

もっと効果的に  
運動したい

オ  
ス  
ス  
メ

# アシックスの測定プログラムとイベントがセット 健康プログラム

自分の  
体力レベルは  
どれくらい？

上記のようなお悩みをお持ちの方は**必見**です。みなさまのご参加をお待ちしております！

## ■開催日程

**2022年5月16日(月)～2022年8月22日(月)**

**5月16日(月) 10:00～16:30** [今のわたしを知ろう]

①10:00～11:30 ②13:00～14:30 ③15:00～16:30

- ・アシックスの健康プログラムについて
  - ・アシックスヘルスケアチェックの実施(スタート時の健康状態の把握)
  - ・3D足形測定(足のサイズ、特長の把握)
  - ・アプリの使い方の説明
- ※ご希望の時間帯をお選びください。(各回 先着10名様)

**5月31日(火) 10:30～12:00**

- ・ウォーキングイベント(歩き方チェック&緑道ウォーキング)

**6月28日(火) 10:30～12:00**

- ・ウォーキングイベント(歩き方チェック&緑道ウォーキング)

**8月22日(月) 10:00～16:00** [変化した、わたしを知ろう]

- ・アシックスヘルスケアチェックの実施(プログラム終了時の効果の確認)
- ※当日は10:00～16:00の間で一人様 約60分と、ご参加いただく実施時間帯を調整させていただきます。

## ■開催場所

アシックスヘルスケアチェック ▶ 泉ヶ丘センタービル4階 第1集会室(泉ヶ丘駅前 堺市南区茶山台1丁2番1号)  
ウォーキングイベント ▶ 大蓮公園周辺 ※ウォーキングイベントについては、天候などにより屋内になる場合がございます。

## ■募集人数

先着 **30名** (最小開催人数10名)

## ■参加費用

**33,000円**(税込)

※ウォーキングシューズの代金を含みます。※ご購入いただくウォーキングシューズは、ウェルネスウォーカーシリーズ(GORE-TEXシリーズ、GEL-RIDEWALKを除く)になります。

## ■募集期間

**2022年3月26日(土)～4月28日(木)**

## ■申込方法

お申込み専用フォーム、または電話にてお申込みください。

お申し込みフォーム ▶ <https://forms.office.com/r/fP8Gum4cLG>

電話でのお申込み ▶ 南海電鉄 泉北事業部 072-295-7121(平日 10:00～17:00)

※お振り込みの確認をもって、お申込み完了とさせていただきます。※参加費は、下記の振込先にお振込みください。  
※お振込み手数料はお客様のご負担となります。予めご了承ください。



お申し込み  
フォーム

お振込先

**三井住友銀行 大阪第一支店 普通 5215073 南海電気鉄道株式会社**

※振込時は、必ずお客さまのお名前の記載をお願いいたします。

## 確認事項・注意事項

- ※天候や社会情勢などにより、開催日程・内容が変更になる可能性があります。
- ※お客様都合によるお申込み後のキャンセル及び返金はお受けいたしません。予め、ご了承ください。
- ※個人情報の取り扱いにつきましては、株式会社アシックスのプライバシーポリシーに準じます。

■お問い合わせ 南海電鉄 泉北事業部 072-295-7121(平日10:00～17:00)

[ajp-asicshealthcarecheck@asics.com](mailto:ajp-asicshealthcarecheck@asics.com)

■主催

株式会社アシックス / 南海電気鉄道株式会社

■後援

堺市健康寿命延伸産業創出コンソーシアム(SCBH)

ASICS HEALTH CARE CHECK

詳細・お申し込みはこちらから▶

<https://ahcc.asics.com/>

アシックスヘルスケアチェック



参加者募集中

「健全年齢」を知って  
健康リスクに備えよう

オ  
ス  
ス  
メ

アシックスの測定プログラムとイベントが**セット**

# 健康プログラム

アシックスの健康プログラムは「健全度」を測る  
アシックスヘルスケアチェックと、その結果に基づくトレーニングを  
基軸にした「健康寿命延伸」を目的としたプログラムです。



あなたの足に合った  
ウォーキングシューズが  
もらえる!



■お問い合わせ 南海電鉄 泉北事業部 072-295-7121(平日10:00～17:00)

[ajp-asicshealthcarecheck@asics.com](mailto:ajp-asicshealthcarecheck@asics.com)

■主催

株式会社アシックス / 南海電気鉄道株式会社

■後援

堺市健康寿命延伸産業創出コンソーシアム(SCBH)

ASICS HEALTH CARE CHECK

詳細・お申し込みはこちらから▶

<https://ahcc.asics.com/>

アシックスヘルスケアチェック



■主催



NANKAI

■後援



測定結果に基づき、あなたの健康をサポート

# アシックスの健康プログラムとは？

3つの内容を3カ月の中期プログラム化したものです。

アシックス  
ヘルスケア  
チェック

[ 健全年齢を測定 ]

+

アシックスの  
ウォーキング  
シューズ1足

[ 3次元の足形測定 ]

+

ウォーキング  
イベント

[ 健全年齢を改善 ]

STEP  
1

## AHCC※測定＋足形測定

歩行能力・体組成・体力・ストレス・認知機能の5つの要素を7つの項目で測定。

1. 加速度脈波測定
2. 体組成測定
3. 認知能力テスト
4. 閉眼片脚立ち・握力測定・5回椅子立ち上がり
5. 柔軟性測定
6. 歩行による測定
7. 問診による全身持久力測定

※AHCC:ASICS HEALTH CARE CHECKの略

AHCC測定



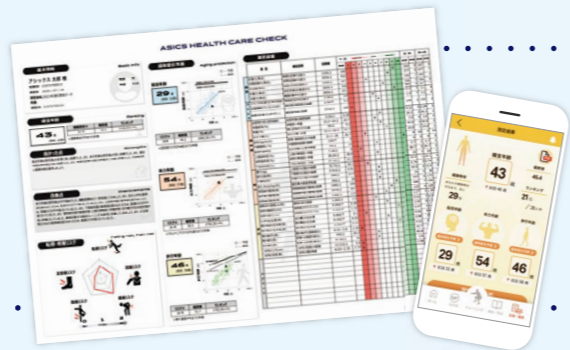
3D足形測定



STEP  
2

## 評価／予測

現在の心身の健康度を総合的に評価した「健全年齢」、将来の健康寿命を予測します。



STEP  
3

## 提示／実践

無理なく継続可能な、個別の健康増進プランをご提示し、実践していただきます。

オンライントレーニング

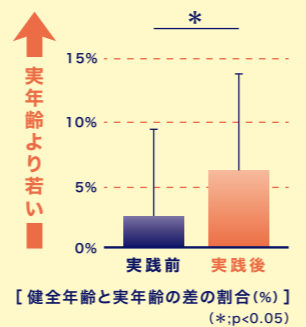


ウォーキングイベント



実際に

約4カ月の運動実践により  
健全年齢が統計的に有意に改善！



健全年齢が  
改善された人  
**79%**

※堺市(SCBH)実証事業より「60歳以上 24人測定結果」2021/11/5～2022/2/28

上記の3STEPを効果的に行うことで健康寿命の向上を図ります！

募集  
人数

30名様  
(最小催行人数 10名様)

先着!

参加  
費用

¥33,000(税込)  
※ウォーキングシューズの代金を含みます。

■日時

1回目のAHCCの測定 **2022年5月16日(月) 10:00～16:30** (お一人様 約90分)

1回目のウォーキングイベント **2022年5月31日(火) 10:30～12:00**

2回目のウォーキングイベント **2022年6月28日(火) 10:30～12:00**

2回目のAHCCの測定 **2022年8月22日(月) 10:00～16:00** (お一人様 約60分)

■場所

AHCCの測定会場

泉ヶ丘センタービル 4階 第1集会室(泉ヶ丘駅前 堺市南区茶山台1丁2番1号)

ウォーキングイベント

大蓮公園周辺(天候などの状況により、屋内または屋外になります。)

ウォーキングシューズ フィッティング・お受け取り

泉北高島屋 2F 靴売り場(アシックスコーナー)

■内容

## アシックスヘルスケアチェック＋実践の3カ月コース

1. ウォーキングを軸にした多面的なAHCC測定(5月・8月/計2回)＋分析＋スマートフォンでのオンライントレーニング※1
2. 3次元足形測定
3. 足形測定結果に基づくウォーキングシューズ(泉北高島屋でお受け取り/シューズ代は参加費に含まれます。)
4. ウォーキングイベント(5月・6月/計2回)
5. モチベーション維持のための「モチボキャンペーン」(3カ月間)※1
6. ウォーキングイベント終了時の参加賞(お土産付き)

※1 スマートフォンをお持ちの方は、動画でおすすめのトレーニング画像を確認したり、ポイントを貯めるキャンペーンに参加できます。スマートフォンをお持ちでない方も、健康プログラムにはご参加いただけます。

イベント終了後に  
スペース・スエムラから  
ちょっと嬉しい  
お土産も!

## アシックスのウォーキングシューズ

3D足形測定の結果に基づき、アシックスのシューズアドバイザーがみなさまと一緒にウォーキングシューズをお選びさせていただきます。

※対象商品:ウエルネスウォーカーシリーズ(GORE-TEXシリーズ、GEL-RIDEWALKを除く)



UNISEX



Women's

効率的な歩行で優れた  
運動効果を追求



◀商品詳細  
サイズ:22.5～28.0cm  
幅/ラスト:2E相当  
品番:1293A024

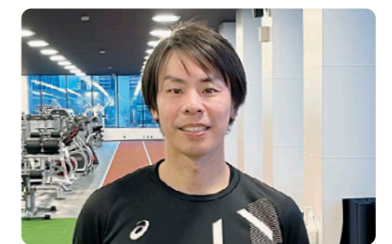
ハダシ感覚の履き心地を  
追求した、軽量シューズ



◀商品詳細  
サイズ:22.0～25.0cm  
幅/ラスト:2E相当  
品番:1292A042

ASICS WALKING ▶ <https://walking.asics.com/jp/ja-jp/>

## ウォーキングイベント



講師 木村 慎太郎

元日本代表陸上競技選手

専門は短距離走。現在はアシックスに所属し、子どもの陸上教室やウォーキングの指導をつとめる。

主な実績

- ・100m 10秒21
- ・2009年 世界選手権代表
- ・2009年 日本選手権2位

