

## 寝る前の新習慣！「リカバリーウェア×ヨガ」で心身をリラックス ベネクス愛用者とともに作り上げたオンラインイベント 『そのまま眠れるリラックスヨガ』毎月第4水曜日無料開催中

休養時専用の「リカバリーウェア」を開発、製造、販売する株式会社ベネクス（所在地：神奈川県厚木市、代表取締役：中村太一、以下、当社）は、日頃より「ベネクスリカバリーウェア」をご愛顧いただいているお客様に向けて、当社プロデュース、おやすみ前に身体も心もゆるめてリラックスするヨガイベント『Recovery Action Produced by VENEX そのまま眠れるリラックスヨガ + VENEX Recovery Wear』を、ヨガ講師の中畠綾香先生をお招きして、休養の日である2021年9月8日（水）より毎月第4水曜日にオンラインでの無料開催をスタートしました。



オンラインイベント .....

### ★そのまま眠れる★ リラックスヨガ

開催日時 .....

**毎月第4水曜日**  
**21:00~**

参加費：無料

### ■“休養”の大切さを発信するベネクスが提案し、お客様と作り上げる新たな「リカバリー習慣」

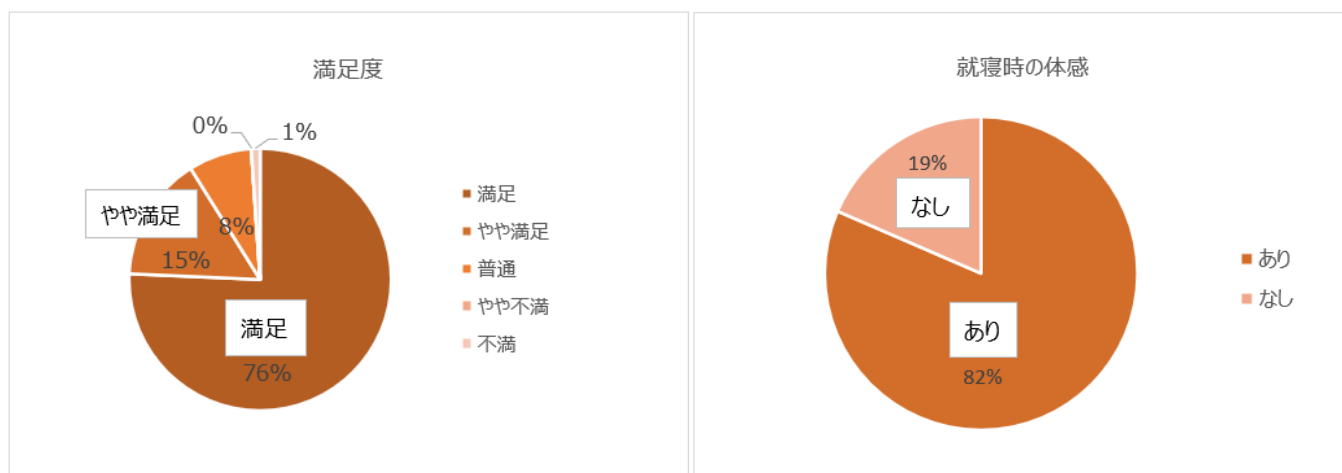
これまで「リカバリーウェア」という商品を通して、“休養”の重要性を伝えてきた当社が、他の形で皆様に上質な“休養”をお届けしたいと考えていたところ、「週の後半になるにつれ疲労感が増し、『ベネクスリカバリーウェア』の使用アイテム数が増える」という当社スタッフの声から『Recovery Action Produced by VENEX そのまま眠れるリラックスヨガ + VENEX Recovery Wear』が誕生しました。皆様に週の真ん中で一休みし、週後半の活気に繋げてほしいという思いで、身体と心をゆるめ深い睡眠へと導く「ヨガ」を、毎月第4水曜日にオンラインにてお届けしています。

2022年1月26日（水）で全5回開催した本イベントは、リアルタイムでお客様とコミュニケーションを取り、さらにアンケートでいただいた声を取り入れながら、より良いイベントになるよう改善を重ね、携わる皆様とともに作り上げました。第4回目の2021年12月22日（水）の開催※からは、ベネクスを普段よりお使いいただいている方だけでなく、「はじめてベネクスを知る」、「ベネクスは知らないがヨガに興味を持っている」という方などより多くの方に参加いただけるようご案内をスタートしました。

## ■参加者の81.5%が効果を実感！「リカバリーウェア×リラックスヨガ」で上質な睡眠を

「ヨガ」と聞くと、アクティブな内容を想像しハードルが高いと感じる方が多いと思いますが、「ヨガ」には様々な種類があり、その中には身体をほぐしたり、ゆるめて伸ばすなどの動きを中心に取り入れた「リラックスヨガ」があります。当社がお届けする本イベントでは、この「リラックスヨガ」を取り入れ、さらに、体をやさしく包み込み、身に着けるだけで質の高い“休養”をサポートする「ベネクスリカバリーウェア」を着用して行うことによって、よりリラックスしてそのまま眠りについていただける内容となっています。“休養”の中でも睡眠は、特に疲労を回復させるうえで大切なことで、睡眠時間を十分に取ることに並び、質を高めることが鍵となります。当社はその質を高めるために、「リカバリーウェア×リラックスヨガ」という形で新しい癒しの時間を提供します。

本イベントには、毎回約 50 名が参加し、そのうち多くの方が「リカバリーウェア」とともに「リラックスヨガ」を体感しています。参加者の中には、「ヨガ」が初めての方から、普段より実践されている方まで、誰でも気軽に参加できるレッスンとなっています。お客様の「身体のこり・痛みに悩んでいる」「疲れが取れない」など、お声の多いお悩みにアプローチしたり、季節に合わせたケアを取り入れるなど、毎回異なるテーマに沿った「ヨガ」をお届けしているため、自分の悩み解決に繋がりやすいレッスンをご体験いただけます。アンケートでは、これまでの全 5 回の開催を通して参加者の 80%以上の方が就寝時に身体の変化を実感。「そのまま眠りにつけました。」「夜中に起きることなく眠れました。」など、沢山の喜びの声が寄せられています。



<お客様のコメント> 一部抜粋

- ・寝る前の時間をリラックスして過ごすことができ、心身ともに充実できました。(30代女性)
- ・先生の教え方がとても良かったのと、朝までぐっすり眠れ、寝起きの体もとても楽です。(50代女性)
- ・イベントが終わってそのまま気持ちよく眠りにつけて、目覚めもよく効果を実感できました。(30代男性)
- ・スタートまですべてを終わらせ、ヨガを受ける時間を作れるのは、とても贅沢で有意義です。(40代女性)
- ・今まで経験したヨガとは違ったポーズが多く、知識が増えました。(50代男性)

本イベントの講師である中畠綾香先生は、「自分の身体に合った無理のない範囲で動くことが大切」と言います。疲れのレベルなど自分をよく知るの自分自身であるからこそ、本イベントを通して毎日頑張っている自身の身体と心にご褒美として癒しの時間を作る「リカバリー習慣」を始めてみてはいかがでしょうか。

今後も当社は、本イベントを通してだけでなく、“休養”の重要性を発信する先駆者として、疲れやストレスに悩むすべての人に寄り添い様々なソリューションを提案し続けます。

※当社休業・祝日などの都合で、開催日が変動することがあります。また参加の際は、毎月初旬に当社公式ホームページ、公式 SNSにて申込に関するお知らせをしていますので、下記 URL より詳細をご確認ください。

公式ホームページ：<https://www.venex-j.co.jp/>

公式 Instagram：[https://www.instagram.com/venex\\_jp/](https://www.instagram.com/venex_jp/)

公式 Twitter：[https://twitter.com/venex\\_jp](https://twitter.com/venex_jp)

公式 Facebook：<https://www.facebook.com/VenexJP/>

## 【次回開催】

- 開催日時： 2022年2月22日（火）21：00～（受付開始:20：45～、終了予定時刻:21：45）  
※2022年2月23日（水）は祝日のため火曜日開催となります。
- 応募申込フォーム：<https://form.run/@venex20220222>  
※申込み締め切り日時:2022年2月22日（火）9:00まで
- イベント詳細：[https://www.venex-j.co.jp/recovery\\_lab\\_magazine/2022/02/event.html](https://www.venex-j.co.jp/recovery_lab_magazine/2022/02/event.html)

## ■ヨガ講師：中畠 綾香 先生のプロフィール

北海道出身。前職は声優、広告営業マン。

多忙な会社員時代にカラダと心のバランスが崩れ鬱を経験。自身の心身の健康の為にヨガを初め 2014年ヨガインストラクターとしての活動を開始しました。これまで某大手ホットヨガスタジオで2期連続トップインストラクターに選出され、全国のスタジオでのレッスンやヨガイベント・TV出演される経歴をお持ちの先生。現在はフリーランスとして活動の場を広げてヨガスタジオに足を運ぶ時間のないオフィスワーカーの方々に、ヨガで一息つき心身を整えてもらいたいという想いから企業ヨガをメインに活動しています。



### 【所有資格】

- ・全米ヨガアライアンス 200
- ・高津文美子式フェイシャルヨガ
- ・メンタルヘルスケアヨガ
- ・産後ママのためのメンテナンスヨガ
- ・肩甲骨ヨガ®
- ・シニアヨガ
- ・マタニティヨガ
- ・チェアヨガ
- ・セロトニン認定講座修了
- ・ストレスオフトレーナー養成講座修了

### <コメント>

『happy 連鎖』ってご存知ですか？幸せってどんどん繋がって大きく広がってまた自分へと戻ってきてくれます。その連鎖を生み出す為にはまず自分が幸せであること。幸せに気付ける心の状態にいること。皆さまの笑顔の時間が増えるよう、ヨガを通してカラダとココロが元気になるお手伝いをさせていただきます。笑顔でお迎えいたします。お気軽にご参加ください♪

Instagram：<https://www.instagram.com/ayaka.nakahata.yoga/>

## 【ベネクスについて】

健康のための3大要素「運動」「栄養」「休養」の中で、パフォーマンスを向上させるために必要な「休養」に着目。休養時専用の「リカバリーウェア」の開発、製造、販売を行っています。創業は「床ずれ予防マットレス」を開発、販売する介護用品メーカーとしてスタート。現在は、ケアという発想に基づいたリカバリーに関わる商品開発を行っています。

「人間が本来持っている自己回復力を最大限に発揮させること」をコンセプトに、東海大学、神奈川県、当社との産学公連携事業により誕生した「リカバリーウェア」は、エビデンス（科学的根拠）の取得や安全性を重視した開発を行い、「休養時専用ウェア」として2010年2月の発売以降、疲労回復や安眠のサポートを目的として日本代表選手らスポーツ関係者はじめ多くの方に愛用されています。現在は、豊富な商品展開を行い、全国の主要百貨店やオンラインショップで販売。これまでにシリーズ累計135万着（2022年1月末時点）の販売実績を記録するヒット商品となっています。

「ベネクスリカバリーウェア」は、2013年にドイツで行われた世界最大のスポーツ用品見本市「ISPO」で日本企業初の金賞を受賞。また、2018年9月には、「休養時専用ウェア」として、県民の未病改善の促進及び未病産業の市場拡大に向け、未病の見える化や未病の改善に貢献できる信頼性のある優れた商品・サービスを認定する神奈川県の「ME-BYO BRAND（未病ブランド）」にも認定されました。その翌年2019年には、日本健康医療学会から健康医療に役立っている製品を開発、生産、販売する会社、団体等に向けて贈られる「第7回 健康医療アワード」を受賞しています。

〈「ベネクスリカバリーウェア」の評価〉

スポーツ：2013年「ISPO」金賞受賞

社会：2018年「ME-BYO BRAND（未病ブランド）」認定

健康：2019年「健康医療アワード」受賞

## ■「リカバリーウェア」を支える2つのメカニズム

### 1. 特殊繊維「PHT（Platinum Harmonized Technology）」

当社独自の先端テクノロジーを駆使し、ナノプラチナなどの鉱物（特許取得名称：DPV576）を繊維1本1本に練りこんで開発したポリエステルの特特殊繊維「PHT」。この「PHT」を使用して作った「リカバリーウェア」は、休養時の体を優しく包み込み、体力が回復しやすい環境を整え、心身の“休養”をサポートします。

### 2. 休養時の着心地のよさを追求した仕様とデザイン

体を締め付けないノンコンプレッションデザインでゆったりとした着心地を実現。素材や縫製、カッティングにもこだわり、睡眠中、家でのリラックス時やスポーツ直後、移動中など、あらゆる休養シーンにおいて、ゆったりとした着心地で体に余計なストレスを感じさせない心地よさを追及しています。

### 【株式会社ベネクス 概要】

法人名： 株式会社ベネクス

代表： 代表取締役 中村 太一

所在地： 〒243-0018 神奈川県厚木市中町 4-4-13 浅岡ビル 4階

電話： 046-200-9288

設立： 2005年9月30日

事業内容： 休養・睡眠時専用「リカバリーウェア」の開発、製造、販売

ホームページ： <https://www.venex-j.co.jp/>

