

## 世田谷自然食品がwebセミナーを開催。ボディケア本 出版実績多数の松尾タカシ先生を講師に迎え、10年後も気持ちよく動ける体づくりについて解説。

株式会社 世田谷自然食品（本社：東京都世田谷区、代表取締役社長：河西 英治）は、2022年12月に自社会員向けの第2回WEBセミナーを開催しました。お客様に活力ある日々を過ごしていただきたいという思いから、第二回は「10年後も気持ちよく動ける体づくり（膝痛・腰痛予防改善編）」をテーマに選定。受講者への事後アンケートでは、満足度100%という結果になりました。



### ● セミナー開催の背景

ネオマーケティング社のアンケート調査※によるとシニア層の楽しみは旅行に次いで、運動・スポーツ・買い物などがランクインしており、アクティブシニアの実態がうかがえます。

「高齢化社会」などと言われますが、それはすなわちシニアと呼ばれる世代になってからも、元気に活動できる時間も増えてきているということです。何歳になっても十人十色の楽しみがあるのはとても素敵なことだと思います。

一方で、身体面での不安に関するアンケートでは「体力の低下」・「筋力の低下」・「腰の痛み」・「膝の痛み」を回答する方が多いという結果が示されています。大切なお客様が抱えるこれらの不安を、私たちが少しでも軽減できないかと考え、本セミナーの開催に至りました。

実はこれらの不安は、少し意識を変えるだけで改善できるかもしれません。元気に過ごすきっかけとなる情報を色々なところから取り入れることで、より活力あふれる毎日を過ごしていただければと思います。

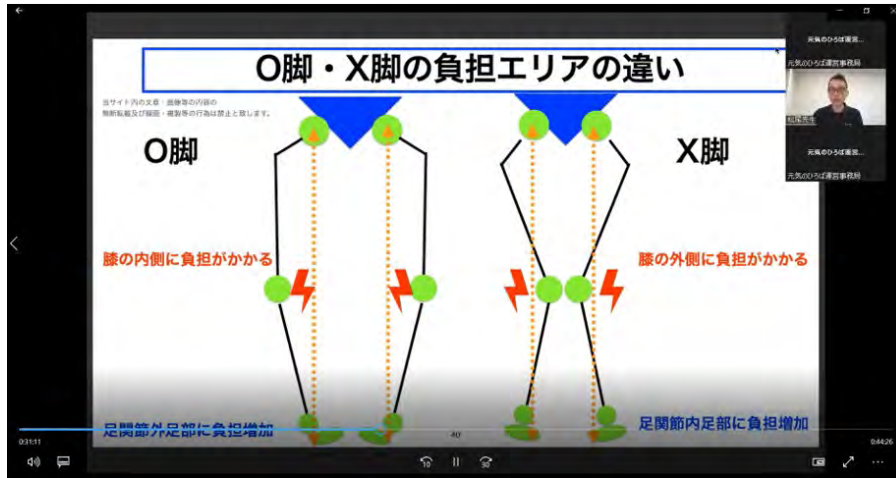
※ネオマーケティング社

全国の60歳～79歳の男女1000人に聞いた シニアの食生活と健康意識に関する調査 より

<https://neo-m.jp/investigation/133/>

## ● セミナー概要

健康食品・サプリメント企画部主導で、2022年12月14日に第二回を開催。講師にコンディショニングトレーナーの松尾タカシ先生を迎え、動ける体づくりに関する講義をおこないました。松尾先生は身体のコンディショニングに関する本を多数執筆・出版されています。



特にエクササイズは動画だと動きがわかりやすくWEBセミナー形式の利点を生かすことができました。論理的な説明の後にエクササイズを行ったことで、わかりやすかったというお声を多くいただくことができました。セミナー後アンケートの満足度は驚異の100%。40代から80代以上の方まで幅広い年代の方にご満足いただけたことがうかがえる結果となりました。

### ～お客様の声～

- 「家で簡単にできるストレッチを教えてください有難うございます。難しくなく簡単にできましたが汗もかきました。」
- 「エクササイズと共に20分以上座り続けないように気をつけて過ごしたいと思います。」
- 「今日は実際の動きが見られてとても参考になりました」
- 「ご説明いただいた後に実践していただいたことで、とてもわかりやすかったです。」

## ● 開催担当者のコメント



第一回に引き続きたくさんの方にご参加いただき、ご好評をいただくことができました。当社実施のアンケートでも多くの方から「膝や腰の痛みについてのお悩み」をいただいております。こちらのお悩みに少しでもお応えできる企画を、というコンセプトで今回のWEBセミナーを企画いたしました。少しでも皆様のお役に立てていれば幸いです。

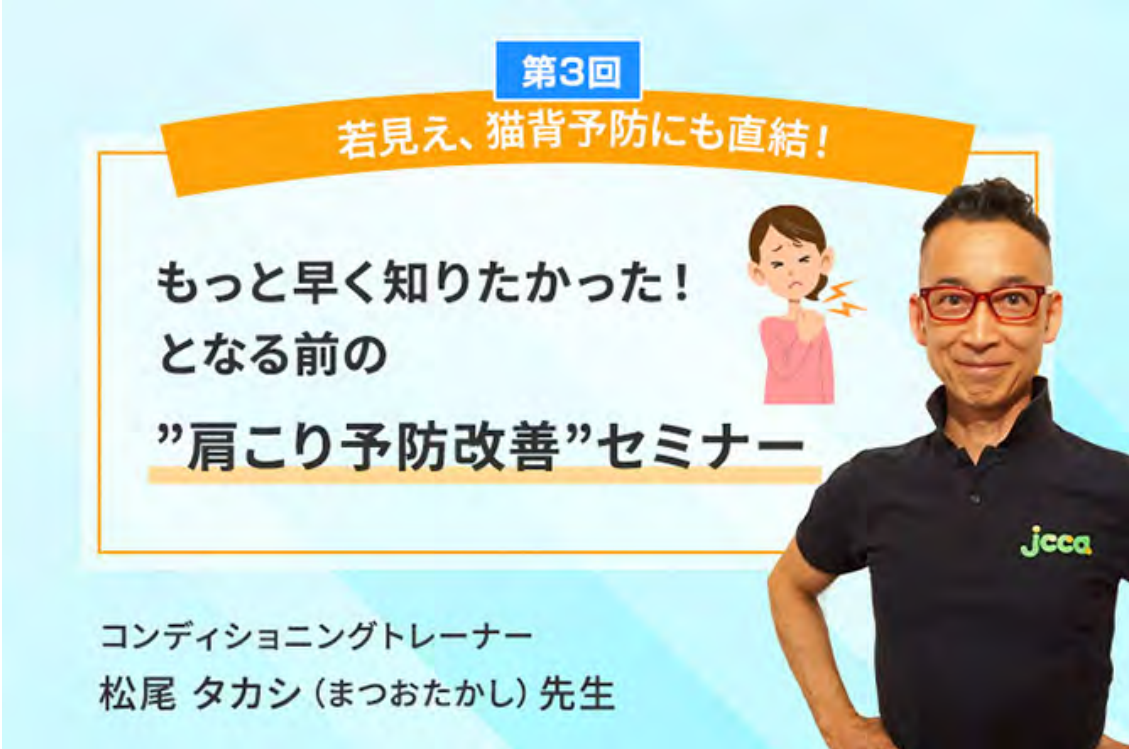
主催者という立場ではありますが、私自身も一人の聴講者として、松尾先生のお話から多くのことを学ばせていただきました。膝痛・腰痛の予防・改善エクササイズだけではなく、痛みが出るメカニズムから、予防するにはどうしたら良いかお話を聞くことができました。

痛みが出る・歩けなくなるというのは決して他人事ではなく、年齢は関係ないと思わせられたセミナーでした。

## ● 第三回開催決定！

第三回は「肩こり予防改善セミナー」、次回も松尾タカシ先生を講師に迎え、2023年2月15日の開催を予定しています。  
肩こりはもちろん猫背予防にも良いので幅広い方におすすめの内容です。現在の会員様はもちろん、新たに世田谷自然食

品で健康食品・サプリメント商品を定期コースでご購入いただいた方にも、登録いただいたメールアドレスにご招待メールをお送りしております。応募が定員に達した場合は受付終了となりますので、お早めにお申し込みください。



第3回  
若見え、猫背予防にも直結！

もっと早く知りたかった！  
となる前の  
”肩こり予防改善”セミナー

コンディショニングトレーナー  
松尾 タカシ (まつおたかし) 先生

jcca

- 世田谷自然食品について

世田谷自然食品はサプリメント、食品、化粧品を扱う通販企業です。

2001年の設立以来、「自然のちから」を活かす商品づくりを大切にしてきました。

安心・安全であることはもちろん、美味しく、そして心豊かになるような商品をお届けし、暮らしの様々なシーンでお客様に寄り添っていきたくと考えています。

#### 世田谷自然食品 会社概要

社名：株式会社 世田谷自然食品

設立：2001年7月

本社：〒158-0097 東京都世田谷区用賀4-10-1

代表者：代表取締役社長 河西 英治

資本金：5,000万円

事業内容：健康補助食品・自然派化粧品・自然派食品の通信販売

世田谷自然食品コーポレートサイト

<https://www.s-shizensyokuhin.com>

世田谷自然食品公式通販サイト

<https://www.shizensyokuhin.jp/>

Twitter:[https://twitter.com/STGYSS\\_Official/](https://twitter.com/STGYSS_Official/)

Instagram:[https://www.instagram.com/setagaya\\_shizen\\_syokuhin/](https://www.instagram.com/setagaya_shizen_syokuhin/)

Facebook:<https://www.facebook.com/shizensyokuhin/>

YouTube:<https://www.youtube.com/user/shizensyokuhin/>