

株式会社ドリームゲート

【対象類型】 革新的サービス

【事業類型】 一般型／試作開発＋設備投資

事業計画名

フィットネスと医療の連携によるエビデンスに基づく
プログラムの開発・提供



あらゆる種類のトレーニングに対応できる機能的なサーキットトレーニング機器

事業の背景・目的

メディカルフィットネスとは、広義の意味では予防医学の視点から医学的要素を導入したフィットネスとされている。現在では医療機関が医療行為の範囲内で行っていることを指す場合が多い。

当社の事業であるホットヨガおよびフィットネスジムもメディカルフィットネスに含まれるが、一般的に「フィットネスジム」は健康的な人が、ダイエットや健康維持のため利用するというイメージを持たれている。しかし実情は、長期のリハビリが必要な人や医学的に所見はないが不調な人、不妊で悩む人など医療とフィットネスの範疇に位置する人が多い。

そうした人々に対して、医学的根拠に基づくプログラムを開発し提供するために本事業に取り組んだ。

事業内容

体を温めることや有酸素運動・筋肉トレーニングの身体的効果について医療機関からアドバイスを受け、医学的根拠に基づく運動プログラムを考案した。

そして、サーキットトレーニング機器と有酸素運動機器・測定機器を導入し、プログラム開発に必要なデータを収集した。

それら導入した機器による機能的運動と有酸素運動、そしてホットヨガを組み合わせた、医学的根拠に基づく運動プログラムを当社施設利用者に実践してもらい、効果測定のため、体組成計や姿勢測定器を使用し、あわせてアンケートも実施した。

業務内容

- フィットネス運営事業及びそれに伴う関連事業
- インストラクター養成・派遣
- メディカルフィットネス・コンサルティング
- トレーニング機器の導入・運用のコンサルティング
- 介護福祉施設に関するコンサルティング
- イベント企画・運営
- 商品販売事業



代表取締役 村上 勇

代表者: 村上 勇
設立年: 平成24年5月
資本金: 100万円
従業員: 18名

住所: 山形県山形市成沢西5-3-7
電話: 023-679-5709 FAX: 023-679-5719
URL: <http://www.dreamgate-inc.com>
e-mail: ホームページお問合せより

医療機関、大学との連携により医学的根拠に基づいた運動プログラムを提供 さまざまなニーズに柔軟に応えられるフィットネスジムへ



有酸素運動機器によるサイクルプログラム



ホットヨガ



体組成計のインボディ

事業の成果

本事業で考案した運動プログラムと、従来より提供していたホットヨガを組み合わせ、目的別のプログラムを開発することができた。また、機器導入後約2ヶ月間に渡り、会員の中からダイエットが思うようにいかない方、腰痛や肩こりに悩む方、医学的に所見はないが不調に悩む方を対象に、それぞれ考案した運動プログラムを提供し実践・測定を行った。

医療機関や地元大学の有識者からの専門的なアドバイスを踏まえ、考案したプログラムの測定データを検証し、運動頻度が週1回以上であれば体組成データにおいて顕著な改善がみられることが実証された。

また、アンケート調査の結果、ダイエットや痛みの改善に関しては、それぞれ効果を実感したとの評価を得ることができた。

今後の展望

考案した運動プログラムを継続し、さらなるデータ収集と、血行促進、骨盤内血流量増加、柔軟性向上、腹圧上昇、自律神経正常化など医学的効果を検証して、運動プログラムの多様化と改善に努めていく。

今後は、ダイエットやストレス解消以外の病気や、介護予防といった観点から、フィットネスジム利用の需要は高まると予測される。利用者の目的にあわせた医学的根拠に基づくプログラムを提供することで、対象クラスやプログラム数の拡大を図っていく。それに伴い、しっかりした知識を身につけた指導者の育成を行っていく。