



PRESS RELEASE

報道関係者各位

2025年8月19日
株式会社ZEN PLACE

「zen placeアプリ」ヘルスケア連携機能を強化 | 主要4デバイス（Apple Watch／Oura／Garmin／Fitbit）に完全対応

最先端研究結果・科学をもとに、グローバルな環境で最新技術とDXで挑戦を重ね、サービス業界にイノベーションを起こしている最先端のWeb3.0 DX企業であり、ウェルビーイング創造のリーディングカンパニーである株式会社ZEN PLACE（本社：東京都渋谷区 代表取締役：尾崎成彦）は、9月中旬より提供開始を予定しているヘルスケア連携機能の拡張について、本日先行してお知らせいたします。これまでのApple Watch連携に加え、新たにOura、Garmin、Fitbitとの連携に対応することで、より幅広いユーザーが心身の状態を継続的に可視化できる環境を整備します。本アップデートは、zen placeが掲げる「感じる力を育む体験」のパーソナライズ化をさらに加速させる重要な布石となります。



■ 背景

zen placeでは「心・身体・脳」の統合的な健康を重視し、科学的根拠に基づくサービス開発を行ってきました。特にレッスンの効果や生活習慣改善の可視化のため、「安静時心拍数」「心拍変動数（HRV）」「睡眠の質」を重要な指標として位置づけています。

近年、Apple Watch以外のウェアラブルデバイスを活用するユーザーが増加する中、一人ひとりの状態により即した気づきや行動を促すためには、より多様なデータソースの統合が不可欠と判断しました。

また、自律神経バランスを示す「トータルパワー」の測定にも取り組み、心身の状態を立体的に捉えるデータ活用を進めています。

■ 今回のアップデートについて

今回の機能拡張により、Oura、Garmin、Fitbitユーザーもアプリとデータ連携が可能になります。

取得可能な指標	内容
安静時心拍数	心身の基礎的なコンディションを把握
心拍変動数（HRV）	自律神経バランスの状態を推定
睡眠の質	深い睡眠・レム睡眠などの比率を含む分析

連携されたデバイスから取得される生体データは、zen placeのクラウド基盤で一元管理され、精度向上やデータ標準化を実施。今後のパーソナライズドアルゴリズム実装の基礎となります。

■ 今後の展望

複数デバイスに対応したことで、ユーザーの生体データがより多面的に集積され、レッスン効果の科学的検証やAI解析による知見の蓄積が一層進みます。

zen placeでは、2025年8月からトータルパワー（自律神経指標）の取得も本格化しており、今後はこうしたデータをもとに、一人ひとりに最適なタイミング・内容で行動を促す「パーソナライズド・ウェルビーイングナビゲーション」の実現を目指してまいります。

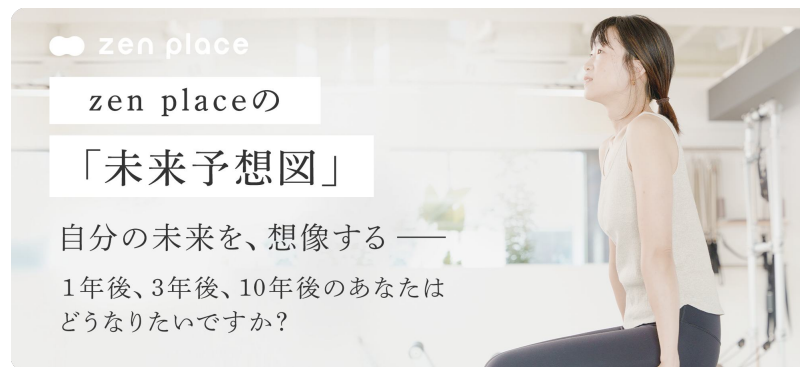
zen place ピラティス・ヨガとは

zen placeは国内150店舗以上、世界基準のピラティス・ヨガを学ぶ指導者が1,000人以上いる日本最大級のピラティス・ヨガ専門スタジオです。

2004年の創業以来、ピラティス・ヨガの分野において世界をリードする企業として、ピラティス業界トップの指導者やピラティス・マシン最大手であるBalanced Body®など、世界トップのピラティス・ヨガ指導者や団体と提携し、学び、世界レベルのレッスンを提供しています。

zen placeを通じて、世界中の一流の講師たちから直接学ぶ機会を得ることで、新たな気づきと学びを深め、脳の概念化、脳システムに基づき、知覚、実践で科学的に立証されたzen placeのピラティス・ヨガでWell-beingの創造をサポートしています。

未来予想図 ～自分の未来を、想像する～



1年後、3年後、10年後の自分を想像してみてください。
どうなりたいですか？

今よりも楽しく過ごしたい、ポジティブな気持ちで過ごしたい、
仕事やスポーツのパフォーマンスをあげたい
いくつになっても自分の足で歩きたい、美しくいたい...
もしくは、頭痛、肩こり、腰痛、アレルギーや花粉症
不眠、うつ症状、生理痛、更年期症状、不妊...
さまざまな悩みや痛みを改善したい...

1年後、3年後、10年後、
このとき、自分をいいなって思っている自分を想像できますか？
今よりも、自分のことを好きになっている自分を想像できますか？

zen placeは、いま、みなさんが想像した
「なりたい自分・状態」と「その先の未来」をサポートします。

心の状態には身体が、身体の状態には心が、
そして脳が関係していることを知っていますか？

zen placeのピラティス・ヨガは、
フィットネスやボディメイクではなく、心を変えるピラティス・ヨガ。
それは、心、身体、脳を一体として、微細な部分に意識を向け、コントロールする
「感じるを探す」マインドフルムーブメント。

他人と比較せずに、自分を知り、
一歩ずつよくなっていく自分に気づき、自分の成長に喜びを感じることに。

人間が良くなっていく、真の人生を生きていく、Better Personへ

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、さらに免疫や内臓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

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12-36ワイマッツ広尾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X 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/>

コーポレートInstagram https://www.instagram.com/zenplace_corporate/

アカデミーWebsite <https://www.bodymindspiritresearchlab.com/>

オンラインストア <https://zenplaceonline-store.myshopify.com/>

オーガニック CBDオンラインストア <https://gojai.zenplace.co.jp/>

zen place採用情報 <https://www.wholebodyeducator.com/>

【本件に関する報道関係者からのお問合せ先】

株式会社ZEN PLACE マーケティング室

メールアドレス：zen_marketing@zen-jp.info

【一般のお客様からのお問合せ先】

予約・問い合わせ窓口

平日 9:00～20:00、土日祝 9:00～16:00

電話番号：050-3355-5225