

地域の日常に、未病改善のきっかけを
神奈川県内の「女性だけの30分健康フィットネス カーブス」
全店舗が「未病センター」に認証(148店舗)
～県内すべての店舗が、県民の健康寿命延伸を支える「未病改善」の拠点へ～

株式会社カーブスホールディングス（本社：東京都港区、代表取締役社長 兼 グループ CEO：増本 岳、コード：7085、東証プライム市場）の中核事業会社である株式会社カーブスジャパン（本社：東京都港区、代表：増本 岳）は、神奈川県が推進する健康寿命延伸に向けた「未病改善」の取り組みに2014年より参画しています。このたび2026年5月14日（木）、認証準備を進めていた神奈川県内の残り62店舗が「未病センター」※に認証されました。

これにより、神奈川県内の「女性だけの30分健康フィットネス カーブス」全148店舗が「未病センター」として、地域住民の健康増進を支える体制が整いました。今後新たに県内で出店する店舗についても、県の認証時期に合わせて順次認証手続きを進めてまいります。

※「未病センター」とは、神奈川県が進める健康寿命延伸に向けた未病改善の取り組みのひとつで、手軽に健康状態や体力等をチェック、「見える化」することができ、その結果に基づくアドバイスや健康づくりに関する情報提供を受けられる場です。市町村や企業・団体が設置し、申請に基づき神奈川県が認証を行う制度です。



▲「未病センター」の認証を受けた店舗外観（未病センターカーブス海老名中央）

■全店舗認証の背景と目的

「女性だけの30分健康フィットネス カーブス」では、2014年より神奈川県が推進する健康寿命延伸に向けた「未病改善」の取り組みに参画し、2015年6月に小田原市で神奈川県認証の「未病センター」第1号店を開設しました。その後、県内の店舗においても「未病センター」の認証を順次受け、県との連携のもと、未病改善に向けた取り組みを進めてまいりました。これまでの活動において、延べ1万人の方に「未病センター」としての健康チェックを受けていただいております。

今回の全店舗認証により、県内各地のショッピングセンター内やスーパーマーケットの近隣、商店街など、日々の生活圏内にある全148店舗が地域の健康支援拠点となりました。これにより、お買い物ついでなど日常の中で、ご自身の体力や身体の状態の変化に気づき、運動を始めるきっかけに出会える環境を、県内各地で提供できるようになります。

生活圏に根ざした店舗ネットワークを活かし、地域の皆様が気軽に「未病改善」に取り組める環境を整えることで、神奈川県が目指す県民の健康寿命延伸と健康増進に、これまで以上に貢献してまいります。

■「未病センター」としての活動内容

各店舗では、地域住民の皆様の健康づくりのため、以下のサービスを提供いたします。なお、未病センターとしてのサービス提供は、カーブス店舗の特性上、女性を対象としています。

- 健康チェック（片足立ち測定、体組成測定など）
- 健康相談員による運動や食事についてのアドバイス
- 定期的な健康イベントの開催など

■「未病（ME-BYO）」とは

神奈川県では、心身の状態を「健康」と「病気」に明確に分けて捉えるのではなく、その間を連続的に変化するものとして捉え、この過程全体を「未病」という概念で表しています。日常生活において、「未病改善」により、心身をより健康な状態に近づけていくことが大切です。

明確に区別できるものではない

健康と病気の間を連続的に変化する状態が「未病」



※神奈川県ホームページより抜粋

参考情報

【自治体との連携について】

わが国では高齢化の進展に伴い、健康寿命の延伸に向けた『運動習慣のない層』へのアプローチが多くの自治体において共通の課題となっています。

「女性だけの30分健康フィットネス カーブス」は、全国2,000店舗のネットワークを通じて、これまで、運動に関心の低かった方々にも、健康の大切さ、運動・筋トレの大切さを伝える活動に注力してきました。「地域密着の健康インフラ」として社会課題の解決をテーマに、全国の多くの自治体と連携した取り組みを推進しています。

これまで、東京都中野区や鳥取県大山町、静岡県三島市、京都府八幡市、北海道札幌市など、全国50以上の自治体と連携し、各地域の特性や課題に応じた多様な取り組みを展開してきました。神奈川県においては、2014年より県が推進する「未病改善」の取り組みに参画し、2015年6月に小田原市で神奈川県認証の「未病センター」第1号店を開設しました。その後、県内の店舗においても「未病センター」の認証を順次受け、県との連携のもと、未病改善に向けた取り組みを進めてまいりました。

今後も、地域ごとの健康課題や住民ニーズに応じた施策を各自治体とともに推進し、地域の皆様の健康増進と活力ある地域社会づくりに貢献してまいります。

【「女性だけの 30 分健康フィットネス カーブス」について】 (<https://www.curves.co.jp/>)

「女性だけの 30 分健康フィットネス カーブス」では、「病気と介護の不安と孤独のない生きるエネルギーがあふれる社会」の実現を目指し、全国に 2,001 店舗（2025 年 11 月末時点）を展開し、40～70 代を中心に 90.8 万人（2025 年 11 月末時点）の会員をサポートしています。また、地域からの要望に応じて「30 分 予約不要 サポート付きジム メンズ・カーブス」の展開を進め、全国 32 店舗（2025 年 11 月末時点）を運営しています。

「女性だけの 30 分健康フィットネス カーブス」の運動は、健康づくりに必要な 3 つの運動「筋力トレーニング」「有酸素運動」「ストレッチ」を組み合わせ、1 回 30 分間で全身を鍛えられるサーキットトレーニングです。独自に開発した油圧式マシンを使用し、一人ひとりの体力や筋力に合わせて簡単に強度を調節できるため、安全かつ効果的に運動することができます。また、手軽に運動を続け、無理なく成果を出せるよう、インストラクターが一人ひとりに合わせた運動指導やサポートを行っています。

「女性だけの 30 分健康フィットネス カーブス」は、大学・専門研究機関との共同研究により様々なエビデンスを保有し、下記のような運動効果が実証されています。

- ・筋肉量を維持しながらの健康的なダイエット、メタボリックシンドローム対策に有効 ※1
- ・転倒リスクが減り、介護予防に効果的 ※1 ※2 ※3
- ・高齢者の広範な認知機能を改善（認知症予防や認知機能リハビリへの応用が期待） ※4

※1 国立健康・栄養研究所 ※2 筑波大学大学院 久野研究室 ※3 東京都健康長寿医療センター研究所 ※4 東北大学加齢医学研究所 川島隆太研究室



【会社概要】

■株式会社カーブスジャパン（株式会社カーブスホールディングスの中核事業会社）

会社名：株式会社カーブスジャパン
 代表者：代表取締役会長 増本 岳
 所在地：東京都港区芝浦 3-9-1 芝浦ルネサイトタワー11F
 設立：2005 年 2 月
 資本金：1 億円（2025 年 8 月期）
 事業概要：「女性だけの 30 分健康フィットネス カーブス」などの運動施設の運営

■株式会社カーブスホールディングス

会社名：株式会社カーブスホールディングス（コード：7085、東証プライム市場）
 代表者：代表取締役社長 兼 グループ CEO 増本 岳
 所在地：東京都港区芝浦 3-9-1 芝浦ルネサイトタワー11F
 設立：2008 年 10 月
 資本金：8 億円（2025 年 8 月期）
 Web サイト：<https://www.curvesholdings.co.jp/>