

「お家で簡単にできるフットエクササイズ」LIVE 配信・「女性の運動と脚の疲れに関する調査結果」発表のお知らせ

ゆうこす×インストラクター・ANNA

自宅で簡単にできるフットエクササイズ 9月19日 LIVE 配信

運動継続のカギは“脚ケア”！

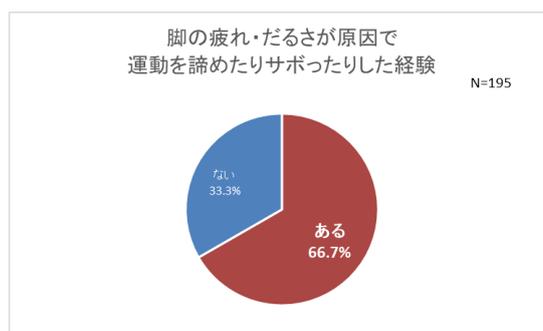
6割以上の女性が脚疲れ・だるさで「運動をサボった」

スリムウォーク Beau-Acty シリーズから“運動後”専用レギンス好評発売中

ピップ株式会社（本社：大阪市中央区、代表取締役社長：松浦由治）は、スリムウォーク Beau-Acty（ビューアクティ）シリーズから“初”の運動後専用の製品「スリムウォーク Beau-Acty リカバリーレギンス」を、全国のドラッグストア・量販店などで発売しています。

本商品の発売を記念し、皆さんの自宅での運動をサポートしたいという思いから、人気インフルエンサーの菅本裕子（ゆうこす）さんとインストラクターのANNAさんをお迎えし、「お家で簡単にできるフットエクササイズ」のLIVE 配信を9月19日（土）に行います。

また、「女性の運動と脚の疲れに関する調査」も実施しました。本調査では、半数以上の女性は週に1回以上定期的に運動しているという健康的な結果が出た一方で、脚の疲れやだるさを口実に運動を諦めたり、サボったりしてしまったことがある人は6割以上存在することなどが明らかとなり、運動を習慣づける上で脚のケアを行う大切さが浮き彫りになりました。



■スリムウォーク Beau Acty リカバリーレギンス

https://www.slimwalk.com/lineup/beau_acty_recovery.html

■菅本裕子（ゆうこす）さん Instagram アカウント (@ yukos0520)

<https://www.instagram.com/yukos0520/>

お家で簡単にできるフットエクササイズ LIVE 配信について

菅本裕子（ゆうこす）さんの Instagram アカウント (@ yukos0520) にて、9月19日（土）21時よりライブ配信を行います。インストラクターの ANNA さんとのコラボ配信で、ゆうこすさんが運動が苦手な人でも美脚になれるトレーニングに挑戦します。トレーニング後には、運動した後の脚をケアしてくれる「スリムウォーク Beau-Acty リカバリレギンス」の着用感も紹介します。ライブ配信の内容は、ゆうこすさんのアカウントでアーカイブされる予定です。

■菅本裕子（ゆうこす）さん Instagram アカウント (@ yukos0520)

<https://www.instagram.com/yukos0520/>

<プロフィール>

菅本裕子（通称：ゆうこす）

「モてるために生きてる！」と言い張る、通称「モテタレント」ゆうこすこと菅本裕子。元アイドルという経歴を持ちながら、そのモてるための貪欲な自己プロデュース能力の高さが SNS を中心に話題になり再デビュー。全国的に開催しているイベント「ゆうこすモテ教室」は常にチケットが入手困難になっている。また、YouTube チャンネル「ゆうこすモテちゃんねる」も話題沸騰中。



ANNA

ダンス歴 21 年、L.A でのダンス留学を経験し、姉妹 duo、Flare(フレア)としてソフトバンクホークス、鹿島アントラーズなどスポーツ会場を中心に Live を行う。現在、フィットネスアプリ FiNC アンバサダーとして、テレビ朝日「1 分フィット」に出演、B.LEAGUE 東京サンレーヴス チアディレクター、ラジオパーソナリティ(レギュラーラジオ『Saturday Night Flare』毎週土曜 20:00-20:30 放送)などマルチに活動。



【資格】

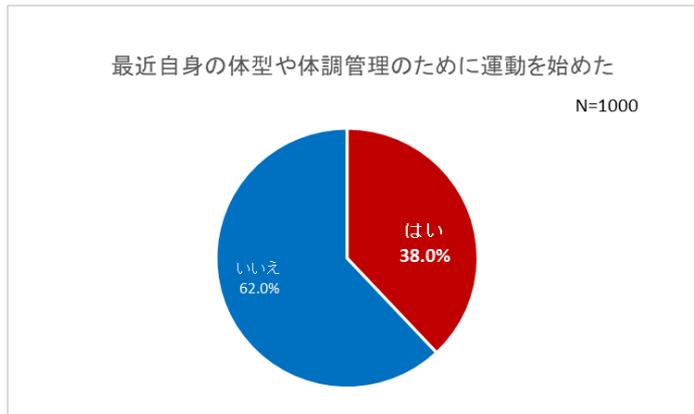
- ・アシタンガヨガ指導ライセンス
 - ・ピラティス指導国際ライセンス
 - ・アスリートフードマイスター
 - ・スポーツリーダー
- など

<調査結果>

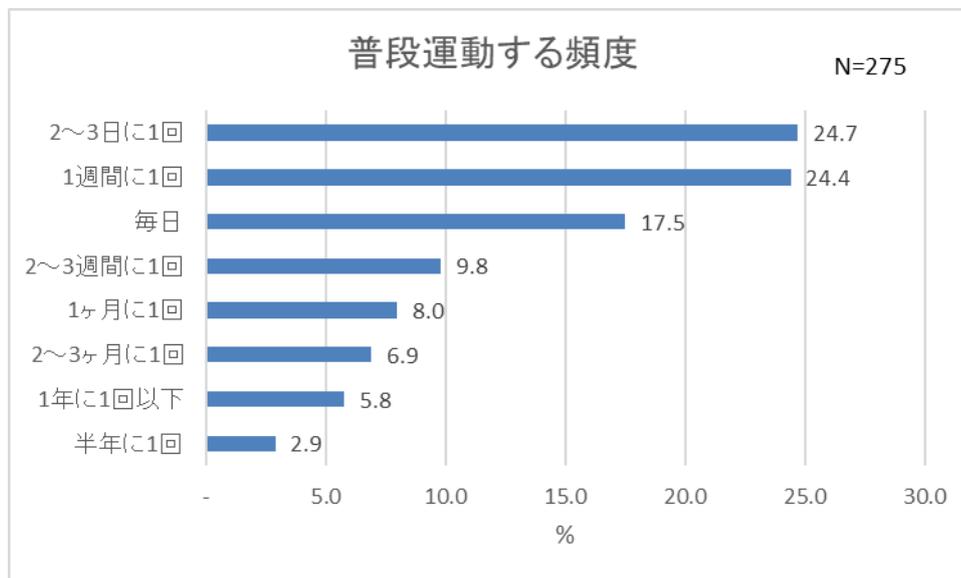
■コロナ禍において体型、体調管理のために運動を始めた女性は約 4 割

新型コロナウイルス感染症の感染拡大以降、外出自粛で運動不足に悩む女性は多いと考えられます。20～40代女性を対象に行った調査※1では、最近自身の体型や体調管理のために運動を始めたと回答した女性は、4割近い結果となりました。そこで、今回は女性の日常的な運動にまつわる実態と、多くの女性に関心を寄せる美脚のための“脚ケア”に関する調査結果を発表します。

※1 ピップ株式会社調べ 2020年8月 N=1,000



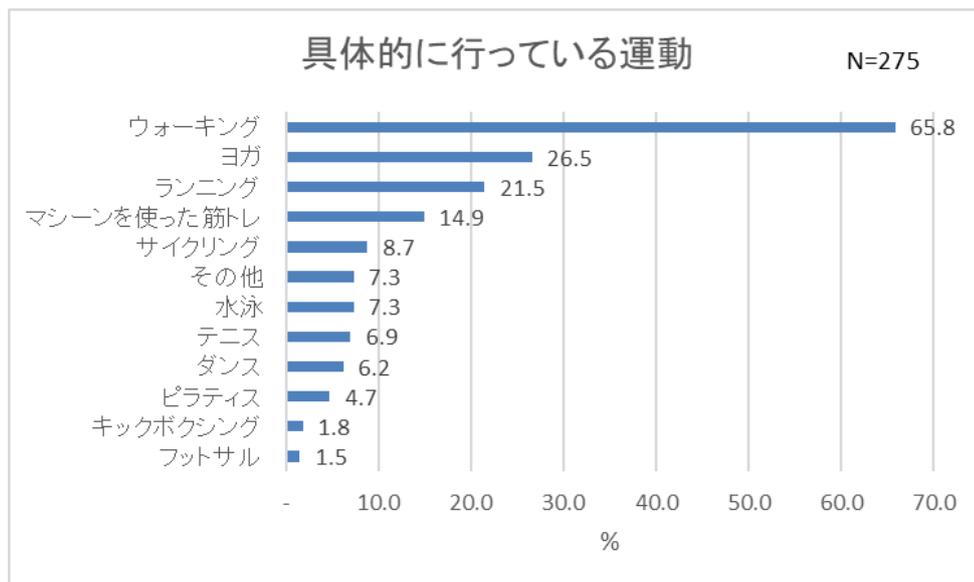
■半数以上の女性は「週 1 回以上」運動している



まず、定期的に運動している20～30代の女性に運動する頻度を調査したところ、「2～3日に1回」(24.7%)が最も多く、その後には「1週間に1回」(24.4%)、「毎日」(17.5%)という回答が続きました。つまり、半数以上の女性は、1週間に1回以上運動していることが分かりました。

※株式会社ネオマーケティング調べ

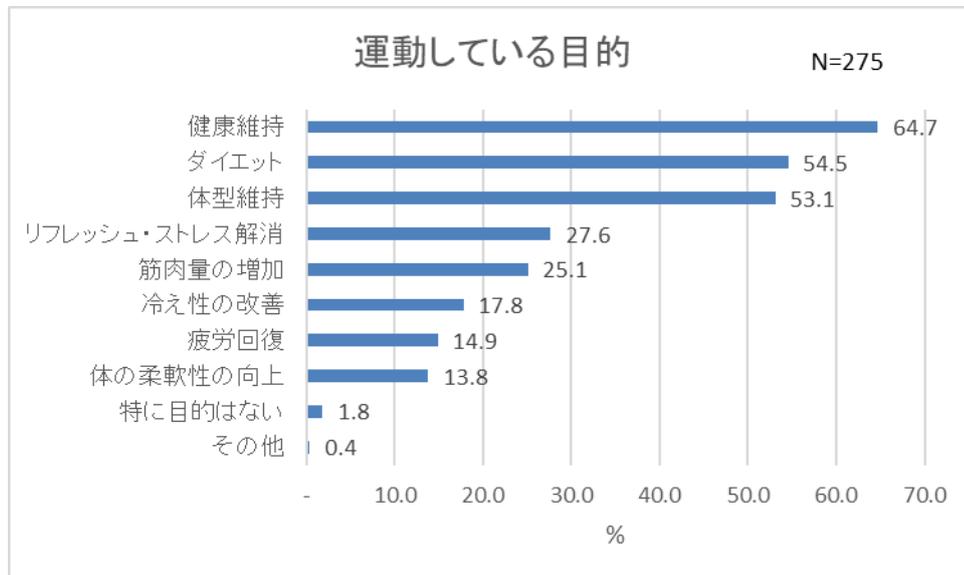
■ 人気は「ウォーキング」「ヨガ」など、1人で手軽に行える運動



具体的にしている運動としては、「ウォーキング」(65.8%)が圧倒的に多く、続いて「ヨガ」(26.5%)、「ランニング」(21.5%)に票が集まりました。場所を選ばず、特別なアイテムをそろえる必要がなく、1人で気軽にできる運動が好まれる傾向が見られます。

※株式会社ネオマーケティング調べ

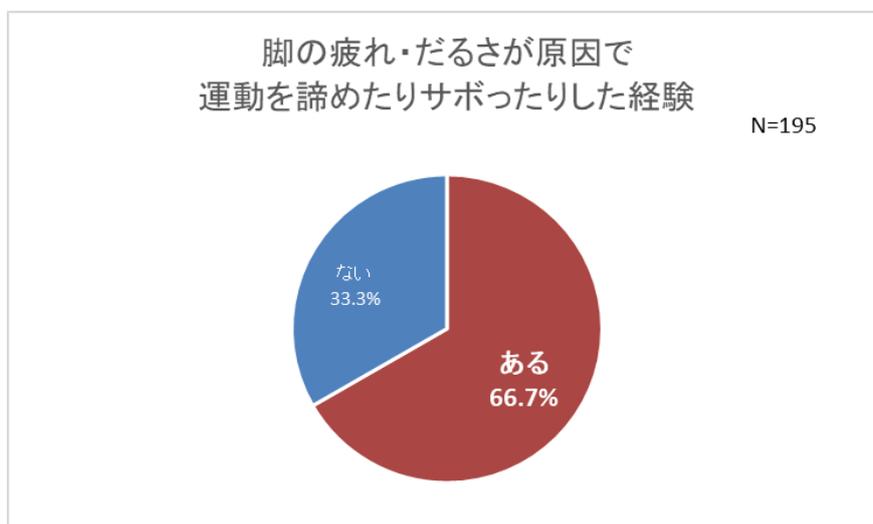
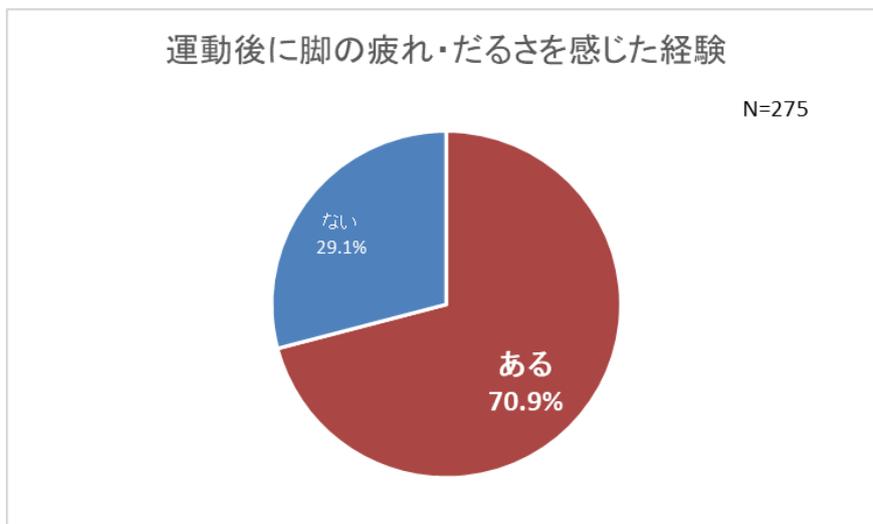
■ 運動の目的は「健康維持」「ダイエット」



続いて、運動する目的について聞いてみたところ、一番多かった回答は「健康維持」(64.7%)、その後に「ダイエット」(54.5%)、「体型維持」(53.1%)という回答が続きました。健康や見た目への意識が、運動のモチベーションとなっている女性が多いようです。

※株式会社ネオマーケティング調べ

■ 運動後、脚の疲れ・だるさを感じる女性は 7 割以上
そのせいで運動を諦めたりサボったりした経験のある人は 6 割以上



次に、運動した後の脚の疲れやだるさについて調査を行いました。まず、運動後に脚の疲れやだるさを感じる経験があるかという質問をしたところ、7 割以上の女性が「ある」（70.9%）と回答しました。続いて、脚の疲れやだるさが原因で、運動するのを諦めたりサボったりした経験があるか聞いたところ、6 割以上の女性が「ある」（66.7%）という事実が判明。運動を習慣づけ長く続けるには、運動後の脚の疲れやだるさをケアし、運動を諦めたりサボったりする理由をなくすことが重要であると分かりました。

※株式会社ネオマーケティング調べ

■総括：自分に合った脚のケアが、運動のモチベーションに！？

今回の調査では、女性の運動事情や運動の後に脚の疲れ・だるさを感じる人が多いという事実が明らかになりました。さらに、脚の疲れ・だるさのせいで、運動を諦めたりサボったりしたことのある女性も多数いることが分かりました。自分に合ったケアを見つけ、日々脚のコンディションを整えることが、運動の継続や多くの女性が目指す美脚につながっていくと考えられます。外出自粛で運動不足になりがちな今だからこそ、運動をしたくなくなる要因を取り除き、モチベーションを高める工夫を行うことがより一層大切になります。

【調査概要】

- ・調査期間：2020年1月10日（金）～1月17日（金）
- ・調査対象：全国の20代～30代の有職女性500名 ※年代均等割付
- ・調査方法：インターネット調査
- ・調査会社：株式会社ネオマーケティング

スリムウォーク Beau-Acty リカバリーレギンスについて

ピップでは「美」を求めてスポーツをする女性に向けて「自分史上、最高美脚を引き出す」をコンセプトに、美脚にこだわった“着圧×スポーツ”シリーズ「スリムウォーク Beau-Acty」を立ち上げました。「Beauty」+「Active」という名の通り“キレイな自分になりたいと願う、前向きな全ての女性”を応援したいという思いが込められています。

<商品詳細>

製品名：スリムウォーク Beau-Acty リカバリーレギンス パンツタイプ

サイズ：全 2 サイズ（M、L）

カラー：ミックスグレー

発売日：2020 年 3 月 23 日

販売チャネル：全国のドラッグストア・量販店・ネット通販など

品質表示：本体：ポリエステル、ポリウレタン

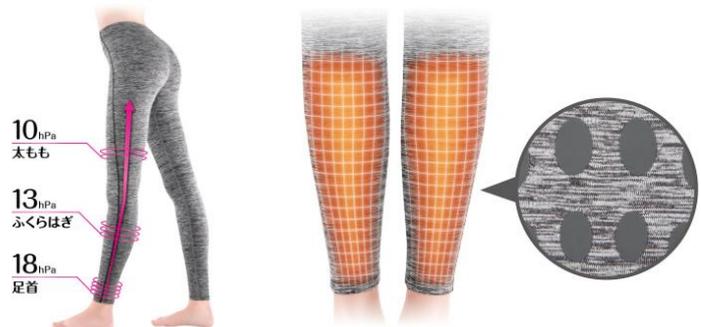
ふくらはぎテーピング部：ポリウレタン



<製品特長>

はくだけで運動後のアフターケアをサポートする 5 つのポイント

・「コンディショニングサポート設計」



段階圧力設計：足首 18hPa、ふくらはぎ 13hPa、太もも 10hPa で運動後の頑張ったおつかれ脚をスッキリケア。

ふくらはぎプレスアシスト：運動後に疲れを感じやすいふくらはぎ部分を集中的にととのえます。

- ・手軽さ：いつものズボンやスウェットの代わりに手軽に着用。これ 1 枚で OK なパンツタイプ。
- ・スタイリッシュさ：運動後のリラックスタイムにもスキニーのシルエットでスタイリッシュな着こなし。
- ・UV カットで紫外線対策。
- ・抗菌防臭加工で、気になるにおいもケア。

本件に関するお問い合わせ先

株式会社 CCPR 担当：黒川

TEL：03-5459-0297 FAX：03-5428-4647

MOBILE：080-5545-7672 MAIL：kurokawa@ccpr.jp