

乳がんを経験された方・治療中の方に向けた 「オンラインフィットネスフェス 2026」開催のお知らせ ～毎年 10 月はピンクリボン運動強化月間～

株式会社ルネサンス（代表取締役社長執行役員：望月 美佐緒、本社：東京都墨田区、以下「当社」）は、10月のピンクリボン運動の強化月間に合わせ、2026年10月6日（火）～10月31日（土）に「乳がんサバイバーのためのオンラインフィットネスフェス2026」を開催します。本イベントは乳がんを経験された方や乳がんの治療に取り組む方を、フィットネスを通じて心身の健康を支える機会を提供します。



■乳がんサバイバーのための「オンラインフィットネスフェス 2026」開催目的・背景

生涯のうち、2人に1人ががんになると言われる現在、がんとの共生は患者本人と家族、病院だけではなく、地域や企業も含めた社会全体で考えていくテーマです。中でも女性のがん罹患数第1位は乳がんであり、生涯で乳がん罹患する確率は10.6%（9人に1人）※1とされています。

乳がん罹患された方は、治療による体力の低下や外見の変化など、身体的・精神的にさまざまな課題を抱えることがあります。そうした方々が前向きに日常生活を送るためには、心身の健康を保つためのサポートが重要です。

当社は長期ビジョン「人生100年時代のWell-being共創カンパニー」のもと、大阪国際がんセンター内に開設しているルネサンス運動支援センターで、日頃からがんサバイバーの方の運動を支援しています。がん患者にとって運動は、体力・筋力の維持・回復に加え、がん関連疲労の軽減、不安や抑うつ改善、睡眠やQOLの向上など、さまざまな効果が期待されています。

特に乳がん術後では、適切な運動により肩関節の拘縮や可動域低下を予防・改善し、着替え、家事、仕事などの日常生活動作の回復につながります。運動は、治療後もその人らしい生活と社会参加を取り戻すための重要な支援です。

本イベントは今年で4回目となり、乳がん罹患された方に専門知識と技術でフィットネスを通

じた心身のサポートを行います。本イベントを通じて、QOL^{※2}の維持・改善につながるきっかけとなることを目的としています。

※1 国立がん研究センターがん情報サービス 「がん統計」 より

https://ganjoho.jp/reg_stat/statistics/stat/summary.html#a25

※2 「Quality of Life (クオリティ・オブ・ライフ)」の略称、生活の質を表す指標

■乳がんサバイバーのための「オンラインフィットネスフェス 2026」概要

「大阪国際がんセンター認定 がん専門運動指導士^{※3}」が担当し、専門的な知識と技術を基に参加者に寄り添いながらプログラムを実施します。また、オンラインレッスンサービス「RENAISSANCE Online Livestream (以下「ROL」)」内で実施することで、ご自宅やお出かけ先など、好きな場所からご参加いただくことができます。

※3 がんの病態や治療に関する基礎知識に加え、患者の苦痛や悩みをよく理解したうえで、リハビリに必要な運動の知識・技術を習得した大阪国際がんセンターが認定する運動指導者

- ・期 間：2026年10月6日（火）～10月31日（土）
- ・開催方法：「ROL」によるオンライン配信
- ・開催クラス：

開催日	時間	クラス名
10月6日 (火)	10:00~10:45	<トーク LIVE> ひとみと敦子の「乳がん術後あるある～運動編～」
10月15日 (木)	14:00~14:30	脂肪撃退！ 息弾むエアロビクス
10月16日 (金)	20:30~21:00	乳がんケアのためのツボ+セルフマッサージ
10月18日 (日)	11:00~11:30	楽しいエアロビクス ダンスで脂肪燃焼
10月21日 (水)	14:00~14:30	始めてみませんか？パレトンソールシンセシス
10月23日 (金)	21:15~22:00	おやすみ前のリラックスヨガ
10月28日 (水)	20:30~21:00	今日の疲れをいやす～夜のほぐしヨガ～
10月31日 (土)	10:00~10:30	心とカラダを緩める マインドフルネスヨガ

- ・対 象：乳がんを経験された方や乳がんの治療に取り組む方、支える方、「がんと運動」について学びたい方、他 ご家族、ご友人と一緒に参加いただけます。
- ・定 員：980名／1クラス
- ・参 加 費：無料
- ・申込方法：ROL (<https://teachme.jp/34432/manuals/48411055>) より無料アカウント登録の上予約

▶ イベント詳細・スケジュール： https://rol.s-re.jp/rol_posts/QSRZIfJ7

■ピンクリボン運動について

ピンクリボン運動は、乳がんの「早期発見・早期診断・早期治療」の大切さを伝えるための、世界的な活動です。「乳がんで悲しむ人をひとりでも減らしたい」との思いから、1980年代にアメリカで始まり、世界中にその運動が広がっています。

■当社のがん患者支援について

当社は、疾病予防だけでなく、がんをはじめとする病と共に生きる方々の治療前・中・後におけるQOLの維持・向上を支援しております。がんによる身体機能の低下や、手術など治療の過程で起こる身体の不調改善には、継続的なリハビリが必要となる一方で、十分にリハビリサービスが行き届いていない現状があります※4。

当社は、2019年6月に大阪国際がんセンター敷地内にある患者交流棟に「がん特化型運動施設 ルネサンス運動支援センター」を開設し、運動を通じてがん患者の方々のQOLの向上に取り組んでおります。また、がんと身体運動に関する知識を持った「大阪国際がんセンター認定がん専門運動指導士」が、オンラインでの個別指導やグループ指導を展開しています。

※4 出典：国立がん研究センターがん情報サービス



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

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/>

【本イベントのお問い合わせ先】

株式会社ルネサンス 商品開発部がんリハビリ事業研究チーム：西畑、石野田、山中

<https://rena-bg.s-re.jp/rolb2b-lp>

【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（むらずみ）・若林

MAIL：ml_pr@s-renaissance.co.jp
