



KYOWA

**毎朝、全員参加のトレーニングで
働く世代に運動習慣を！**

**株式会社協和
2022年10月12日**

会社概要

社名	株式会社 協和
本社所在地	〒160-0023 東京都新宿区西新宿1-22-2 新宿サンエービル9F
代表者	代表取締役 堀内 泰司
創業	昭和35年2月 ※62年目
資本金	1,000万円
事業内容	エイジングケアブランド fracora（フラコラ）を運営
従業員数	47名（令和3年1月現在）
決算期	1月末日（年1回）
年商	135億（令和3年1月期）

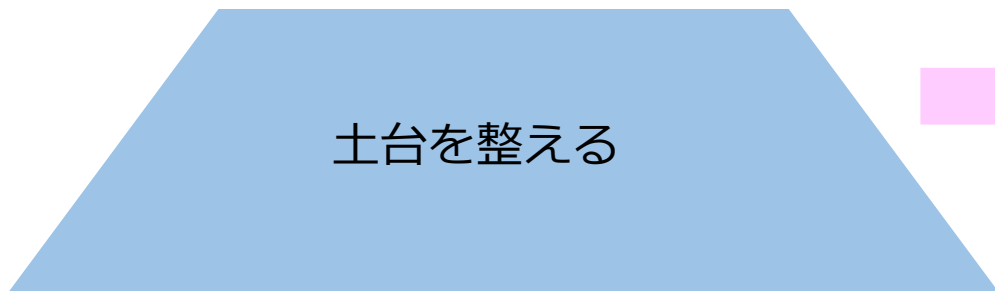
7年連続 東京都スポーツ推進企業に認定

企業ミッション（一部抜粋）

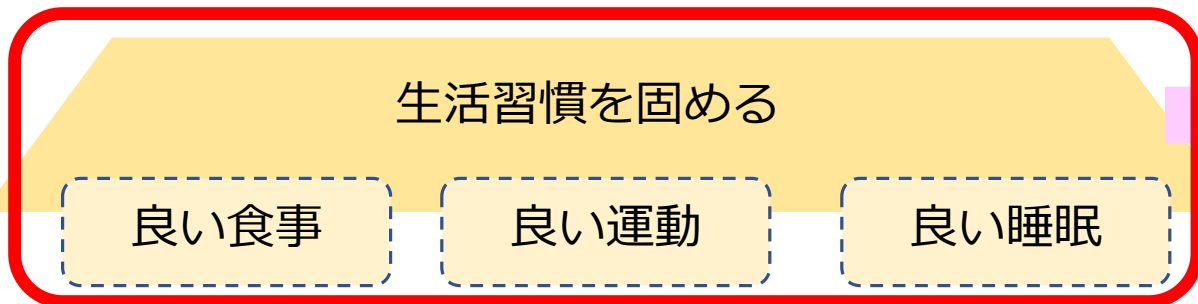


良い食事、良い睡眠、良い運動と
生命科学の最先端テクノロジーを通じて、
お客様1人1人が
美顔・美髪・美Bodyになって頂き、
お客様1人1人の免疫力が高まり、
疲れのない身体づくりを実現する

最先端の生命科学のテクノロジーを活用した根本アプローチ



細胞の活性化に
着目した商品の提供



オンラインを中心とした
コンテンツの提供

スポーツ（運動）を生活習慣へ取り入れ土台から健康に

フラコラ「朝のエクササイズ」

毎日約30分の運動習慣の効果に着目

2011年より実施

2020年よりお客様へ無料開放（zoom）

日時：平日毎朝9:30～ ※参加無料

<https://zoom.us/j/92662475371?pwd=S2d2Sk1sUXI3dXR6akhjOGIzYm9XUT09>

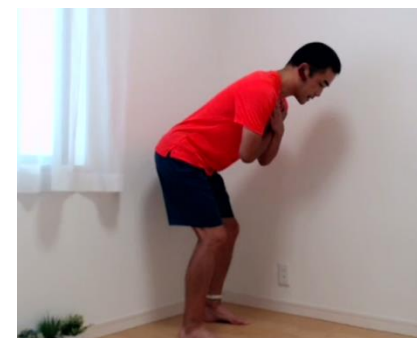
講師がその場で悩みや疑問に回答

月・水・木曜日は
元五輪選手 柳沢哲（競歩）による
美ボディエクササイズを実施

是非ご覧ください！



表情筋エクササイズ



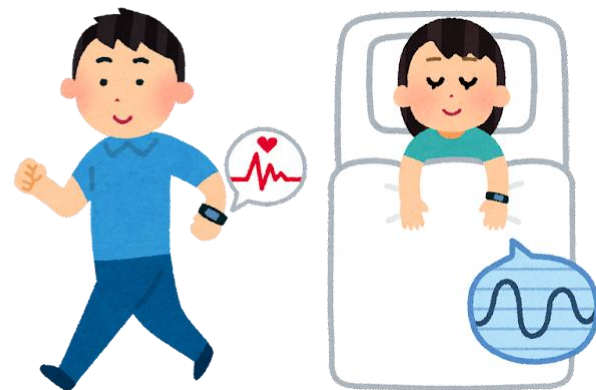
美ボディエクササイズ



その他 取り組み

・ 全社員へスマートウォッチを無償配布

一日の歩数や消費カロリーが分かるほか、
睡眠の質などを数値で自己管理できる



・ フラコラウォーキングクラブ

毎月第1・第3木曜日10:00～開催

日本ウォーキング協会公認

元五輪 競歩の選手の柳澤哲による
ウォーキング講座

更に、フラコラアプリをダウンロードし
1日8,000歩歩くことで毎日5ポイント貯まり、
フラコラアイテムとの交換が可能
(お客さま対象)



社員の反応・変化

- ・ 15分程度の運動でも体のだるさや肩のこりが減り毎日続ける大切さに気付いた。
- ・ しっかりと筋肉痛になる。良い意味で半強制で日頃運動をやる気になれないので、良い場となっている。
- ・ さぼったら腰痛になり大切さに気付いた。
- ・ やらないと調子が悪い日がある。
毎日同じコンディションを保つための習慣になっている。
- ・ 毎日運動しないとなと思っていた。就業時間内でできるのは嬉しい。
表情筋トレーニング仕事の合間などにもやると、リフレッシュになる。

新たな取り組み Youtube番組「生命科学アカデミー」



チャンネル名：リアルに20歳若返り「生命科学アカデミー」チャンネル

食事・睡眠・運動と生命科学の最新知識を学べる講座

老いない時代がやってきた！老化と病気と健康寿命延伸のメカニズムを知って、健康に美しく生きる為のヒントが学べるチャンネル。「人はなぜ老けるの？」「老けるのって皆そうでしょ？」そう思っていた視聴者の常識を覆す。生命科学を知れば、歳を取るが楽しくなる♪ さあHIROCO学長と一緒に学んでいきましょう！



大阪大学大学院教授 吉森保先生



九州大学 大学院農学研究院 教授
片倉喜範先生



京都府立医科大学 内藤裕二先生

etc.