



ZERO-i 導入で 高齢者向けメニュー拡充 シニア層の顧客獲得へ



Zero ソフネス
Produced by 小野医療器(株)

シニア層の約8割が週に1回以上 スポーツを楽しんでいる

シニアの「生活満足度」と「スポーツ実施率」は比例する

スポーツ実施状況に満足している
シニアの生活満足度 **88.8%**

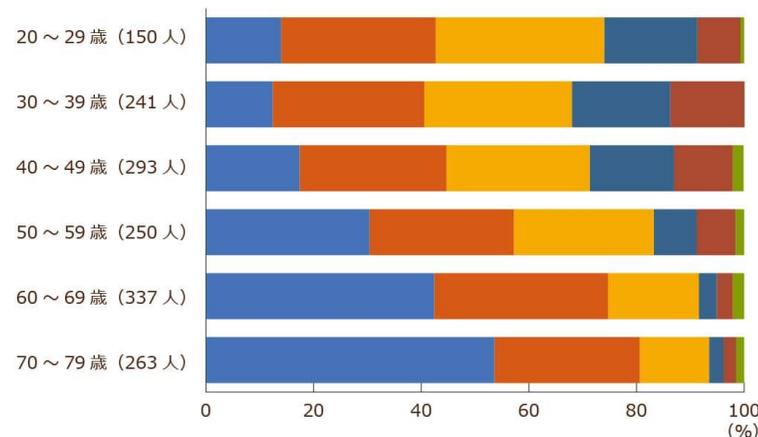
スポーツ実施状況に不満のある
シニアの生活満足度 **59.9%**



シニア層の生活満足度は
日常生活にどれだけスポーツを
取り入れるかが鍵

1年間に行った運動・スポーツの日数

■ 週に3日以上 ■ 週に1~2日 ■ 月に1~3日
■ 3ヶ月に1~2日 ■ 年に1~3日 ■ わからない



シニアに人気の スポーツランキングTOP3

手軽さと続けやすさがポイント

TOP3(男女)

- 1位 ウォーキング
- 2位 ゴルフ
- 3位 **ストレッチ・ヨガ**

- 4位 ジム・フィットネスクラブ

不動の人気のウォーキング
場所・時間を選ばず手軽にできる
スポーツの代表。



ストレッチ・ヨガ

運動が苦手な人でも挑戦しやすく
無理なく続けやすい事がポイント。



男性TOP3

- 1位 ウォーキング
- 2位 ゴルフ
- 3位 ジョギング・マラソン

女性TOP3

- 1位 ウォーキング
- 2位 **ストレッチ・ヨガ**
- 3位 **ジム・フィットネスクラブ**

4位 ジム・フィットネスクラブ
ジムで行う運動は?の問いでは
筋トレ78.4%
ストレッチ70.3%
ウォーキングマシン47.3%
やはりストレッチ・ウォーキングが人気

シニア層にはストレッチ推奨

鍛えない?! 「鍛える」よりも「整える」
ストレッチで転倒予防

ZERO-i
ストレッチマシンを使用

柔軟性・可動域UP

動きやすい・疲れにくい
身体を整える

身体がこわばり、可動域が狭いのシニア層に負荷の高い筋トレや有酸素運動はケガに繋がります。まずは動きやすい身体に整える必要があります。身体の可動域が広がり柔軟性が高まると転倒予防につながり骨折による寝たきり生活も防げます。

神経機能
向上

柔軟性
向上

ケガ
予防

呼吸
改善

リラックス
効果

厚生労働省によると、ストレッチなどの多面的な運動を行なうとアルツハイマー病予備軍とされる高齢者の認知機能が上がるとの報告がなされています。

ストレッチマシン ZERO-i

「鍛える」のではなく

カラダを「整える」

What Is ZERO-i

ZERO-iとは
身体を本来ある状態(=ゼロ)に戻すことをベースとした理論
それがZERO-i

身体と心に耳を傾け、自分の身体は自分で整える
「目覚めよ、身体。もっと自然に」をテーマに
そのコンディショニング方法を貪欲に研究し続ける
それがZERO-iの本気

トップアスリートから高齢者まで誰もが使えて
全身にアプローチ、ストレッチに特化したアイテムです