガタイムを導入。

目的：カラダを大きく動かす朝ヨガで、休み明けでウトウトしがちな心身を目覚めさせ、
健康維持・増進。

瞑想

内容：毎週火・木・金曜日の朝礼時に瞑想を行う。

目的：慌てず落ち着いて対処する「平常心」や、やるべきことをやり続けるための「集中力」を養い、
終始休まず動いている脳のリラックス・思考のトレーニング・集中力アップなどの向上。

SBSデー

内容：毎週金曜日を「SBSデー（Step By Step Day）」として、9階のオフィスまで階段を活用した
出勤を推奨。

目的：運動不足の解消、健康維持・増進、心身のリフレッシュ。

本社ヨガ部

内容：毎月1回本社で1時間のヨガクラスを開催。講師は全て男性ヨガインストラクター。

目的：本部男性社員にももっとヨガの機会を気軽に提供できるよう活動を開始。
ヨガをするだけでなく各店舗で働くインストラクターと本部社員との交流や、
今後のキャリアビジョンの形成にも役立てる。

【支援部門】

ハピママヨガ

内容：地域の施設にて、未就学児とママを対象にしたヨガクラスの無料開催。

目的：核家族や、コミュニティの希薄化などによるワンオペ育児の社会問題を解決するため開催。
頑張るママに、少しでもリフレッシュできる場所と、
ママ同士のコミュニティづくりのきっかけの醸成。

パラアスリート支援

内容：7名のパラアスリートを雇用し、競技力向上のための瞑想セミナー・ヨガクラスを開催。

目的：「好きを仕事に」を体現しているパラアスリートの夢に向かった活動の応援。

ヨガまるプロジェクト

内容：地方自治体にてドネーション制のヨガイベントを開催し、さまざまな自治体へ全額寄付。

目的：復興支援、地域活性につなげるため。

「東京都スポーツ推進企業」認定制度について

東京都では、従業員のスポーツ活動の促進に向けた取組やスポーツ分野における支援を実施している企業等を「東京都スポーツ推進企業」として認定しています。

東京都HP参考：<https://www.sports-tokyo-info.metro.tokyo.lg.jp/company/>

「スポーツエールカンパニー」について

スポーツ庁では、運動不足である「働き盛り世代」のスポーツの実施を促進し、スポーツに対する社会的機運の醸成を図ることを目的として、社員の健康増進のためにスポーツの実施に向けた積極的な取組を行っている企業を「スポーツエールカンパニー」（英語名称：Sports Yell Company）として認定しています。

スポーツ庁HP参考：https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/houdou/jsa_00013.html

ホットヨガスタジオLAVA それは、人生のための1時間。

今年オープン15周年を迎えた、フィットネスクラブ総合満足度No.1※の、全国に430店舗以上を展開するホットヨガスタジオ。柔軟性が格段に上がる暖かい環境で、たっぷり発汗してカラダも心もクリアな状態へ導きます。めぐりの良さを根づかせることで、ダイエットや体質改善、ストレス解消などさまざまな効果を同時に実感できることも、ホットヨガの魅力です。LAVAは「ヨガを通してひとりでも多くの人を幸せに」という想いをこめて、質の高いレッスン・心を込めたサービスを提供します。

「ヨガを通してひとりでも多くの人を幸せに」

株式会社LAVA International公式サイト：<https://lava-intl.co.jp/>

ホットヨガスタジオLAVA公式サイト：<https://yoga-lava.com/>



※2018年7月株式会社アイディエーション調べ