



平成28年1月12日
(15-41号)

各 位

株式会社西武ホールディングス

～新たな西武鉄道沿線のシニア向け地域コミュニティのトライアル～
「健康」と「交流」をテーマとした「健康講座」を
BIGBOX東大和で開催

当社は、2016年1月13日（水）より、シニアの方々を対象とした「健康講座」をBIGBOX東大和にて開催いたします。

2015年に約3,400万人であった65歳以上の人口は、2020年には約3,600万人に達する見込みです（国立社会保障・人口問題研究所調べ）。当社の「西武グループ中期事業計画（2015～2017年度）」（2015年2月26日公表）では、長期的な事業基盤の確立を目的に、少子高齢化の進展による人口構造の変化などの市場環境の「パラダイムシフト」に対応した新たなビジネスモデルを育成していくことを掲げております。その一環として、拡大するシニアマーケットに対して、「シニアほほえみプロジェクト」としてグループの幅広い事業活動を通じて、多様化するシニアのニーズにお応えし、楽しいお出かけや旅行の促進・サポート、安心して快適に暮らせる生活環境のご提供などを通じ、シニアの方々にやさしい西武グループを目指して取り組んでいます。

こうした中、西武鉄道沿線にお住まいのシニアの方々に充実した生活を送っていただくための各種取り組みを深化させる試みとして、“健康”と“交流”をテーマに、身体のあらゆる機能をサポートする体操や体力測定などの運動プログラムをはじめ、専門スタッフによる栄養、口腔、脳トレといった講座を実施するほか、シニア同士の結びつきを深める交流プログラムを実施することで、アクティブで充実したシニアライフを応援する取り組みを始めます。

また、同講座では、地域のシニアの方々の特技を活かし、講師としても貢献していただくことで、新たな活躍の場を創出するとともに、シニアの方々が集い、活動を生み出す地域コミュニティの構築を目指してまいります。

今後も高齢化社会の進展が見込まれるなか、西武グループでは、シニアの皆さまにいつまでも健康で元気に、充実した生活を送っていただくため、今回のトライアルの結果を踏まえて、様々なニーズに対応するサービスの充実に取り組んでまいります。

【別 紙】

B I G B O X 東大和「健康講座」概要

主 催：西武グループ

開催日時：2016年1月13日（水）～6月29日（水）の毎週水曜日

① 13：30～14：30

② 14：40～15：40（2部構成）

会 場：BIGBOX 東大和 1階宴会場

所在地：東京都東大和市桜が丘1-1330-19

お申込み：事前のお申し込みはおこなっておりません。直接会場へお越しください。

定 員：各回、定員を設けております。詳細は別途チラシでご案内いたします。

内 容：各開催日によってプログラム内容が異なります。

1月13日（水）第1部 膝痛腰痛体操

第2部 冬の体力測定！

1月20日（水）第1部 免疫力アップ体操

第2部 健口吹き矢に挑戦！

1月27日（水）第1部 全身ストレッチ体操

第2部 話題のガムテープバック作り！

2月 3日（水）第1部 筋力アップ体操

第2部 脳機能測定と脳トレ！

※2月10日（水）以降のプログラムは未定

Webサイト：「シニアほほえみプロジェクト Web サイト」

<http://www.seibugroup.jp/senior/>

お問合せ：（運営委託先）株式会社プレイケア「BIGBOX 東大和健康講座」

TEL：（0120）615-610

受付：10：00～16：00（土日祝日は除く）