

神奈川県×ルネサンス あなたの健康習慣が変わる！湘南国際村で未病改善レッスン開催 大自然に包まれて、心身をリセット

株式会社ルネサンス（本社：東京都墨田区、代表取締役社長執行役員：望月 美佐緒、以下「当社」）は、神奈川県の委託を受け、2025年 9 月 23 日（火・祝）から神奈川県横須賀市と三浦郡葉山町にまたがる湘南国際村の豊かな自然環境の中で、未病改善レッスンを開催します。



湘南国際村

■レッスンの概要

当社の専門的な資格を有した講師のもと、幅広いニーズに合わせた運動や食事に関するレッスンを体験することができます。どなたでも参加ができ、すべて無料です。

※運動レッスン 14 本、食事レッスン 8 本

■スケジュール及びレッスン内容

令和 7 年 9 月から令和 8 年 2 月までの 6 か月の期間で開催予定は下記のとおりです。

実施日時	レッスン概要	会場	定員	申込期間
9 月 23 日（火曜日） ①15 時 30 分～ ②17 時 00 分～	【全世代対象】 ①モルック体験 ②サンセットヨガ	①湘南国際村センター （展示室） ②湘南国際村センター （グリーンパーク）	30 名	8 月 6 日（水曜日） ～ 8 月 20 日（水曜日）

実施日時	レッスン概要	会場	定員	申込期間
9月27日(土曜日) ①14時30分～ ②16時15分～	【親子対象】 ①かけっこ教室 ②親子で食育セミナー	①湘南国際村内 (めぐりの森) ②湘南国際村センター (展示室)	20組	8月12日(火曜日) ～ 8月26日(火曜日)
10月2日(木曜日) ①13時30分～ ②14時15分～	【高齢者対象】 ①転倒予防教室 ②低栄養予防セミナー	①・② 湘南国際村センター (展示室)	30名	8月19日(火曜日) ～ 9月2日(火曜日)
10月4日(土曜日) ①16時00分～ ②17時45分～ 10月5日(日曜日) ③9時30分～ ※宿泊付	【成人対象】 ①食事の選び方セミナー ②星空ヨガ ③モーニングストレッチ	①湘南国際村センター (展示室) ②・③ 湘南国際村センター (グリーンパーク)	20名	8月21日(木曜日) ～ 9月4日(木曜日)
10月16日(木曜日) ①18時30分～ ②19時30分～	【成人対象】 ①ルネサンスアクティブムーブ ②腸から始める生活習慣改善	①・② オンライン開催	①： 295名 ②： 60名	9月2日(火曜日) ～ 9月16日(火曜日)
11月1日(土曜日) ①14時30分～ ②16時15分～	【親子対象】 ①ポッチャ体験 ②親子でサンセットヨガ	①湘南国際村センター (展示室) ②湘南国際村センター (グリーンパーク)	20組	9月17日(水曜日) ～ 10月1日(水曜日)
11月22日(土曜日) ①14時30分～ ②16時15分～	【親子対象】 ①アスリート運動遊び ②アスリートと食事について考える	①湘南国際村内 めぐりの森 ②湘南国際村センター (展示室)	20組	10月7日(火曜日) ～ 10月21日(火曜日)
11月29日(土曜日) ①15時15分～ ②17時00分～ 11月30日(日曜日) ③9時30分～ ※宿泊付	【成人対象】 ①食事の選び方セミナー ②星空ストレッチ ③モーニングヨガ	①湘南国際村センター (展示室) ②・③ 湘南国際村センター (グリーンパーク)	20名	10月14日(火曜日) ～ 10月28日(火曜日)
1月29日(木曜日) ①13時00分～ ②14時15分～	【高齢者対象】 ①脳しゃっきり教室 ②食事バランスを考えよう	①・② 湘南国際村センター (展示室)	30名	12月10日(水曜日) ～ 12月24日(水曜日)
1月29日(木曜日) ① 18時30分～ ②19時30分～	【成人対象】 ①肩こり腰痛ストレッチ ②からだマネジメントセミナー	①・② オンライン開催	①： 295名 ②： 60名	12月10日(水曜日) ～ 12月24日(水曜日)

※開催会場は、湘南国際村センター内にある「湘南国際村センター 展示室」、「グリーンパーク」及び「めぐりの森（湘南国際村センターから徒歩 15 分）」となります。

※雨天時、会場変更の可能性があります。



▶各イベントの参加方法・申し込み

<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/y2w/cnt/f5962/mibyoukaizen.html>

■レッスン参加に当たっての注意事項

- ・小学生の方の参加は保護者の同伴が必要です。
- ※宿泊付のレッスンについては、高校生以下も保護者の同伴が必要です。
- ・未成年者の方は保護者の同意を得たうえでお申込みください。
- ・荒天が予想される場合は、前日に申込者へ中止の連絡を行います。

■会社概要

ルネサンスは、「生きがい創造企業としてお客様に健康で快適なライフスタイルを提案する」という企業理念のもと、スポーツクラブや介護リハビリ施設などで 285 施設(2025 年 3 月 31 日現在)を運営しています。また、企業や健康保険組合の健康づくり支援や全国の自治体の介護予防事業の受託、オンライン事業、ホームフィットネス事業、海外市場へ向けた取組など、長期ビジョンである「人生 100 年時代を豊かにする健康のソリューションカンパニー」を目指し、健康分野におけるサービスを多岐にわたって展開しています。

株式会社ルネサンス

本社所在地：〒130-0026 東京都墨田区両国 2-10-14 両国シティコア 3F

代表者：代表取締役社長執行役員 最高健康責任者 望月 美佐緒

設立：1982 年 8 月 13 日

▶ホームページ：<https://www.s-renaissance.co.jp/>

【本リリースについてのお問い合わせ先】

株式会社ルネサンス 経営企画部パブリックリレーションチーム：村角（むらづみ）・若林

TEL：03-5600-7811 MAIL：ml_pr@s-renaissance.co.jp
