FITNESSと社会貢献は寄り添える

第2回社会貢献チャレンジ レポート

Myzoneだけができる Fitnessイベント機能



BRAVO GROUP



目次

はじめに・・・・・・・・・・・　01

社会貢献チャレンジとは？・・　02

チャレンジ概要　・・・・・・・　03

今回のポイント　・・・・・・・　04

法人部門レポート・・・・・・・　05

７施設様のご紹介　・・・・・・　06

法人部門インタビュー・・・・・　07〜12

法人部門結果・・・・・・・・・　13〜14

個人部門レポート・・・・・・・　15〜19

未導入の施設様向け・・・・・・　20〜23

最後に・・・・・・・・・・・・　24





持続可能な社会へ

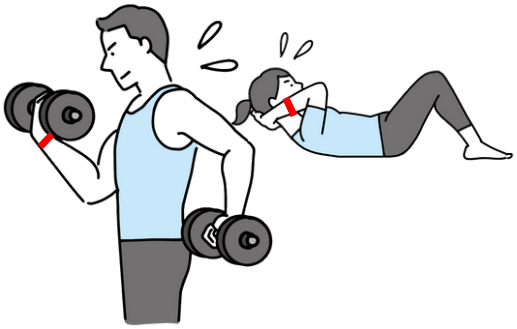
はじめに
私たちの想い

私たち人類は、持続可能な未来に向けて常に進化し続けることが求められています。FITNESSとSDGs（持続可能な開発目標）がつながることを目指し、このチャレンジ企画が誕生しました。

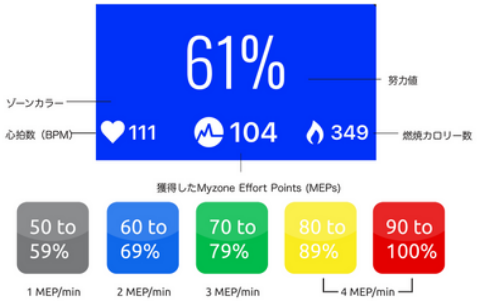
2回目となる「Myzone社会貢献チャレンジ」では、運動が苦手な方でも参加しやすいように、心拍数60〜69%（軽い運動時）の範囲を青色で表示し、それをMEPsというポイントで計測しました。運動を習慣化することが、長期的な健康維持の鍵です。

私たちは「本当の豊かさ」とは「心身ともに健康」であることだと考えています。この考えに共感する企業様とともに、持続可能な社会実現に向けて取り組んでいます。
第2回「Myzone社会貢献チャレンジ」を通じて、今後も皆様と強い絆を築いていけることを楽しみにしています。

社会貢献チャレンジとは？



1 Myzoneを使いながら運動をしMEPsを競う



2 MEPsの合計数値をカウント



植樹から10年後の写真

3 MEPs獲得上位チーム/上位者分を弊社より植樹活動団体へ寄付

認定NPO法人環境リレーションズ研究所様が運営する「Present Tree」プロジェクトを通し、植樹活動に寄付させていただいております。

presenttree.jp



社会貢献チャレンジは、弊社からの通知に対して「受け入れる」をクリックするだけで、誰でも簡単に参加できます。また順位も自動的にアプリケーション内に表示されます。

チャレンジ概要



LET'S MAKE EXERCISE AN EASY AND COMFORTABLE HABIT!

【チャレンジ期間】2024年9月1日(日) ～ 30日(月)

【参加費用】無料

法人部門

期間内にトレーニングをしながら、多くのMEPsを獲得！

全参加施設様の中から**MEPs（青色）平均数値**が多い上位３施設様に

植樹のプレゼント。

【特典】会社ロゴ入り素材のご用意（プロモーション用チラシ、SNSなど）

【対象】Myzone導入済みの施設様

個人部門

期間内にトレーニングをしながら、多くのMEPsを獲得！

全参加者の中から**MEPs（青色）平均数値**が多い上位20名様に

植樹のプレゼント。

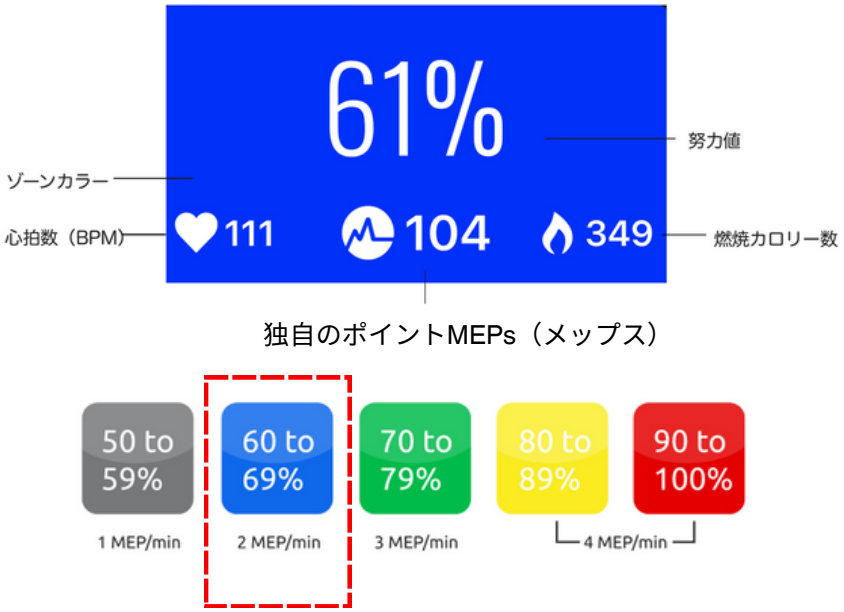
【対象】MZ-Switchを持っている方

今回のポイント

なぜ、青色で競うのか？

最大心拍数に対して60%～69%（青色表示）の息が弾む程度の気持ちよい軽めの強度で運動をすることにより、習慣化につなげていただきたいからです。

運動の習慣化は国連のSDGs目標3「すべての人に健康と福祉を」の促進につながります。
また、植樹をプレゼントすることで、目標13「気候変動に具体的な対策を」と目標15「陸の豊かさを守ろう」に貢献することができる企画となっています。





青色が示す心拍数で運動をすると
１分間に２MEPs加算されていきます。

今回、この青色ゾーンだけのMEPsを
競い合いました。

法人部門
レポート

ご参加いただいた７施設様のご紹介

（お申し込み順でご案内させていただきます）

タイガースフィットネスクラブ ラフィット様

前回の社会貢献チャレンジで王者になった
Chiiさんが在籍しています！
アットホームな雰囲気で気軽に運動を楽しめる
環境が魅力的な施設様です。
今回1番に、参加の表明をしていただきました。
ありがとうございます。

ベル・フィットネス様

北関東最大級の1,000坪の広々空間で、地域最大の有酸素マシンやフリーウェイトゾーンを完備！全70種類以上、月800本以上の多彩なレッスンが揃い、いつも予約で大賑わいなベル・フィットネス様。2回目のご参加ありがとうございます！

Conditioning BRIDGE様

一般の方からスポーツ選手まで、怪我の予防やケアをサポートをされているConditioning BRIDGE様。14年の医療経験を活かし、骨格や動きの特徴を考慮しながら、根本からの問題解決を提案されている施設様です。2回目のご参加ありがとうございます！

ファイティングフィットネスジムLeo様

医療国家資格者によるメディカルフィットネスを提供されているファイティングフィットネスジムLeo様は、元プロボクサーで“脳卒中認定理学療法士”のトレーナー様が、サポートされており、 本格的なボクシングリング、TRX、Myzoneを完備している施設様です。初のご参加ありがとうございます。

スポーツクラブ・ライフ様

東北最大級の120坪のスタジオは、ライトアップとステージが魅力的です。ライフスポーツ様は、日本初のMyzone導入により、驚異の退会率0.4%を達成。「人にやさしい、体に気持ちいい」体験を提供し、会員様のウェルネスライフを丁寧にサポート！地域に愛されるスポーツクラブ様です。2回目のご参加ありがとうございます。

CREED PERFORMANCE様

カリスマトレーナー友岡氏が率いるCREED PERFORMANCE様は、人が本来持っている身体の機能を取り戻すトレーニングを通じて、人生のクオリティを向上させることを目的としています。真摯に向き合うトレーニングは、現役トップアスリートから一般の会員様まで広く愛されています。初のご参加ありがとうございます。

Feelin' Good様

Feelin'Good様は、メディアで大人気のカリスマトレーナーAYAさんがプロデュースするジムです。体作りとメンタルケアを融合し、ファンクショナルトレーニングとマインドフルネスで心身の健康をサポートしています。都会的なアイデンティティが溢れる魅力的な施設です。初のご参加ありがとうございます。

お忙しい中、ご参加いただきまして
皆様、ありがとうございました。

法人部門
インタビュー

（お申し込み順でご案内させていただきます）

タイガースフィットネスクラブ ラフィット様







Myzoneでつなぐ健康と社会貢献 タイガース フィットネスクラブの挑戦

タイガース フィットネスクラブ ラフィット様は、第2回社会貢献チャレンジに参加した背景について「クラブの活性化を目的として参加しました」と語ります。
このイベントは単なる競争ではなく、会員様の健康促進とクラブのコミュニティ作りに貢献できる機会として捉えており、その結果として多くの会員様がいつもより運動を取り入れるようになったことに満足しているとのことです。
MEPs（青）の獲得には、強度よりも日常のアクティブな動きに焦点を当てたアプローチを採用。

所在地： 兵庫県西宮市甲子園七番町1-27アルカスビル
サイト： https://wellness-h-fitness.com/

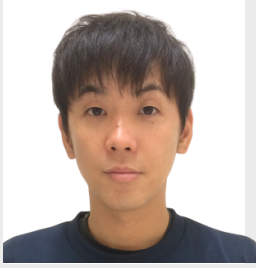
「階段を使う、歩くことを意識する」などのアドバイスを実践し、運動量が増えるように促されたとのことです。スタッフと会員様の反応も良好で、「競争本能が刺激され、運動頻度が増えた」と感じているそう。「Myzoneの導入がモチベーションを維持する助けになり、今後もこうしたチャレンジに参加したい」とのことです。

植樹特典については、「社会貢献活動として素晴らしい」と評価し、今後も地域への貢献を目指して活動を続ける意向を語ってくれました。低酸素ルームにもMyzoneを導入いただきありがとうございます。
今後も、どうぞよろしくお願いいたします。

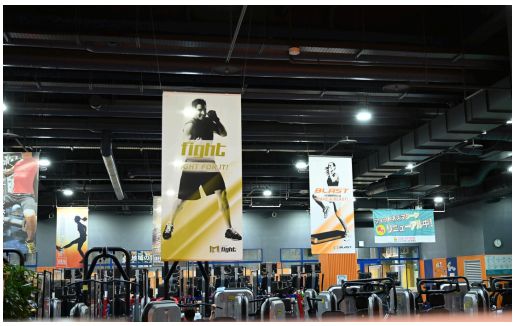
タイガースフィットネスクラブ ラフィット

フィットネス事業部
チーフ
菅原　恵春氏

ラフィットに勤務して約18年
Group Fightを担当しています。









運動強度を意識することで会員様のモチベーションが向上

社会貢献チャレンジに参加したきっかけについて伺うと「Myzone会員様のモチベーション向上が一番の目的でした。また、Myzoneに新しく興味を持っていただける方を増やすことも狙いです」とのことで、単なる競争ではなく、運動強度に対する意識を高めることが重要だと、お話を伺った塩澤さんは感じたそうです。
MEPs（青）を獲得するために、同施設ではどのような工夫が行われたのでしょうか？「運動強度のコントロールがカギとなるため、インストラクターが会員様に適切な運動強度を伝え、MEPs獲得の意識を高めました。会員様1人1人が自分の運動強度を意識し、トレーニングに取り組むことが成果に繋がったと感じた」とのことでした。会員様からは「MEPs（青）の獲得が難しい」「ゾーンをコントロールする意識が新鮮だった」といった感想が寄せられたそうです。運動強度への意識改革が、モチベーション向上に繋がったと実感されていたようでした。

所在地： 栃木県宇都宮市陽東6-5-1 イーストサイド1F
サイト： https://www.bell-fitness.jp/

他の企業との競争を通じて、運動強度への意識が高まり、今後もその重要性を伝え続けたいとのこと。競争が会員様の運動の質を向上させる良い刺激になったと感じたそうで「運動を通じて社会貢献できる機会が身近にあることを実感しました。今後もこうしたイベントに参加したい」と、社会貢献活動への意義を感じられていました。

Myzoneをまだ導入していない企業には、「運動強度を管理できる素晴らしいツールです。ぜひ活用してほしい」と勧められています。

ベル・フィットネス様は、社会貢献チャレンジを通じて会員様との絆を深め、運動の重要性を広める貴重な経験ができたことで、弊社も大変ありがたく感謝しております。しかも、3位のスポーツクラブ・ライフ様と70MEPsの差で惜しくも4位ということで、連日、デッドヒートが繰り広げられておりました。皆様、大変お疲れ様でした。
ご参加いただき、ありがとうございました。

ベル・フィットネス
フィットネス事業部
ベル・フィットネスセクションリーダー

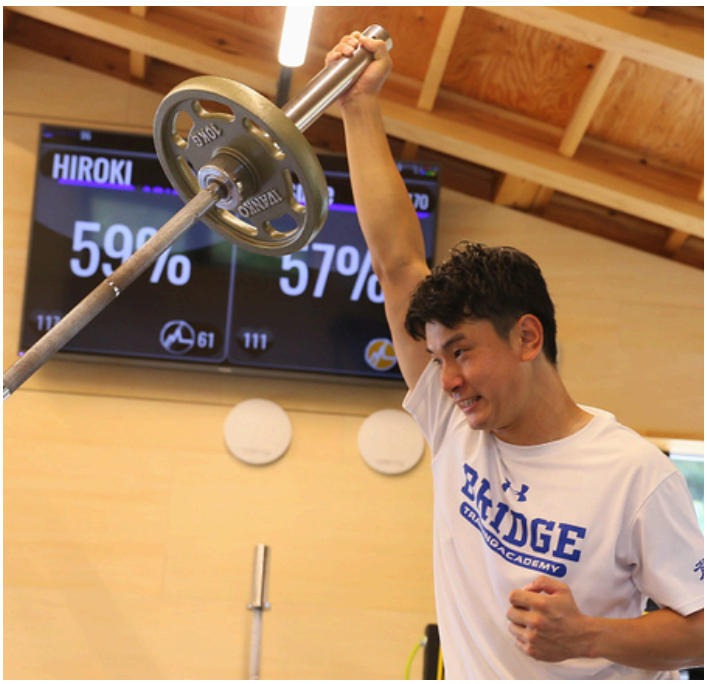
塩澤 亜耶氏

栃木県宇都宮市のスポーツクラブベル・フィットネスでMOSSAのGroup Centergyやストレッチのクラス、Myzoneの運用の担当をしています。









社会貢献チャレンジ参加のきっかけと意義

社会貢献チャレンジに参加した理由について伺うと、「運動を通じて健康になり、さらに社会貢献にも繋がるという考えに共感したからです」とのこと。スタッフと会員様が、一緒に参加することで、運動への意識が一層高まると感じ、積極的に参加することを決められたそうです。単なる競争ではなく、社会貢献と健康促進を両立させる点に大きな意義を見出していると感じられたとのことでした。

「MEPs（青）の獲得を目指すためには、各個人に適した運動強度を提供することが重要です。生活習慣の中にも取り入れやすい運動を提案しました」と語っていました。

所在地： 愛知県豊川市国府町岡本8番2
サイト： https://conditioning-bridge.com/

実施後は、このチャレンジを通じて会員様と会話するきっかけが増えて、運動への意識が高まり、モチベーション向上にも繋がったといいます。

「社会貢献活動を通じて、大きな視野を持つことが人間形成において重要であると再認識しました。運動を通じて健康になり、内臓機能の改善にも寄与することを実感しています」また、Myzoneを導入することで、心拍数を見える化でき、施設全体で共有することで安全、安心に繋がります。また運動を通じて健康になり、エネルギーが溢れるようにスタッフ、会員様を含めて全体で取り組みをしています。全国のMyzoneを導入している施設様たちと共に、一緒に楽しく「日本から元気を」発信していきましょう！とのことでした。
ご参加ありがとうございました。

Conditioning BRIDGE
代表取締役兼セラピスト
四ノ宮 祐介氏

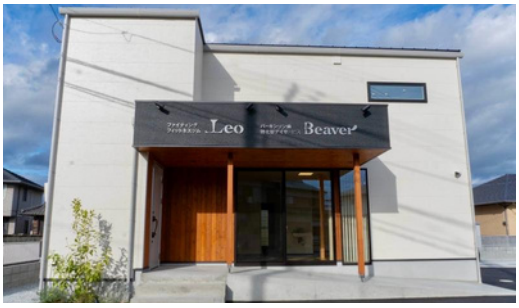
理学療法士として、スポーツ選手のケアや予防活動に従事。現在は地域の健康支援を行い、スポーツ復帰のサポートを提供しています。



ファイティングフィットネスジム Leo







楽しい挑戦で
会員様の満足度向上！

お話を伺った松本さんは「自分にできることがあれば積極的にチャレンジしよう」と考え、社会貢献にも同様の思いを持っています。彼が代表を務めるジムでは、シニアデイサービスも提供しており、この活動と「社会貢献チャレンジ」の理念が一致したため参加を決めたそう。競争を通じてモチベーションが高まり、最終的に2位を獲得した際には「1位を目指したいね」という会員様やスタッフの声が多く、ジムの結束力が強化されたように感じられたとのことです。また、植樹という特典に対し、運動と自然環境の保護活動が結びつく形で社会貢献に協力できたことを嬉しく思っているとのことでした。
今後も楽しい企画を通じて、さらに社会貢献をしていきたいと語っています。

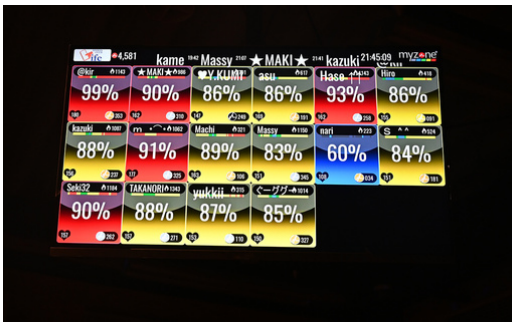
所在地： 高松市前田東町1070-13
サイト： https://funny-life-llc-2024.com/

松本さんはチャレンジに参加することで、Myzoneを使用する目的が明確になるといいます。装着している意義を感じられるので、モチベーションが高まります。どのように盛り上げていくかは現場の指導者にかかっています。
さらに、Myzoneを導入してからの成果についても触れ、「私たちのジムでは、Myzoneを装着している利用者様の退会者が運用開始から10カ月経過した時点で2名しかおらず、継続的な利用を促進することができています。導入を検討している企業様には、この点も大きなメリットとしてお勧めしたいですね」とメッセージをいただきました。
ありがとうございました。

ファイティングフィットネスジム Leo
代表取締役
松本健嗣氏

元プロボクサー、理学療法士として、脳卒中認定理学療法士の資格を取得。現在は、話題の自費リハビリを低価格で提供し、地域の健康を支えています。









社会貢献チャレンジがフィットネス業界に与えるインパクト

３位に輝いたスポーツクラブ・ライフ様に、ご感想を伺いました。

社会貢献チャレンジに参加したきっかけは、「社会貢献」という言葉に強く惹かれたからです。活動を通じて、自分の施設が活性化し、会員様の反応もとても良いんですよ。
会員様が積極的に関わってくれることで、フィットネス環境がどんどん良くなっているのを実感しています。
特に、他の企業様との競争がモチベーションを高めてくれて、業界全体を盛り上げる意識が強まりました。企業名が公開されることで、フィットネス業界の魅力を広めるチャンスが増えましたね。

所在地： 福島県郡山市富久山町八山田字八蒔山1-7
サイト： https://sportsclub-life.jp/

社会貢献活動を通じて、特に森林保全に対する意識が変わりました。施設がある地域は自然が豊かですが、他の地域では保護が必要だと改めて感じました。
社会貢献の重要性を再認識したんです。

企業規模に関係なく、誰でも社会貢献に参加できることが大事だと思います。小規模な施設でも十分に貢献できるし、大手企業の参加が業界の発展に繋がると思います。これからも積極的に参加して、業界全体をサポートしていきたいですね。

スポーツクラブ・ライフ
支配人

小林大昌 氏

現役支配人兼パーソナルトレーナーとして地域貢献に勤しむ一方で、MOSSA Group PowerのNational Trainerとして後進の育成に努めている。



法人部門
結果

（お申し込み順でご案内させていただきます）

参加人数　226名　（男性63名　女性163名）

※　MEPsは青色限定で計算済み

施設名（敬称略）	総合MEPs	参加人数	平均青MEPs	順位
TIGERS FITNESS CLUB LAFIT	32162	17	1891	1
Fighting Fitness Gym Leo	7400	6	1233	2
Sports Club Life	34516	32	1078	3
Bell Fitness	53410	53	1007	4
Conditioning BRIDGE	5926	11	538	5
Creed Performance	11962	26	460	6
Feelin’Good	27560	81	340	7

最多参加人数　Feelin’Good様　81名

上位３施設様に植樹証明書を
送らせていただきました。



植樹証明書

個人部門
レポート

SPECIAL GUEST

「美RUNフレンズ」運営！元プロランナー徳重佑梨氏が仲間とともに、社会貢献チャレンジに初参加



元プロランナー・徳重氏が語るMyzone社会貢献チャレンジの魅力と意義

徳重氏は、プロランナーとしての経験を活かしながら、Myzoneチャレンジに参加する意義についてこう語ります。「プロランナーとして走っていた時には、心拍数や身体のデータにまったく気を配っていませんでした。ただがむしゃらに走り込むことが重要だと思っていました。

しかし、Myzoneを使ってからは、心拍数や心拍変動が色で見えるようになり、自分の身体の状態をより細かく把握できるようになりました。例えば、同じ距離を走っても、その日の体調によって心拍数の数値や色が変わることに気づきました。このようにデータを視覚的に捉えることができるのは非常にありがたいです。プロランナーとしての経験があるからこそ、こうした身体の管理の重要性を実感しています。」 とのことです。

MEPs（努力値）システムの評価とモチベーションの維持について、ご意見をお聞かせください。

「本当に新しいシステムだと思います。一般的には消費カロリーなどが注目されがちですが、MEPsでは努力ポイントという形で評価することで、努力する意欲が自然に高まります。努力ポイントが増えていくことでポジティブな感情を持ちやすくなり、運動を続ける意欲が湧いてきます。また、消費カロリーの表示に比べて、努力ポイントの方がポジティブなイメージを持ちやすく、長期的なモチベーション維持に役立ちますね。」 と前向きなコメントをいただきました。

SDGsとの関連と社会貢献の意義

「運動がメンタルヘルスに良い影響を与えることは間違いありません。ストレスが減り、心が穏やかになることで、平和や公正を促進する一助となると思います。特にストレスをためやすい現代社会において、運動が心の平安をもたらし、全体的な幸福感を向上させることができると感じています。運動が持つ副作用のないメンタル改善の力は、社会全体にポジティブな影響を与えると信じています。」
徳重様、「美RUNフレンズ」様からご参加いただいた皆様ありがとうございました。



結果

参加人数　440名　（男性169名　女性271名）

※期間中参加登録者　477名のうち０MEPsの方が37名

上位20名様ランキング

順位	Name （敬称略）	MEPs	順位	Name （敬称略）	MEPs
1	Sakana　Creep	10302	11	藤岡　康仁	2772
2	Ura　Kyoko	10150	12	スガイ　ヒトシ	2762
3	KABURAKI　SATOSHI	7050	13	荒川　悦子	2746
4	山田　多佳子	4466	14	水野　勉	2969
5	小林　邦夫	4144	15	蓮井　紀子	2584
6	Kaneko　Tomoe	3968	16	Nakazato　Keisuke	2572
7	Ebina Kayoko	3824	17	Nakajima　Hideo	2512
8	小川　洋平	3192	18	Harumi ♥	2456
9	星野　州宏	2990	19	Enomoto　Kyoji	2380
10	Mori　Hideshi	2778	20	Takahira　Yuichi	2366

※MEPsは青色限定で計算済み

上位20名様に植樹証明書を
送らせていただきました。



個人部門
第１位インタビュー

HERO INTERVIEW

社会貢献チャレンジ　第1位

13242MEPs



Sakana Creepさん インタビュー

第2回社会貢献チャレンジで、参加者440名の中から
見事1位に輝いたSakana Creepさんに、感想をお聞きしました！

運動と社会貢献、身近な力に変わる瞬間

社会貢献チャレンジで見事第1位に輝いたSakana Creepさん。彼女は運動を通じて、社会貢献の大切さと、その意義を実感したと語ります。今回は、どのように運動と社会貢献を結びつけ、どんな気づきがあったのかを伺いました。

「社会貢献チャレンジを開催していただき、ありがとうございます。探り探りでスタートしましたが、中間発表以降、Myzoneで繋がっている方々とさらに交流を深め、楽しく運動に取り組むことができました。
みんなで一つの目標に向かって努力する過程も楽しむことができ、有意義な時間を過ごした1か月でした。
ありがとうございました。正直、運動が社会貢献に繋がるなんて考えたこともなかったですね。でも、このチャレンジに参加して、それが変わりました。」とSakana Creepさんは語ります。

社会貢献チャレンジを通じて、運動が自分の成長に繋がるだけでなく、社会に貢献する手段にもなることを知ったと言います。特に、SDGsの観点から、自分の努力が社会全体に良い影響を与えていると感じた瞬間、驚きとともに深い感動を覚えたそうです。

Sakana Creepさん 自己紹介

ダイエットのためジムに入会し、スタジオレッスンやトレーニングで体が変わる喜びを実感。MOSSAにハマり、Myzoneを知り利用開始。月に最大14000MEPsを獲得したことも！
マラソンにも挑戦中。

意識してトレーニングしたことはありますか？

「意識して取り組んだのは、心拍数をキープしつつ、継続的に運動を行うこと。ジョギングやエアロバイク、クロストレーナーで心拍数を意識しながら、青MEPsを獲得しようと頑張りました。」
目に見える結果が出ることで、運動のモチベーションも上がり、さらにその結果が社会貢献にも繋がっているということに、充実感を得たそうです。
「運動しながら社会貢献ができるって、すごく嬉しいことだと実感しました。」とのことでした。

運動が健康促進、そして社会全体に良い影響を

「運動が健康を促進し、病気予防や健康寿命の延長に繋がる。それが結果的に社会全体の医療負担を減らすことに繋がるという未来が見えてきました。」Sakana Creepさんは、運動の持つ社会的な意味を深く考えるようになったと言います。「自分の健康が社会にも貢献できるんだと実感したことで、運動の意義がさらに強く感じられました。」

最後に皆さんへメッセージをどうぞ

「運動が社会貢献に繋がるって、最初はピンと来なかったのですが、今回のチャレンジを通して、実はすごく身近なことなんだなって気づきました。普段の運動に少し意識を加えるだけで、社会貢献に繋がるっていうことが、改めて分かりました。」運動と社会貢献を繋げることができたこの経験を大切に、今後も積極的にチャレンジに参加したいとのことでした。
私達スタッフも、Sakana Creepさんの熱意に、深く感動しました。今後もチャレンジのご参加を楽しみにしております。ありがとうございました。

未導入の施設様向け

Myzoneについて

Myzoneとは？

Myzoneは、世界92カ国、9,000クラブ、200万人以上のユーザーに利用されている心拍数ベースのウェアラブルシステムです。心電図（EKG）と同等の99.4%の精度で心拍数、カロリー消費、運動時間を計測します。最大の特徴は、これらのデータをMyzone努力ポイント（MEPs）に変換し、個人や施設でゲーミフィケーションを楽しめることです。

Myzoneだけにできる機能

Myzoneのチャレンジ機能は、MyzoneユーザーのMEPs（独自の努力ポイント）獲得を競うゲーミフィケーション機能です。
この機能を利用することで、施設運営者は簡単に多様な企画を作成でき、参加者は運動を通じて健康的な競争を楽しむことができます。

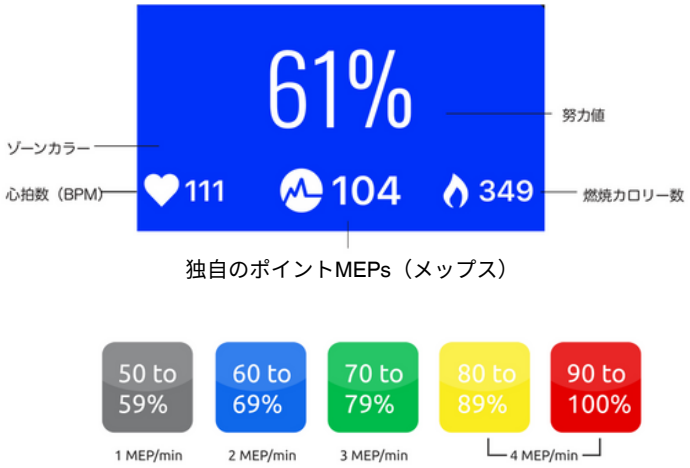
また、MEPsを獲得するために、施設の利用回数やスタジオプログラムへの参加率が増えることも期待されます。



Myzone App



MZ-Switch



Myzoneは分かりやすい5つのカラーゾーンで、
運動中の心拍数を計測・通知します。各色のゾーンは、
自身の最大心拍数の何%に達しているかを表しています。

運動記録をポイント化

厚生労働省が推進する「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」に
準じ、運動習慣の「継続」をサポートするMyzone



Myzone App



MZ-Switch

チャレンジ機能を利用してできること

① ポイントに応じて、賞品やサービスを提供し、イベントを盛り上げることが可能です。

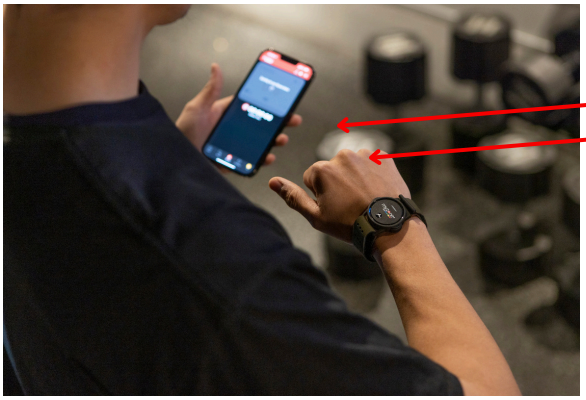
② 参加者のデータを一元管理できる機能があります。（別途お問い合わせください）

③ 心拍カラーごとに、ポイントを競えたり、チームごとにポイントを競えたりと
多様な使い方が可能です。

④ 努力ポイント（MEPs）で目標を達成すると、ステータスが上がり、メダルの色が変化します。
これを活用し、ゲーミフィケーションを楽しめます。

ご利用イメージ

チャレンジ参加者の運動記録をポイント化できます。



STEP-1

MZ-SwitchとMyzone Appを連動します。

STEP-2

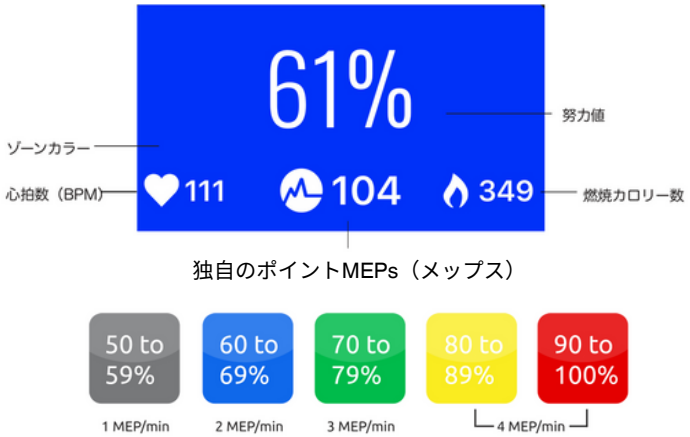
運動をします。

運動中、心拍数や消費カロリーがアプリに反映されていきます。

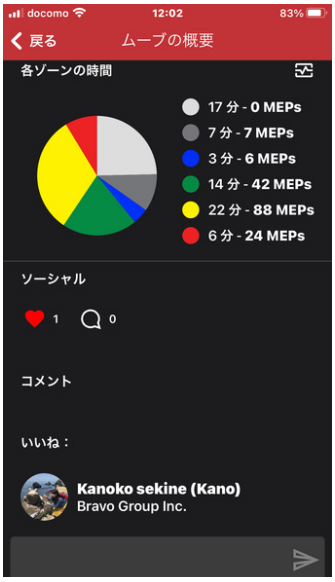
心拍数に応じてMEPs（メップス）という独自のポイントが加算されていきます。

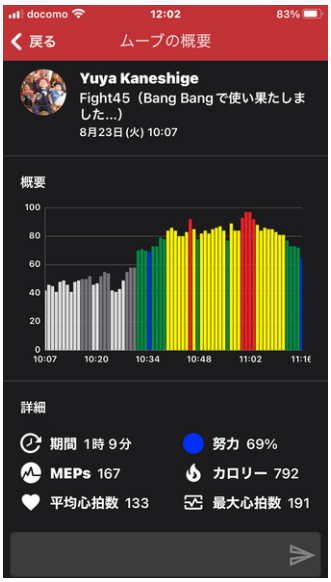
心拍を見ながら、安全で効果的なトレーニングができます。

運動時、アプリ画面に下記のような表示がされます。



Myzoneは分かりやすい5つのカラーゾーンで、
運動中の心拍数を計測・通知します。各色のゾーンは、自身の最大心拍数の何%に達しているかを表しています。





STEP-3

Myzone Appを確認すると
心拍数が強度によってカラー分けされグラフとなって表示されます。

独自のポイントMEPs（メップス）や燃焼カロリーも分かりやすく表示されます。

ぜひ、ご活用ください

最後に

SDGsへの取り組み

ブラボーグループは、健康とウェルネスの推進を通じて持続可能な社会の実現を目指し、
社会貢献活動を積極的に行っています。これまでに植樹活動や健康づくりキャンペーンを
実施し、環境保護や人々の幸福に貢献してきました。
今後もクライアント様と共に、その道を歩み、持続可能な未来を築いていきます。

近年の活動一覧

2024年・・・ 第2回社会貢献チャレンジ実施。植樹活動（https://presenttree.jp/）に
寄付させていただきました。
SPORTEC にて「Well-beingに関するアンケート」を実施。
50名の方にご協力いただきました。
世界150ヶ国が参加する「World Wellness Weekend
（国際スポーツ＆ウェルネスウィークエンド)」に賛同し、健康と
ウェルネスを促進するキャンペーンを展開しました。

2024年・・・厚生労働省が推進する「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」に
準じてキャンペーンを実施しました。
（https://bravogroup.co.jp/pdf/BRAVO-HealthandWellness-month.pdf）

2023年・・・第1回社会貢献チャレンジ実施。植樹活動（https://presenttree.jp/）に
寄付させていただきました。（山梨県笛吹市へ48本の植樹を寄付）

2023年・・・CDのプラスチックごみ削減のため、ダウンロードアルバムを推進した
キャンペーンを実施。期間中のダウンロード購入者様394名×100円を、
日本自然保護協会様に寄付させていただきました。



植樹の様子



植樹から10年後の写真