



PRESS RELEASE

報道関係者各位

2023年2月21日
株式会社ZEN PLACE

国内ピラティススタジオ数 No.1^{※1}の zen place | 花粉のピークを迎える前に

「ピラティスで花粉症対策！花粉症撃退モニター」を先着 30 名様

2023年2月21日（火）13:00より募集開始・3ヶ月間月フリー会費が50%オフに

ー ポイントは、胸椎・頸椎。肩・胸周りにフォーカス ー

最先端研究結果・科学をもとに、テクノロジードリブンでシームレスな事業展開により Holistic Wellness と Well-being の実現を目指す株式会社 ZEN PLACE（本社：東京都渋谷区 代表取締役：尾崎成彦）は、「ピラティスで花粉症対策！花粉症撃退モニター」を先着 30 名様で 2023 年 2 月 21 日（火）より募集を開始いたします。

モニターの皆様は、3ヶ月間月フリー会費が特別に50%オフになります。



詳細・体験お申込みはこちら：<https://www.zenplace.co.jp/classes/kafun>

■「ピラティスで花粉症対策！花粉症撃退モニター」先着 30 名募集

株式会社 ZEN PLACE では、ピラティス・ヨガスタジオの運営を始めてから、花粉症のエducator（インストラクター）や会員様から「花粉症の薬が減った」「花粉症の症状を感じなくなった」「気付いたら治っていた」という声が聞かれることから、ピラティス・ヨガは花粉症を改善できるとし、社内で花粉症ゼロ運動をしてきました。

2016 年より、花粉症の社員・インストラクターの調査や花粉症の人の共通点を見つけ、その共通点に着目し、効果的なエクササイズの研究を行ったり、「花粉症撃退！」の名前で新クラスの開発、症状改善の確認やレポートを行なってきました。

今年は、例年より 5 日早いスギ花粉飛散開始、花粉飛散量も前シーズンよりも非常に多くとぶと予想され、前シーズンは症状が弱かった方も万全な花粉症対策が必要になると言われています。

そこで、ZEN PLACE は、ピラティスで花粉症対策をしていただけるよう花粉症撃退モニターキャンペーンを実施いたします。

先着 30 名限定！花粉症撃退モニター

・参加条件：花粉症に悩んでいる方・花粉症の症状を改善したいと思っている方で、アンケートなどにご協力いただける方

・受付期間：2023年2月21日（火）13:00 から
2023年2月28日（火）18:00 まで

・特典内容：月フリー会費が3ヶ月間50%オフ

・申し込み方法：下記よりアクセスください。

<https://www.zenplace.co.jp/classes/kafun>

※定員 30 名に達し次第終了となります。

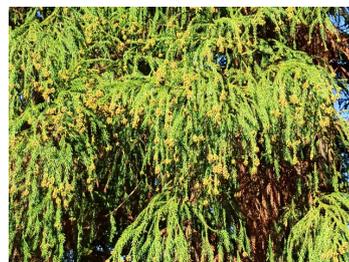


花粉シーズン到来！スギ花粉 2月10日より飛散開始

今年は、東京都内では2月10日(金)がスギ花粉の飛散開始日となり、過去10年平均・昨年よりも5日早い飛散開始日で花粉シーズンが到来。今シーズンは九州から東北にかけて前シーズンより飛散量は多く、特に四国、近畿、東海、関東甲信では非常に多く飛ぶと予想されています。前シーズンは症状が弱かった方も万全な花粉症対策が必要になりそうです。

花粉対策必至！スギ花粉のピークは3月上旬

スギ花粉の飛散のピークは、東北や北陸、関東甲信、近畿、中国地方、四国など多くの所では3月上旬から、東海は3月上旬の後半からとなる予想です。九州は2月下旬から花粉飛散のピークを迎えます。



zen place ピラティスで花粉症改善！ポイントは、胸椎・頸椎！肩・胸周りにフォーカス

zen place の花粉症のインストラクターを調査したところ、いくつかの特徴があることがわかりました。花粉症のインストラクターの身体傾向性は下記の通りです。

1. 胸骨が固い
2. 頸椎が固い
3. 肩甲骨周りの動きも悪い
4. 骨盤の動きも悪い

つまり、首や肩、胸周りが固く、動きが固い、動きが少なく、それに関係し、反り腰、肩の緊張、肩こり、そして頭痛もち、また、胸郭に広がりがない、といった傾向性があることがわかりました。

ピラティスをライフスタイルの1つに取り入れたことで花粉症が改善した人は、背骨全体の動きがよくなってきたこと、とくに胸椎の動きが出てきたことと相関が高いことがわかりました。そこに連動して、首肩の緊張が取れて、頭痛もなくなり、呼吸が大きくなってきた、背中まで呼吸が入るようになったなどという実感を持っていることがわかりました。

zen place ピラティスは、他のピラティスと異なり、身体の外側のアウターの筋肉ではなく、身体の内側の微細なインナーを意識して行うため、背骨をはじめ、胸椎・頸椎に意識を集中した微細な動きが多くあります。この微細な動きが花粉症の症状改善に役立っていることがわかりました。

3月上旬の花粉飛散のピークに備え、今年から zen place ピラティスで花粉症対策を始めてみてはいかがでしょうか。



■Well-BEING をライフスタイルに



Since 2004 - zen place はピラティス・ヨガ界のリーディングカンパニーとして、BASI ピラティス、BalancedBody®、YogaWorks®、ピクラムヨガなど、ピラティス・ヨガの世界 Top 企業・団体との提携を通して、18 年間世界レベルのピラティス・ヨガを提供し続けてまいりました。

ピラティス・ヨガを単なる運動、フィットネスとしてとらえるのではなく、心と身体を変える科学的なメソッドとして、日本のウェルビーイングを向上させるために日々努力しています。

zen place のピラティス・ヨガは、最先端テクノロジーやサイエンス、研究結果をも学び続けたピラティス・ヨガです。

私たちと一緒に、Well-BEING の実現とその先へ。

■国内ピラティススタジオ数 No.1※1 「zen place pilates」の特長



国内 100 店舗以上のピラティス・ヨガ専門スタジオ「zen place」では、世界基準のインストラクター資格と豊富な経験を持つエドューケーターが、プライベートからグループまで良質で幅広いレッスンを提供いたします。

●マット／マシン、プライベート／グループ、幅広く豊富なレッスン

朝から夜までご自身のスケジュール、レベルや興味に合わせたマット／マシンレッスンが見つかります。プライベート・レッスンで正しい動きを習得し、グループ・レッスンなど豊富なレッスン数と受講方法で、継続しやすく、ピラティスの効果を最速で最大限感じていただくことができます。

●各種ピラティスマシン完全完備！プライベートやリフォーマーグループレッスンなど
ピラティス専門スタジオだから、各種ピラティスマシン（リフォーマー、キャデラック、
チェアー、ラダーバレル等）を完全完備。マシン・プライベートレッスンはもちろん、リ
フォーマーレッスンなど各種マシン・グループレッスンもご用意しています。

●朝 7:00~夜 22:00 まで、レッスンはオンラインでも受講 OK! ※2

移動時間がない・外出を避けたい日は、スタジオレッスンをご自宅などからオンライン
LIVE で受講可能。画面を見ながらスタジオにいるかのようにレッスンを受けられます。

●全国 100 店舗以上の駅近ピラティス・ヨガスタジオの他店利用が可能！ ※2

近隣店舗はもちろん、ピラティス、ヨガ両方のスタジオレッスンが受講可能です。
お仕事やお買い物の前後や出張先・旅行先でもその日の体調や気分でもスタジオレッスンを
選ぶことが可能です。

●感染予防対策の徹底

手指消毒や検温、窓の開放とサーキュレーターによる換気、WHO 本部や新幹線などで導
入されているウィルス 99%強力空気除菌機の全店設置などを徹底しています。

※1: 自社調べ (2023 年 1 月)

※2: 一部店舗・レッスンにより差額が発生する場合があります。

株式会社 ZEN PLACE

「日本のウェルビーイングを世界最高にする」ZEN PLACE は、グローバルな環境で最新
技術と DX で挑戦を重ね、ウェルビーイングとサービス業界にイノベーションを起こして
いる Well-being Development Company です。

最先端研究結果・科学をもとに、DX・Web3.0 との融合を行い、日本国内だけでなく中国
をはじめとする海外のピラティス・ヨガスタジオの運営や学びを深める養成コースやワー
クショップ、ウェルビーイングを促進する自社開発アプリや AI 解析サービス、豊かな一生
をサポートするヘルスケア・アプリの開発やクリニック・訪問看護、さらに免疫や内蔵機
能の調節など様々な生体機能に効果があるといわれている CBD を取り扱う EC サイト運営
や自社開発など、ZEN PLACE らしいユニークでシームレスな事業展開で Holistic
Wellness と Well-being を実現し、社会に変化をもたらすユニークでオンリーワンの会社
です。ZEN PLACE と、もっとウェルビーイングな未来へー

※1: 自社調べ(2023 年 1 月)

商号 : 株式会社 ZEN PLACE

代表者 : 尾崎 成彦

所在地 : 東京都渋谷区広尾 3 丁目 1 2 - 3 6 ワイマツ広尾 4 階

業種 : ヘルスケア



■ZEN PLACE 関連サイト

スタジオ Website	https://www.zenplace.co.jp/
コラムサイト	https://www.zenplace.co.jp/column/index.php
公式 Instagram	https://www.instagram.com/zenplace_official/
公式 Twitter	https://twitter.com/zenplace_jp
公式 YouTube	https://www.youtube.com/channel/UC-N5VcKtH5XQLoOQonXDkow
コーポレート Website	https://corporate.zenplace.co.jp/
アカデミーWebsite	https://ac.zenplace.co.jp/
オンラインストア	https://zenplaceonline-store.myshopify.com/
CBD オンラインストア	https://cbd.zenplace.co.jp/shop

本件に関する報道関係者のお問い合わせ

株式会社 ZEN PLACE

マーケティング室 PR 担当：福田

メールアドレス: n.fukuda@zenplace.co.jp, zen_marketing@zen-jp.info