

ニュース解説



しっかり食べて、わずかな運動「インテリジェンスダイエット」を提案

「エステ×トレーニング×栄養学」独自の形態のサロン登場 オリジナルサプリも活用

「今、ダイエットを目的にした「プライベートジム」が話題だ。そんな中「男のエステダンディハウス」「エステティックミス・パリ」など「エステティックサロン」を提供するミス・パリグループは、トレーニングとエステティックを融合させた男性専用「ダイエツトセンター by DANDY HOUSE」の展開を始めた。ダイエツトやトレーニングは、インテリジェンスダイエットが大きい。同サービスは「食べられる」「楽」「時短」をうたう。いったいどんな仕組みなのか。実際に記者が体験してきた。

ターゲットは エグゼクティブ層

2015年にオープンした「ダイエツトセンター by DANDY HOUSE」は、トレーニングとエステティックを融合させた男性専用「ダイエツトセンター」を展開を始めた。ダイエツトやトレーニングは、インテリジェンスダイエットが大きい。同サービスは「食べられる」「楽」「時短」をうたう。いったいどんな仕組みなのか。実際に記者が体験してきた。

ターゲットは比較的高層階級の「エグゼクティブ層」だ。店舗立地や価格から、必然的に40〜60才代の仕事柄外見を気にする人が多く来店する。取材を行った銀座店の店内は最大4人がトレーニングできる。



将来的には同社が展開する女性向け「ダイエツト専門店」「ミス・パリ」「ダイエツトセンター」(現在38店舗展開)の売り上げ超えを目標としている。

体の仕組みを上手に利用

「その中身をうまく使って、無酸素運動、有酸素運動、栄養学に合わせたハウス」の連携で、インテリジェンスダイエットが行われる。

料金提供コースは、月額14万8000円(税別)。カウセリング、トレーニング指導、サプリメント類など、必要な物の料金が全て含まれている。余分なものを買わずに済み、ダイエットに専念することが可能だ。

第一号店の新宿店は、減量コース終了後にも健康維持を促す「アフターケア」が行われる。



オリジナルサプリ



トレーニングスペース

「これだけ聞くと、摂取カロリーを減らして消費カロリーを増やす従来のダイエットと変わらないうように思える。だが、インテリジェンスダイエットはしっかりと減らす、リバウンドを防止する。

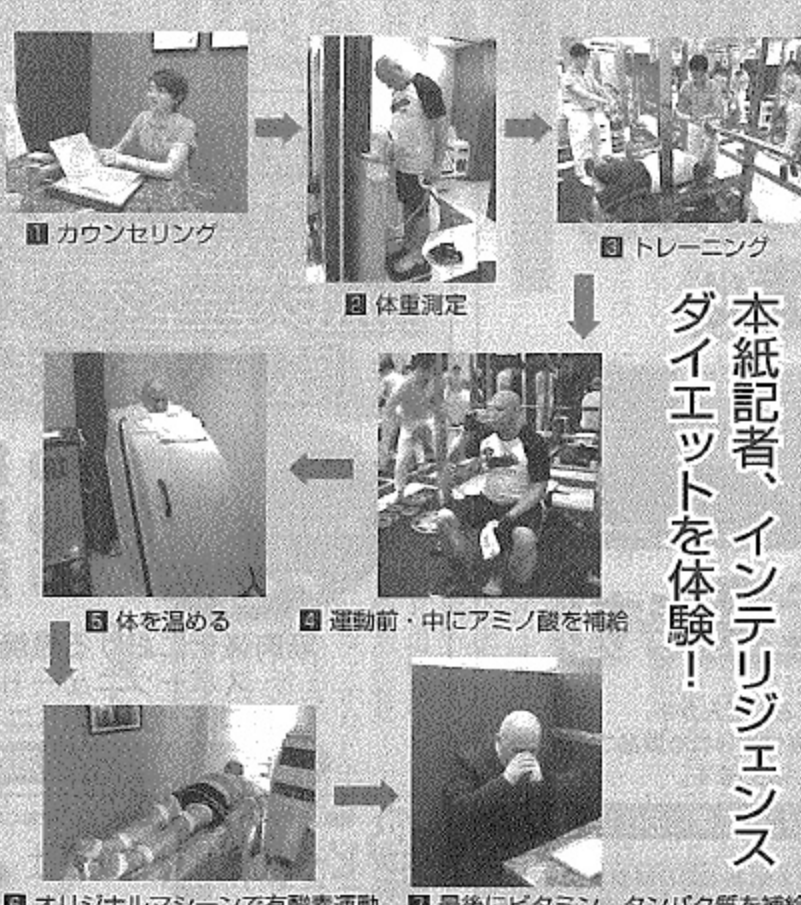
インテリジェンスダイエットでは、この体の仕組みを利用して、健康的に減らす。筋肉を燃焼させることで、脂肪を燃焼させる。体を作っていく。体の仕組みを利用して、健康的に減らす。筋肉を燃焼させることで、脂肪を燃焼させる。体を作っていく。

【食事】多くのダイエツトジムが糖質制限を行う中、ここでは脂肪燃焼に必要な栄養素を積極的に摂取するよう指導される。新陳代謝を活性化することで、体脂肪を燃焼させる。このダイエットは、食事制限(糖質制限)だけでなく、ウェイトトレーニングで大きな筋肉を動かす。このトレーニングは15分程度で終わる。

【運動】運動するのは、週に1〜2回程度サロンのオリジナルマシンで。吸収率を高めたオリジナルのサプリを摂取する。脂肪を燃焼させる。体を作っていく。

【体温】体を温める。運動前・中にアミノ酸を補給。最後にビタミン、タンパク質を補給。

【オリジナルマシン】オリジナルマシンで有酸素運動。最後にビタミン、タンパク質を補給。



本紙記者、インテリジェンスダイエットを体験!

「楽」「時短」という面においてこれまでにないダイエット方法であることが分かる。実際にインテリジェンスダイエットを体験した本紙記者は「頑張ったのはウェイトトレーニングの15分だけで、本誌に載った。食べるのが大好きなので、カロリー制限がないこのダイエットは続けられそう」と満足気であった。一般社団法人日本フィットネス産業協会によると、プライベートジムの出店件数は確実に増加しているという。総合型のジムではなく、特定のトレーニング、設備などを利用したという明確な目的を持った消費者が増えている。また、回数は、今後はこの人気はしばらく続くと予想されている。すでに価格競争が始まっていることから、一つの目的達成後も長く利用してもらえ、サービスが充実するために重要になるであろう。

「楽」「時短」という面においてこれまでにないダイエット方法であることが分かる。実際にインテリジェンスダイエットを体験した本紙記者は「頑張ったのはウェイトトレーニングの15分だけで、本誌に載った。食べるのが大好きなので、カロリー制限がないこのダイエットは続けられそう」と満足気であった。一般社団法人日本フィットネス産業協会によると、プライベートジムの出店件数は確実に増加しているという。総合型のジムではなく、特定のトレーニング、設備などを利用したという明確な目的を持った消費者が増えている。また、回数は、今後はこの人気はしばらく続くと予想されている。すでに価格競争が始まっていることから、一つの目的達成後も長く利用してもらえ、サービスが充実するために重要になるであろう。