

2021年8月4日



KENKODOJO

コロナ禍による生活習慣の変化で、運動不足など健康上の困りごとがある人は84%！  
36年にわたるサンスタ一流の健康メソッドを

## オンラインで体験できる「バーチャル健康道場」提供開始

サンスターグループ（以下サンスター）は、36年続く同社の社員向け福利厚生施設「サンスター心身健康道場」で培われた知見とノウハウを取り入れた健康法をオンラインで体験できるウェブサービス「バーチャル健康道場」の提供を8月4日（水）より開始いたします。

また、心身健康道場の食事に取り入れている玄米菜食と青汁を手軽に体験できる、健康道場シリーズの健康食品・飲料6種がセットとなった「健康道場1週間体験キット」も同日よりサンスターオンラインショップで新発売いたします。



サンスターが実施した「新型コロナウイルスの流行による生活習慣の変化に関する調査」\*では、健康面において困っていることがあると回答した人が84%、そのうち44%の人が「外出が減ったことで、運動不足になった」と回答しました。また、29%の人に食生活の変化があり、そのうち37%の人が間食の回数が増えたと回答しました。生活習慣に大きな変化をもたらしたコロナ禍が長引く中、健康を守るためにも自身の健康状態と生活習慣を見直すことが大切になります。

「バーチャル健康道場」では、10問のアンケートに回答すると、サンスタ一流の「食事・身体・心」の3つの視点と、お口の健康チェック結果に基づき、日常で取り入れられる手軽な運動法や、食事法、心の整え方など自宅で簡単に実践・継続できるアドバイスを受けることができます。普段気づかない自分の状態が可視化されるので、食事の見直しや運動不足、ストレスの緩和だけでなく、ダイエット等にも活用いただけます。従来、「心身健康道場」のプログラムは一部限られた場所でのみ公開しておりましたが、この度の「バーチャル健康道場」のサービス提供によりオンラインにて誰でも気軽に体験することが可能となります。また、健康チェック後に手軽に食事の改善につなげられるよう「健康道場1週間体験キット」もご用意しました。結果にもとづくアドバイスと生活習慣づくりのサポートで皆さまの心身の健康を応援します。

<本件に関するマスコミからのお問い合わせ先>


サンスターグループ 広報部 MAIL: [sunstarpr@jp.sunstar.com](mailto:sunstarpr@jp.sunstar.com)

〒105-0014 東京都港区芝 3-8-2 芝公園ファーストビル 21階 <https://jp.sunstar.com/>

## 【心身健康道場とは】

サンスターは、「健康産業に携わる従業員は健康であるべき」との考えのもと、社員の健康増進に努めており、1985年に社員の福利厚生施設「サンスター心身健康道場」を大阪府高槻市に設立しました。当施設では、食事・身体・心、3つの視点からの健康法に着目し、社員に宿泊型の健康指導を行っています。このような活動と充実した健康診断・歯科検診を実施していることなどが評価され、サンスターは2017年より5年連続で健康経営優良法人にも認定されています。

## 【バーチャル健康道場、使用イメージ】



1. 「オンライン健康チェック」をクリックし、スタート
2. 食事、身体、心に関する質問に回答する
3. 回答後、現在の健康状態とアドバイスが表示される
4. 健康道場オリジナルコンテンツが表示される

バーチャル健康道場 URL: <https://sunstaronline.page.link/news>

## 【商品概要】

### 健康道場 1 週間体験キット

体験キット内容 玄米ごはん (4 パック)、ライスブラン生活 (3 袋)、緑でサラナ (4 缶)、おいしい青汁 (3 缶)、緑黄野菜 (4 缶)、黄実野菜 (3 缶)

【発売時期】 2021年8月4日(木)

【販売価格】 5,400円(税込)

【販売概要】 健康道場「1週間体験キット」販売ページ: <https://www.sunstar-shop.jp/s/g/g01057/>  
サンスターオンラインショップ: <https://www.sunstar-shop.jp/s/>



左:健康道場 1 週間体験キット専用 BOX、右:キット内容イメージ

## 【サービスおよび商品のお問合せ】

サンスター通信販売

電話: フリーダイヤル 0120-831-181

受付時間 9:00~21:00 (土・日・祝日も承ります)

## \*【調査概要】

対象エリア：全国

対象者：

20歳～69歳の男女 1,000人 ※10歳刻み/各100名で均等に割付

新型コロナウイルスが流行する前(2020年3月以前)の生活と比べて、今の生活に変化があった人

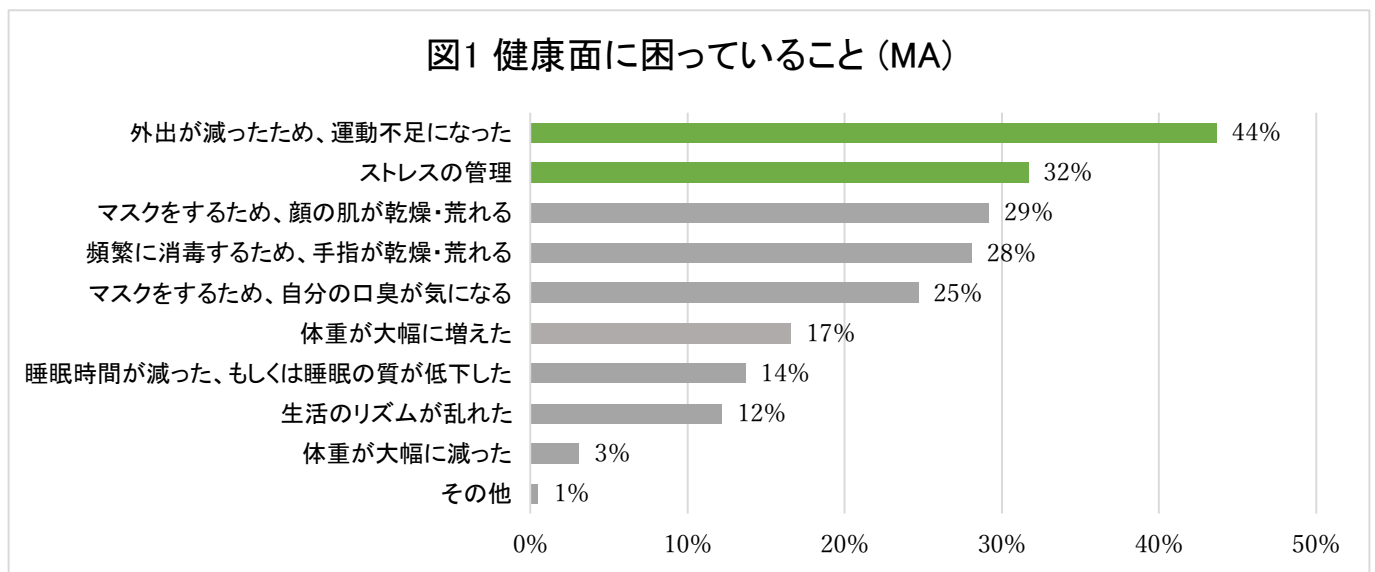
調査日：2021年4月21日

方法：インターネット調査

### <健康面において困っていること>

「コロナ禍で健康面で困っていることを教えてください。」と質問したところ、84%の人が健康面において何かしら困っていることが明らかになりました。最も困っていることは「外出が減ったことで、運動不足になった」44%、次いで「ストレスの管理」32%と続きました。(図1)。

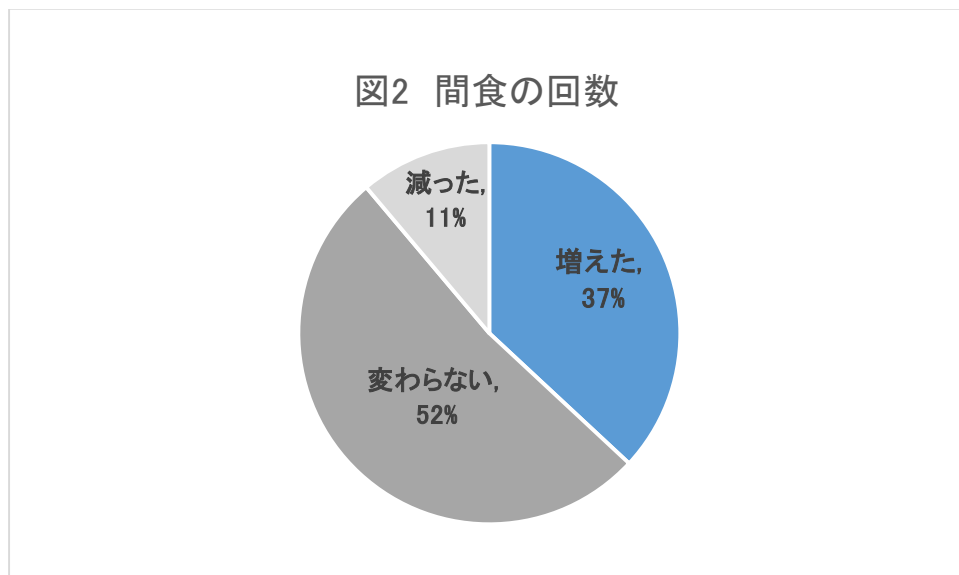
図1 健康面に困っていること (MA)



### <食生活の変化>

「新型コロナウイルス感染症が流行する前(2020年3月以前)と比べて、生活習慣に変化があった項目を選んでください。」という質問に対して、「食生活」に変化があったと29%の人が回答しました。そのうち、「間食の回数が増えた」と回答した人は37%となりました。(図2)

図2 間食の回数



## 【健康道場】

サンスターでは、人が本来持っている健康になろうとするチカラ、「自然治癒力」を高めるために、食事・身体・心のバランスを整えることが重要と考えています。  
この考え方を実践するのが「サンスター心身健康道場」であり、ここから生まれたのが「健康道場」シリーズです。

健康道場ブランドサイト：<https://www.kenkodojo.com/>

## 【サンスターグループについて】

サンスターグループは、持株会社サンスターSA(スイス・エトワ)を中心に、オーラルケア、健康食品、化粧品など消費者向けの製品・サービスをグローバルに統括するサンスター・スイスSA(スイス)と、自動車や建築向けの接着剤・シーリング材、オートバイや自動車向け金属加工部品などの産業向け製品・サービスをグローバルに統括するサンスター・シンガポール Pte.Ltd.(シンガポール)を中核会社とする企業グループです。

### 100年 mouth100年 health

人生100年時代、サンスターが目指すのは、お口の健康を起点とした、全身の健康と豊かな人生。毎日習慣として行う歯みがきなどのオーラルケアは、お口の健康を守り、そして全身の健康を守ることにもつながっています。100年食べ、100年しゃべり、笑う。一人ひとり、自分らしく輝いた人生、豊かな人生を送るためにも、お口のケアを大切にしていきたいと考えています。今後もお口の健康を起点としながら全身の健康に寄与する情報・サービス・製品をお届けすることで、人々の健康寿命の延伸に寄与することを目指していきます。



### <お客様からの商品のお問い合わせ先>

サンスター通信販売お客様センター TEL:0120-831-181 (9:00~21:00 土・日・祝日も承ります)

### <本件に関するマスコミからのお問い合わせ先>

サンスターグループ 広報部 MAIL:sunstarpr@jp.sunstar.com

〒105-0014 東京都港区芝 3-8-2 芝公園ファーストビル 21階 <https://jp.sunstar.com/>