

報道関係者各位

## 元気な100歳を目指す“セントリアン”を応援！ 多彩なプログラムをウェルネスクラブ全店に拡大

セントラルスポーツ株式会社(代表取締役社長:後藤 聖治)は、「人生100年時代」の到来が目前に迫った現代社会において、セントラルスポーツで100歳を元気で健康に迎えることを目指す全ての方を“セントリアン”と呼び、今までになかった新しいコンセプトのプログラムを開発・展開しております。昨年先行導入いたしました3店舗にて導入・検証を行い、2019年10月1日より実施店舗を約50店舗に拡大いたします。また、新しいプログラムの1つである『ポッチャ』は、全国156店舗にて展開いたします。

### 大型総合スポーツクラブの“ウェルネスクラブ”で拡大展開

「心身の健康」がコンセプトの大型総合スポーツ施設であるセントラルウェルネスクラブにて、“セントリアン”をサポートする新しいプログラムを拡大展開いたします。先行導入クラブのお客様からは、「普段はお風呂のみを利用していたが、運動の大切さを理解できた。」「学びタイムは、既存プログラムと全く異なり、新鮮で楽しい。」「もっと運動したくなった。」など好評の声をいただいております。

### ◀“セントリアン”プログラム展開事例▶

- ① スポーツタイム (スポーツウェルネス吹き矢やポッチャ等、運動が苦手な方も楽しめるプログラム)
- ② アートタイム (脳を活性化させるために開発された美術・音楽を取り入れたプログラム)
- ③ 学びタイム (運動・栄養や防災、介護予防など生活に役立つ知識や健康に関する知識を学ぶプログラム)
- ④ 動きタイム (健康づくりに直結する「膝痛」「筋トレ」「ウォーキング」等を学びながら実践するプログラム)

※実施プログラムは店舗により異なります。



【スポーツタイム】

スポーツウェルネス吹き矢教室



【アートタイム】

脳が目覚める楽しむ美術



【動きタイム】

## 全国 156 店舗にてセントラリアンおすすめプログラム『ポッチャ』を展開



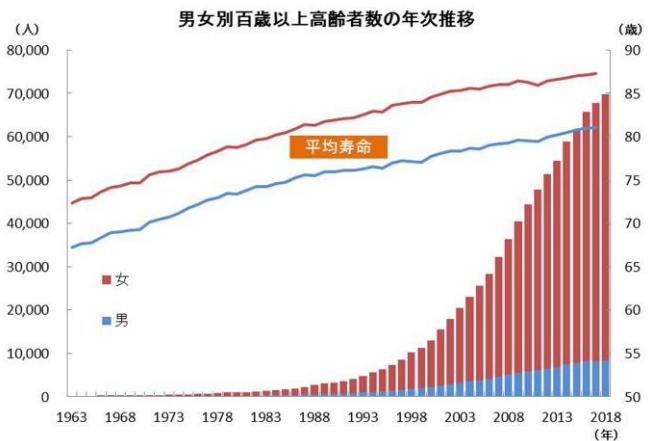
2019 年 10 月 1 日より“セントラリアン”をさらに応援すべく、スポーツタイム『ポッチャ』を全国 156 店舗に範囲を広げ、展開いたします。

『ポッチャ』は障がい者スポーツとして考案された、子どもから高齢者までが楽しめるパラリンピック正式種目の 1 つです。標的となる「ジャックボール」に、より自軍の球が近付くよう投球し、ポイントを競い合います。ボールの投球技術はもちろんのこと、相手チームとの戦術のかけひきも必要となる奥が深いスポーツです。

世代を問わず、楽しく「体」と「頭」を動かすことが可能ですので、これから健康づくりを考えている方にピッタリなプログラムです。

### 『セントラリアン』とは？

100 歳を超える長寿の方を、日本語で「百寿者」と呼び、英語で「センテナリアン (centenarian / 百寿者)」と表現します。近い将来に「人生 100 年時代」が訪れるとされていますが、私たちは 100 歳を健康で自立した状態で迎えることが重要であると考えます。これを積極的にサポートするために、運動による身体機能の向上はもちろんのこと、認知症予防や介護予防など、年代に関係なくセントラルスポーツで「元気なセンテナリアン」を目指して健康づくりに取り組む方々を、“セントラリアン”と呼び、皆様に貢献するフィットネスプログラムを、全国に展開しております。



厚生労働省発表のデータ (平成 30 年 9 月) を基に当社が作成

全国のセントラルスポーツ各店舗において健康づくりに励む全てのお客様を、“セントラリアン”として、今後も応援してまいります。

### 【本件に関するお問合せ先】

セントラルスポーツ株式会社 広報担当 寺本・飯沼

TEL: 03-5543-1936 FAX: 03-5543-1850

E-mail: [s-iinuma@central.co.jp](mailto:s-iinuma@central.co.jp) URL: <https://www.central.co.jp/>