

株式会社 ぜん

東京都渋谷区広尾1-3-18 広尾オフィスビル 3階  
Tel:03-6409-6500 Fax:03-6409-6506

プレスリリース カテゴリー: 測定機器導入

2016年 8月発行

報道関係者各位

ピラティスの最大の効果「自律神経の安定」を  
医療研究機関で使われる「自律神経バランス分析加速度脈波測定器」で実感！

## 「ピラティスで自律神経はどれくらい変化する？」

首都圏に21スタジオ展開するピラティス専門スタジオ「basiピラティス」（運営：株式会社ぜん 〒150-0012 東京都渋谷区広尾 1-3-18）は、大学、医療機関、企業研究機関向けの機器として開発された自律神経バランス分析加速度脈波測定器「TAS9VIEW」を10台導入。精度の高い自律神経測定を行える環境を整えました。



ピラティスは、イチロー選手がパフォーマンス向上のために、毎日実践していること、錦織圭選手や伊達公子選手、海外ではタイガー・ウッズ選手、レディー・ガガ氏など著名人が実践するエクササイズであることなどが知られ、日本でも実践者が増えています。basiピラティス全店では、会員は30代後半～40代の主婦・ビジネスウーマンの方が中心。子育てのストレス解消、仕事のストレス解消、アンチエイジング等来店理由は様々。全体として共通するのは「ストレスなく、心穏やかに健康になりたい！」という点。ピラティスは、身体を鍛えるだけでなく、自律神経を整え、心を鍛えることもできることから、ストレスマネジメント、精神力の向上、心の安定などをもとめて人気のエクササイズとして日本でも定着しつつあります。

ピラティスの効果の一つである「心の安定（自律神経バランスの安定）」の効果を、高度な自律神経バランス分析加速度脈波測定器「TAS9VIEW」を導入することにより、実際に数値で実感。

ピラティスで心身を整えることで、将来の様々な病気の予防にもつながり、医療費の削減、個々人のクオリティーオブライフの向上、健康寿命の延命にもつながると考えています。新たに、新規オープンすることで、より多くの方にピラティスを始めていただき、その方の心身がより健康になることを願っています。私達一人一人の真の健康は、家庭の円満、子供の健やかな成長、そして健やかな社会につながるのではないのでしょうか。

### <basiピラティスとは>

basi（バシ）とは、米国LAに本部を置く、ピラティスの世界的流派の名前です。そのbasiの流派に則ってピラティスレッスンを行うスタジオが「basiピラティス」スタジオと呼ばれ、現在日本では、株式会社ぜんが独占で運営。関東に21店舗展開。現在、世界30か国以上、60か所にbasiピラティスのスタジオ、インストラ

クター養成講座開催地があります。basi は世界最大規模のピラティスプログラム提供者であると同時に、数種ある流派の中でも業界の基準となる存在となっています。

#### <ピラティスとは？>

ピラティスは、第一次世界大戦時、負傷した兵士がベッドに横になったままで行えるリハビリ法として、ドイツ人医師ジョセフ・ピラティス氏によって開発されました。ピラティスのエクササイズは呼吸法と共に、インナーマッスル・骨を意識して動くことで、身体の外面を美しく、体幹を鍛え、内蔵、神経系、ホルモン系、脳の状態までを改善するエクササイズとして、広く親しまれています。現在は、外見と体の健康維持だけではなく、集中力アップや心の安定など、精神面での効果を求める方が増えています。海外のプロスポーツ選手がパフォーマンス向上の為に実践。ジュリア・ロバーツ、キャメロン・ディアズ、ヒュー・グラント、トム・クルーズ、レディー・ガガなどの有名人達も健康と美容の為に多数実践。国内では、イチロー選手、錦織圭選手、伊達公子選手、上田桃子選手なども実践者。

#### <株式会社ぜんとは・・・>

「ヨガ・ピラティススタジオ運営事業」と「訪問看護事業」を共に行う企業としては、日本初（2016年3月現在、当社調べ）となる株式会社ぜん。関東・関西・北海道にヨガ・ピラティスの専門スタジオ全83店舗（2016年3月現在）、関東と関西に、訪問看護ステーション19店を運営。みなさまにヨガ・ピラティスを通して心身ともに真の健康を得ていただき、人が元気で社会が元氣、そして家庭が元氣になる社会作りに貢献することを目標としています。現在、膨大な保険料の削減、健康寿命延命のための方法として、年齢問わずに始められ高い効果が期待できることから、ヨガ・ピラティスの高齢者需要も高まりつつあります。病気予防、健康増進、健康寿命延命のためのヨガ・ピラティス、リハビリ・訪問看護クライアント様には、ヨガ・ピラティスのノウハウを生かし、穏やかに、笑顔で、自分らしく生きるための新しいリハビリ・看護に取り組んでいます。今後も、ヨガ・ピラティススタジオ、訪問看護ステーションの新店舗オープンを予定しています。

<b>&lt;概要&gt;</b> basiピラティス 銀座スタジオ 〒104-0061 東京都中央区銀座2-11-15 SF銀座ビル2F tel : 03-6228-4870 営業時間：月一金AM10:00-PM10:00 土・日・祝日 AM9:30-PM5:00 ※各種お手続きの際は事前にお電話ください。	<b>&lt;会社概要&gt;</b> 【代表者】尾崎 成彦 【設立】2006年12月 【資本金】4千500万 【事業内容】ヨガ・ピラティススタジオの運営 【URL】 <a href="http://zen-jp.info/">http://zen-jp.info/</a>
---	--

#### <本件に関するお問い合わせ>

広報担当者名 中村 光俊

TEL : 03-6409-6500 FAX : 03-6409-6506 E-mail : [m.nakamura@zen-jp.info](mailto:m.nakamura@zen-jp.info)