

ベネクス スペシャルウィーク for WOMEN 第1弾
毎日頑張る女性を応援！
【女性限定】こころとからだのリズムを整えるオンラインレッスン
2022年4月23日(土)14時～無料開催

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、女性特有の疲労の原因である“リズムの乱れ”について学び、心身のリズムを整える体操を体験できる『【女性限定】こころとからだのリズムを整えるオンラインレッスン』を2022年4月23日（土）14時より参加費無料で開催します。

尚、当社は女性の疲労を解消するソリューション提案のため、イベント当日から5月25日までの期間を「ベネクス スペシャルウィーク for WOMEN」とし、その第1弾が今回開催のイベントになります。



■女性を応援するベネクススペシャルウィーク！第1弾は安定した心身を手に入れるための座学と体操のオンラインレッスン

当社はこれまで、独自開発のテクノロジー「PHT（Platinum Harmonized Technology）」によってナノプラチナなどの鉱物を繊維一本一本に練り込んで作った休養時専用の「リカバリーウェア」を開発し、体のパフォーマンスを大切に考え日々のケアを欠かさないアスリートをはじめ、ビジネスパーソンや主婦など疲れに悩む多くの人の多様なライフスタイルに寄り添ってお届けしてきました。

昨年の秋冬シーズンには、当社初となる女性の下着シリーズ『おうちインナー』を販売するなど、近年は女性に向けた商品の開発も進めています。一般社団法人日本リカバリー協会が実施した全国10万人規模の調査では、女性が男性よりも疲労を感じているという結果が出ていることから（※）、女性が悩んでいる「疲れ」をケアするソリューションが求められていることが分かります。そこで、「リカバリーウェア」という商品だけでなく、「休養」の重要性を発信する当社から、現代の女性の疲れ解消に特化したオンラインレッスンを開催することを決定しました。

このたびのオンラインレッスンでは、当社の人気イベント『そのまま眠れるリラックスヨガ』講師・中島綾香先生を招き、日々変化し不安定になりやすい女性のからだについての座学を15分受けた後、血流・リンパ・気の流れを整えるヨガをベースにした体操を体験いただけます。どなたでも気軽に参加できる内容となっていますので、体を動かすことが苦手な方も是非ご参加ください。

■女性の疲れは“リズムの乱れ”が原因！自分のためのリラックス時間「リトリート」を過ごして毎日をリズムカルに

現代の女性は、多くのリズムに囲まれた生活をしています。例えば、長時間デジタルデバイスを使用することによって眼精疲労や肩こりなどの不調を感じたり、家庭や仕事、友人など周りとのリズムを優先して、自分の時間を作ることができなかつたりと、不安定な心の状態へと繋がってしまうケースが往々にしてあります。さらに女性特有のホルモンバランスの乱れなどの影響もあり、複雑に存在する“リズムの乱れ”によって、“こころ”や“からだ”に不調が現れることもあります。しかし、多くの女性は、そのことになかなか気付くことができず、休むことを忘れて頑張ってしまう。

そこで当社は、加速しているストレス社会で仕事や家庭・人間関係などの忙しい日々から一度離れ、自分だけのリラックス時間を過ごして疲労を癒す「リトリート」としてこのイベントをお届けしたいと思い、「ベネクス スペシャルウィーク for WOMEN」の第1弾として実現しました。本イベントを機に“リズムの乱れ”を改善し、自身と向かい合うことで明日を頑張るための活力を高め、健康な心身を一緒に作りませんか。お一人での参加はもちろん、親子での参加、友人との参加など沢山の参加をお待ちしています。

〈日常における女性のリズム〉

社会リズム	仕事・家庭などデジタルデバイスに囲まれた毎日
生活リズム	自分よりも家族や仕事、友人など相手のリズムに合わせて巻き込まれる傾向
体内リズム	自律神経が張り詰めることで免疫の低下や、酸化に繋がる
女性リズム	年齢とともに変化するホルモンバランス
肌リズム	乾燥や疲れが肌に現れやすい

※参考：一般社団法人日本リカバリー協会『全国10万人調査から「日本の疲労状況」を発表世代別で最も「慢性的に疲れている」のは20代・30代 とくに女性は5割以上と深刻に ～10万人調査による「休養・抗疲労白書2022」Vol.1～』

<https://recover-bar.jp/recobar-news/986/>

【イベント概要】

◆イベント名：【女性限定】こころとからだのリズムを整えるオンラインレッスン 〈講師：中島綾香先生〉

◆販売期間：2022年4月23日（土）14：00～15：00 ※13：45～入場受付開始

◆場所： ZOOM

◆参加費： 無料

◆対象： 女性限定、普段運動しない方でもお気軽にご参加いただけます

◆内容： 座学15分＋体操40分

こころとからだの巡り・リズムを整えるための座学とセルフマッサージやヨガをベースにした簡単な体操を体験いただけます。前半は座学で日々変化しやすく不安定になりやすい女性のこころとからだの特徴や、体内バランス（巡り・リズム）が乱れた時のセルフケア方法をお伝えします。

後半は体を動かしながら、実際に“血液の流れ”や“リンパの流れ”に加え、「元気が出ないな・気が重いな」などの原因になる“気の流れ”をマッサージやストレッチ、ヨガのポーズなどで整えていきます。東洋医学で言う健康な体に必要な“気・血・水”の巡りを整えることで、リズムの崩れにくい自律神経が安定した心身を一緒に作りましょう。

◆詳細 URL：https://www.venex-j.co.jp/recovery_lab_magazine/2022/04/rhythm-lesson.html

※2022年4月8日（金）17時公開予定

◆申込フォーム URL：<https://form.run/@venex-j-1649070895>

◆申込受付期間：2022年4月8日（金）17：00～4月23日（土）9：00

※お申込みいただいた方には、メールにて当日参加用 ZOOM URL をお知らせいたします。

※報道関係の皆様には、体験取材を受け付けます。ご希望の方は事前に広報事務局（担当、下山：080-7296-9553）までお問い合わせいただけますようお願い申し上げます。

■中島 綾香先生プロフィール

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 / メンタルヘルスクエアヨガ / 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

【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

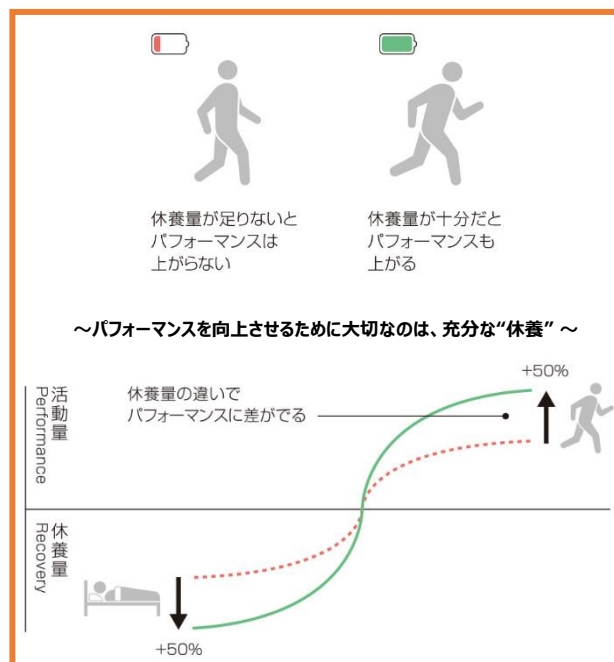
■「リカバリーウェア」を支える 2 つのメカニズム

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/>