

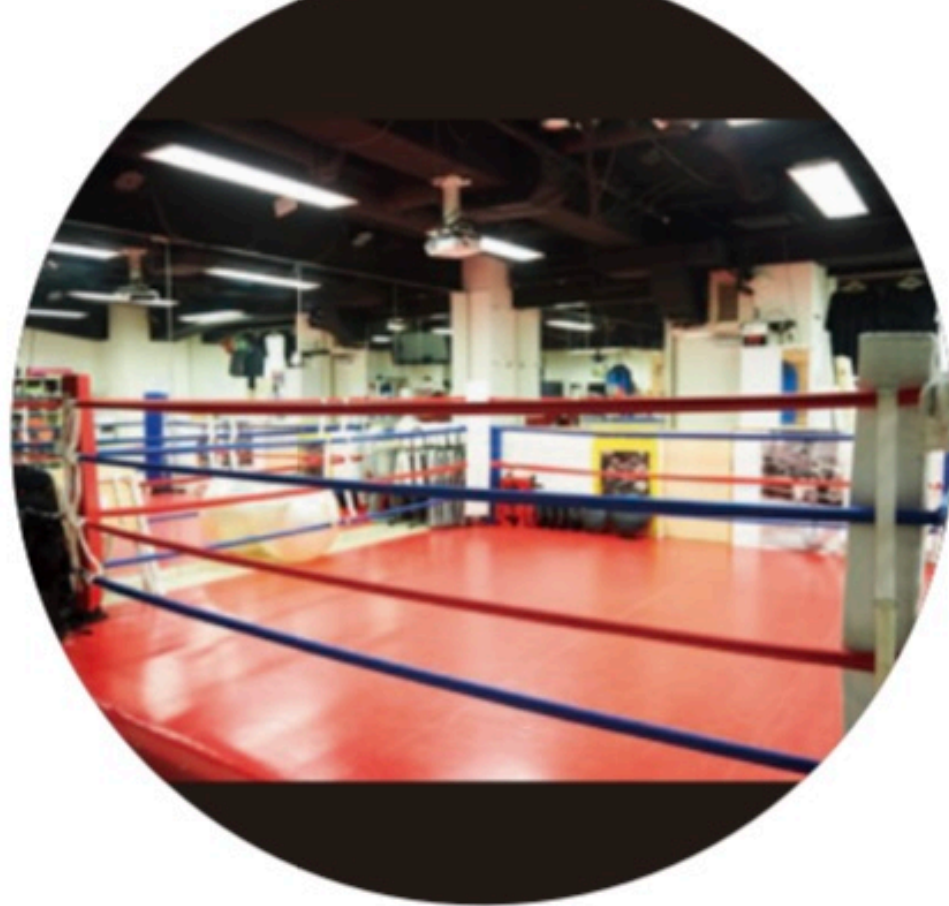
OFFICE RINGS



健康・信頼・創造性を育む
自社オリジナルヘルスケアジム
[オフィスリングス]

企画提案

株式会社 BODY BASIC



OFFICE RINGSとは？

社内や社外に自社オリジナルのヘルスケアジムをつくり、
従業員とその家族に向けた運動プログラムを提供するフィットネス事業です。



私たちにできること

1 自社オリジナルのヘルスケアジムを ワンストップでつくりあげます。

ヒアリングを行い、ご要望に合わせたヘルスケアジムの設計から施工を承ります。ジムを社外に設営する場合は、**物件調査、賃貸不動産の斡旋**も行い、御社に最適な空間をご提案します。室内デザインは、トレーニング周りだけではなく、バーカウンターやホワイトボードといった付帯設備の造作も可能です。必要となるトレーニング器具の選定ではコストダウン交渉を行い、購入から設置までサポートします。

2 楽しみながら運動やダイエットができるメニューから アスリート級の高強度のトレーニングまで、 それぞれの目的や体力に合わせた指導を行います。

元プロ格闘家が格闘技(キックボクシング)をベースとした運動メニューを提供します。フィットネス入門レベルからメニューを用意していますので、**運動経験のない方や苦手意識を持つ方でも無理なく楽しみながら始めることができます**。専門知識を有するトレーナーが利用者の安全を守りながら、個人の目的とレベルに合わせた運動メニューを指導します。

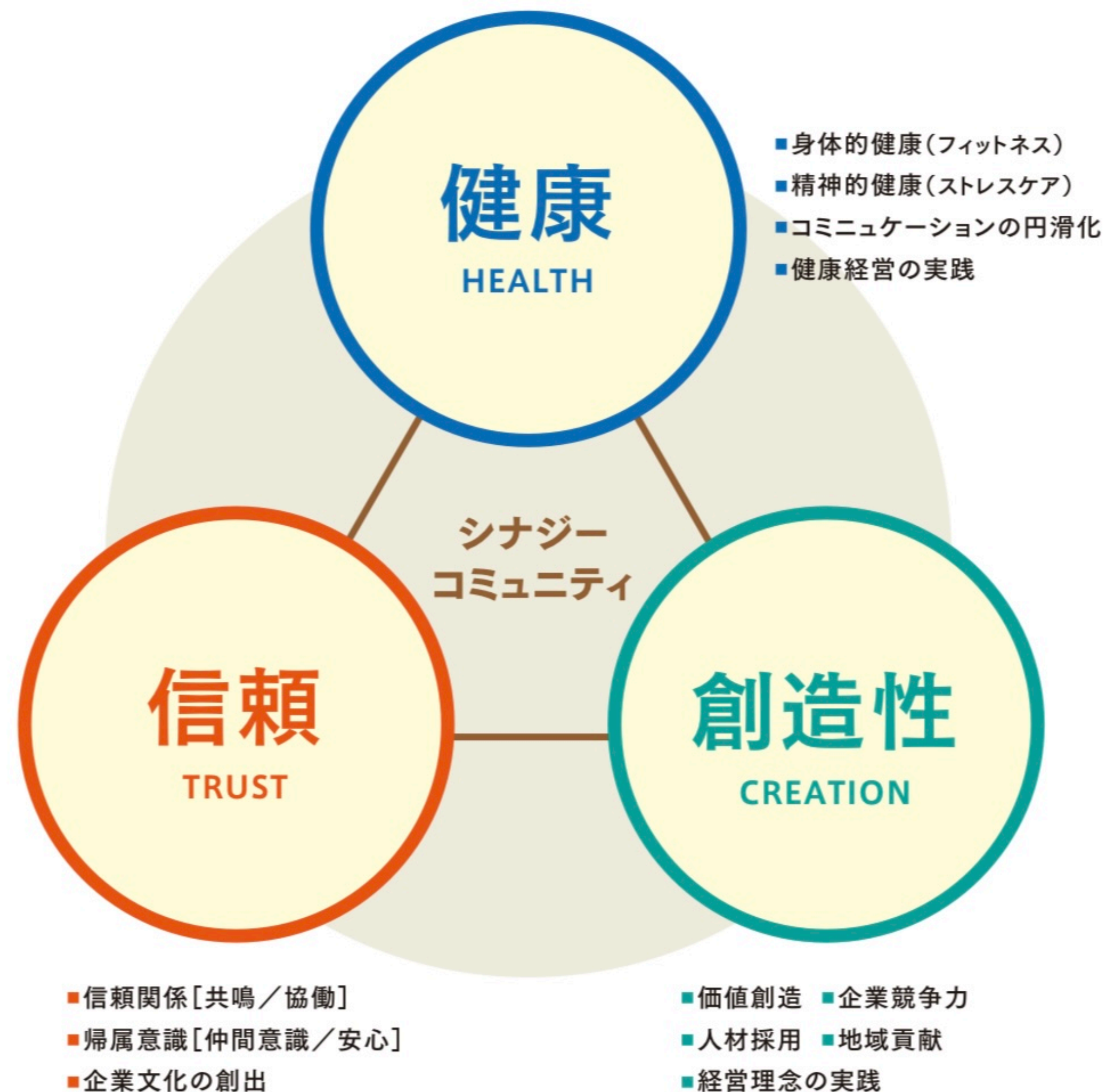
3 社内に非日常な体験共有を生み出します。 「リング」の設置も可能です。

トレーナーと声を掛け合いながらマンツーマンで行う「ミット打ち」や筋トレと有酸素運動を交互に行い限界まで追い込む「サーキットトレーニング」等の運動メニューを会社の仲間たちと取り組み汗を流すことで、**日常では体験できないリアルコミュニケーションを生み出します**。また、オフィスリングスでは、非日常感をより演出する象徴としてジム内に「**リング**」の設置を推奨しています。

自社オリジナルヘルスケアジムが育むもの

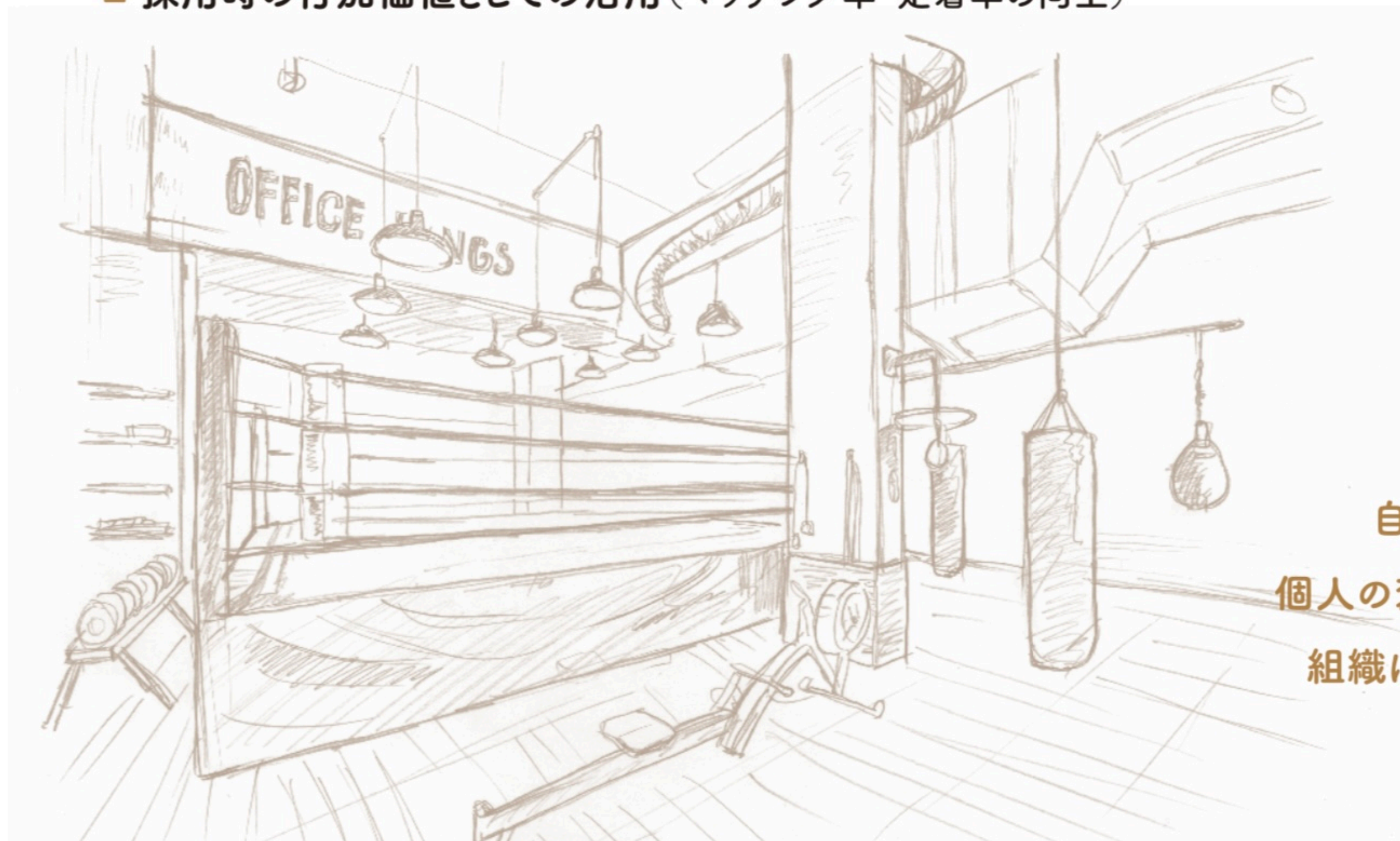
OFFICE RINGSは、格闘技(キックボクシング)をベースとしたトレーニングメニューを通して、従業員やその家族の「健康づくりの土台」をつくる取り組みです。

上司も部下も一緒になって働く仲間が同じ空間で汗を流すことで、自社ジムでしか得られないリアルコミュニケーションと「非日常体験の共有」を生み出します。それらは従業員のフィジカルな健康増進だけでなく、メンタルにも好影響を与えます。運動自体がストレスケアになることはもちろん、トレーニングを共に学び、教え合うことで精神的な繋がりや信頼関係が高まり、その結果、個々の活力・意欲・能力・創造性が引き出されます。自社ジムは、職場、家庭とも異なる第三の居場所(サードプレイス)として、自社の生産性の向上や新たな価値を生み出す「シナジーコミュニティ」を育みます。



健康・信頼・創造性のシナジーコミュニティが生み出すもの

- 従業員のパフォーマンス向上（健康増進／リアルコミュニケーションの促進）
 - 従業員同士の交流の場（インフォーマルコミュニケーションの創出／トレーニングの共育）
- * インフォーマルコミュニケーション：偶発的な会話。業務上で発生する会話ではなく、偶然に出会った人同士によって何気なく交わされる雑談。
- 企業理念や社風への理解と共感（帰属意識の高まり／企業文化の醸成）
 - 採用時の付加価値としての活用（マッチング率・定着率の向上）



自社ヘルスケアジムでの非日常体験が
個人の変革に必要な「意識と行動」に刺激を与え、
組織にさまざまな効果と好影響を生み出します。

おわりに

リモートワークが当たり前となり「働く場所」が自由に選択できる時代。
多様な働き方に対応できない従来のオフィスデザインでは、
従業員の創造性は損なわれ、ひいては企業価値の棄損へと繋がります。
オフィスの存在意義を見直す「オフィス戦略」こそがこれからの企業戦略の鍵です。

従業員の創造性を企業競争力の原点とし、価値創出に繋げていくためのオフィス、
すなわち「クリエイティブ・オフィス」をデザインすることが求められています。

今のオフィスに足りていないものは何か？

何が「クリエイティブ・オフィス」づくりに寄与できるのか？

その答えの一つとして、私たちは「自社オリジナルヘルスケアジム」に至りました。

トレーニングのベースとしている格闘技の基礎運動は
個人が心と体を鍛えることができることに加えて、
対人では同じ会社の仲間とコミュニケーションを取りながら行うことで
互いの強みや弱みの理解を深めることができます。

「健康・信頼・創造性の相乗効果」をコンセプトにしたジム運営は
企業活動における価値創出の源泉を社内に生み出します。

私たちはオフィスリングを導入する企業を増やすことで、

- ・働く人の健康促進、健康寿命の延伸と健康格差の縮小
- ・心身の不調による休職者・離職者を減らすこと
- ・生きがい、働きがいを向上させる場と仕組みづくり
- ・労働生産性の向上
- ・アスリートのセカンドキャリア支援（トレーナー採用の増加）

といった社会課題解決の一助になれると考えています。

すべての働く人たちとその家族に向けて、
オフィスリングスの輪を広げていくことが私たちの使命です。

株式会社 BODY BASIC 代表 今野顕彰

