

クレアージュ東京レディースドッククリニック × YumiCoreBody 自分らしく健やかに過ごす女性を増やす共同プロジェクト 「Think Body Project」を発足 後回しになりがちな健康チェックやケアへの一歩を後押し



この度、女性のための人間ドック「クレアージュ東京レディースドッククリニック」（場所：東京都千代田区有楽町）は、骨格から身体を変えるスタジオ「YumiCoreBody」と共に「自分らしく健やかに過ごす女性」を増やすための共同プロジェクト「Think Body Project」を発足いたします。

■「Think Body Project」発足背景

「Think Body Project」は、クレアージュ東京レディースドッククリニックと、オンラインレッスンのほか都内を中心に全国8店舗を展開しているボディメイクスタジオ「YumiCoreBody」が立ち上げた共同プロジェクトです。

女性は、ホルモンバランスやライフステージの変化によって心や身体にさまざまな不調が起きますが、「なんとなく気にはなっているけれど、つい後回しにしてしまう」という女性も少なくありません。そんな女性たちが“自分の身体とちゃんと向き合う”ための第一歩を後押ししたいという思いが一致し、“独自のボディメイクメソッド”を提案するYumiCoreBodyと“女性のための人間ドック”を提供するクレアージュによる「Think Body Project」が始動いたしました。

本プロジェクトでは、YumiCoreBody会員の女性に向けたヘルススコア調査やYumiCoreBodyトレーナーとクレアージュ顧問医師によるオリジナルボディケアメニューの考案など、“自分の身体と真剣に向き合い、自分らしく健やかに過ごす女性”を増やすためのコンテンツを順次展開してまいります。

■プロジェクト概要

Think Body Project ～私達の身体のことを真剣に考えよう～



「なんとなく気にはなっているけれど、つい後回しにしてしまう」
健康チェックも、日々のケアも、誰かのために頑張るあなたこそ大切にしてほしい。
「Think Body Project」は、そんな女性たちが自分の身体とちゃんと向き合い、
自分らしく健やかに過ごせるよう、さまざまなコンテンツを順次展開してまいります。

◆「Think Body Project」を通して叶えたい目的

- ・自分の身体と向き合いケアする時間を作る女性を増やす
- ・健診を受診する女性を増やす
- ・正しい情報を受け取り、自分で判断できる女性を増やす

◆コンテンツについて

本プロジェクトでは、以下のコンテンツなどを中心に順次展開してまいります。
今後の予定は、随時「Think Body Project」公式サイトにてお知らせいたします。
プロジェクト公式サイト：<https://yumicorebody.com/thinkbody/>

・YumiCoreBody会員向けのヘルススコア調査

YumiCoreBody会員の女性を対象に、日々の健康管理や不調への悩みなどのアンケートを行い、「自分らしく健やかに過ごす女性」を増やすための現状把握やヘルススコア向上に向けたコンテンツを考案いたします。

・トレーナー×医師によるオリジナルボディケアメニューの考案

YumiCoreBody代表のYumico氏とクレアージュ東京の女性医師が、女性特有の症状や不調に対するケアを目的としたオリジナルメニューを考案し、発信いたします。

・トレーナー×医師のコラボインスタライブ配信

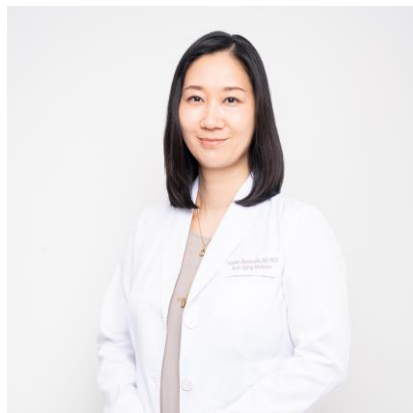
YumiCoreBodyとクレアージュ東京レディースドッククリニックの公式Instagramにて、コラボライブ配信を行う予定です。女性特有のさまざまな身体や心の悩みに対して、トレーナーや医師が回答・解説いたします。YumiCoreBody会員の女性だけでなく、一般の視聴者の方からのご質問も募集いたします。

■各代表よりコメント

クレアージュ東京レディースドッククリニック

総院長 浜中 聡子医師

女性の健康において、予防と早期発見は極めて重要です。しかし、多くの女性が忙しい日常の中で自分の身体と向き合う時間を持てずにいるのが現状です。このプロジェクトを通じて、健診と日々の健康管理に前向きな女性が一人でも増えれば嬉しく思います。



株式会社YumiCoreBody

代表 Yumico

自分の身体に自信がない、自分のために時間を使うのに罪悪感を感じる女性が多くいるとフィットネススタジオの経営を通して感じています。家庭を守る女性が心身ともに健康でいられる社会を作りたい、その第一歩の取り組みです。女性がいきいきと健康的に過ごせる社会をクレアージュ東京さんと一緒に作っていききたいです。



クレアージュ東京レディースドッククリニックについて

クレアージュ東京レディースドッククリニックは、女性特有の疾患を総合的にチェックできる人間ドックや健診を行う女性専用の健診施設です。医師・スタッフが全員女性、ホテルライクな空間など、リラックスして受診できる環境を整えています。企業や地域の健診では受ける機会の少ない検査や、年齢やライフプランに適した女性に必要な検査を1施設で網羅することができます。

YumiCoreBodyについて

3児の母でありながら、メリハリのある健康的なくびれボディを持つ代表のYumicoがピラティス、体幹トレーニングを学び、全体の資格を取得後、ほぐし、ストレッチ、呼吸と体幹トレーニングの組み合わせた独自のユミコアボディメソッドを考案。関節を動かし、骨を整え、骨盤底筋を強化し、インナーマッスルを働かせるすることによる女性らしくメリハリのある健康的なカラダづくりに定評がある。六本木・麻布十番・新宿・横浜・梅田・神戸元町・名古屋・天神にあるスタジオ「YumiCoreBody」には、モデルをはじめ、女優、芸能関係者も多く通う。

コーポレートサイト：<https://yumicorebody.com/>
代表Yumico Instagram：<https://www.instagram.com/yumicorebody/>
公式Instagram：https://www.instagram.com/yumicorebody_official/

クレアージュ東京 レディースドッククリニック

クリニック名：クレアージュ東京 レディースドッククリニック
所在地：東京都千代田区有楽町1-7-1 有楽町電気ビル 北館17F
アクセス：JR有楽町駅徒歩1分（中央西口・日比谷口）、日比谷駅直結（A3出口）
総院長：浜中聡子
健診受付時間：8:30～16:00
休診日：日・月
電話番号：0120-815-835（8:30～16:00）
ホームページ：<https://www.creage.or.jp/>

