

PRESS RELEASE

報道関係者各位

2025 年 6 月 26 日
野村不動産ライフ&スポーツ株式会社

リリースカテゴリ

ウェルネス

ミドル世代男性の自分磨きをワンストップでサポート パーソナルプログラム「メンズスタイルアップ・プログラム」を提供開始

本プレスリリースのポイント

- ・美容意識の高まっている男性向けに新プログラム「メンズスタイルアップ・プログラム」を 6 月 26 日より開始
- ・身だしなみや清潔感など外見だけでなく、内面も磨きたいミドル世代男性向け
- ・運動・トレーニングだけに捕らわれない、リラクゼーション、リフレッシュ、自分磨きをメインとしたコンテンツ

スポーツクラブ「メガロス」を展開している野村不動産ライフ&スポーツ株式会社（東京都中野区／代表取締役社長：小林利彦、以下「当社」）は、ミドル世代男性の魅力的な自分像を実現するためのトータルサポートを行う新たなパーソナルプログラム「メンズスタイルアップ・プログラム（以下「本プログラム」）」を 2025 年 6 月 26 日よりメガロス 3 店舗（吉祥寺店、立川北館、日比谷店）で提供開始いたしました。



1. プログラム提供の背景

近年では男性において、「自分や他人の身だしなみが気になった経験がある」が 82.7%という調査結果^{※1}や、1 カ月あたりで美容用品に使う金額が 2021 年から 4 年連続で上昇している^{※2}など、男性の美容に対する意識が高まっております。

このような背景を受け、身だしなみや清潔感など外見だけでなく内面も磨きたいミドル世代（40 代および 50 代）男性向けに新たなパーソナルプログラム「メンズスタイルアップ・プログラム」を開発いたしました。本プログラムは、スポーツクラブとしての強みであるマシンジムを使用したトレーニングでのボディメイクだけでなく、スキンケア・ヘアケアなどの「スタイルア

あしたを、つなぐ

PRESS RELEASE

ップサポート」も取り入れたプログラムです。

「エステなどに通うのは恥ずかしくてハードルが高い。だけど身だしなみや清潔感には気を付けたい。」と感じている男性でも、身近なスポーツクラブで実施する本プログラムであれば気兼ねなく参加いただけます。

本プログラムでは、姿勢・スキンケア・表情筋・食生活等々、様々なコンテンツで自分磨きに能動的に取り組んでいただくことで内面からにじみ出る自信、自己肯定感につなげ、外見だけでなく内面も磨かれた魅力的な男性像を目指します。

[以下のような男性にお薦めいたします]

- ✓ 「清潔感」や「身だしなみ」には興味はあるが「エステやサロンは恥ずかしい、ハードルが高い」と感じる方
- ✓ “カッコよくなりたい”だけでなく、“信頼される外見”を手に入れたい方
- ✓ 自分自身への自信をつけたい、取り戻したいと思っている方

※1 2023年2月1日 貝印株式会社「新型コロナ流行以降の男性の身だしなみ意識に関する調査」

<https://www.kai-group.com/news/id/3295/>

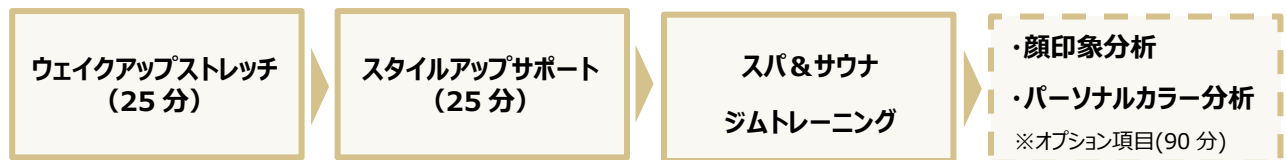
※2 2024年12月12日 株式会社リクルート「美容センサス 2024 年下期「美容意識・購買行動編」」

https://www.recruit.co.jp/newsroom/pressrelease/2024/1212_15314.html

2. 「メンズスタイルアップ・プログラム」の内容

【プログラムの流れ】

週1回、全8回のプログラムです。各回は以下の流れでサポートを実施します。



【ウェイクアップストレッチ（各回 25 分）】

トレーナーが筋肉をほぐしながらストレッチすることで血行促進を促し、筋肉の緊張を和らげ、自律神経のバランスを整えます。またご自身だけで行うストレッチ以上の効果が期待できます。公私ともに忙しいミドル世代男性の日々の疲れを癒すとともに、血流量アップ、関節の可動域拡大、精神的なリフレッシュ効果によって心身を目覚めさせていきます。



【スタイルアップサポート（各回 25 分）】

全8回のトータルサポートで毎週異なる自分磨き、癒し、学びのコンテンツによって心身ともに洗練された男性を目指していきます。

- 1.姿勢チェック(before)：姿勢をチェックし、改善のためのアドバイス・実践
- 2.スキンケア：洗顔、保湿、シミ・シワケアといったベーシックスキンケアをアドバイス・実践
- 3.ボディメイク：ゲストのニーズに合わせて「これからどんな運動をしたら良いか」アドバイス・実践
- 4.表情筋コンディショニング：表情筋をほぐす、鍛える方法を実践(ほうれい線、頬のたるみ)

あしたを、つなぐ

PRESS RELEASE

- 5.食事・栄養：普段の食生活をカウンセリングし、食事内容のアドバイス
- 6.ヘアケア：ヘアケア、頭皮の血行を良くする方法をアドバイス・実践
- 7.表情筋コンディショニング：表情筋をほぐす、鍛える方法を実践(額のシワ、目元)
- 8-1.姿勢チェック(after)：姿勢をチェックし今後に向けてのアドバイス
- 8-2.臭いケア：年代別の気になる臭い、対策方法をアドバイス

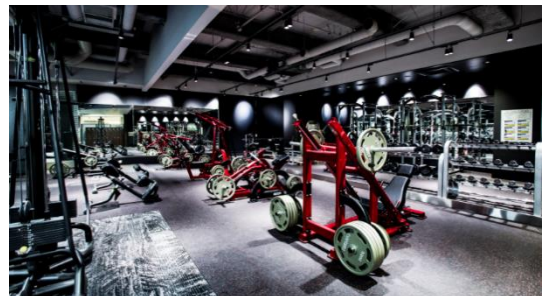
【スパ&サウナ】

メガロスのスパサウナを活用いただくことで多忙な日々を送るミドル世代の男性のリフレッシュに役立ちます。また、カラダを温めることで、筋肉の緊張が解れ、血管が緩むことで不安感やストレス解消、安眠効果が期待できます。



【ジムトレーニング】

メガロスのマシンジムを活用いただくことで、おひとりでもレクチャー内容を復習することや、気になる部位毎に好きなだけトレーニングすることができます。



【顔印象分析・パーソナルカラー分析（各回 90 分）】※オプション項目

「さらにかっこよくなりたい」という方へオプションサービスとして、診断実績1,000名以上のイメージコンサルタントによる顔印象分析・パーソナルカラー分析を提供します。自分自身に似合うものを発見することで、より魅力的な服装、小物選びが出来るようになります。

- ・似合う色（服・ネクタイ・髪色・小物など）
- ・似合う服のテイスト（シンプル・カジュアル・モードなど）
- ・似合う髪型（長さ・シルエット・スタイリングの方向性）
- ・似合うメガネの形（フレームのデザイン・サイズ感）
- ・清潔感のある身なりのポイント（眉の印象・服の選び方・サイズ感など）



PRESS RELEASE

担当イメージコンサルタント：ラクルールココ合同会社 菊池 鈴音（きくち りおん）

東京・青山のサロンで経験を積んだ後、独立。診断実績 1,000 名以上。わかりやすく似合うスタイルをご提案します。保有資格：PBCI 認定ビューティーカラーアナリスト®、PBCI 認定ビューティストスタイルアナリスト、骨格&顔分析 Professional-®、PBCI 認定メイクアップアドバイザー、日本パーソナルカラー協会認定パーソナルカラーアドバイザー®、色彩技能パーソナルカラー検定モジュール 3（最上級）、カラーカードセラピスト



【プログラム概要】

プログラム名	メンズスタイルアップ・プログラム
提供店舗	吉祥寺店、立川北館、日比谷店（10 月以降実施店舗拡大予定。）
プログラム 内容	1 回 50 分、週 1 回の来館で全 8 回 2 ヶ月のパッケージ ・ウェイクアップストレッチ（各回 25 分）：心身をリフレッシュ、目覚めさせる ・スタイルアップサポート（各回 25 分）：週替わりの自分磨きコンテンツに取り組む ・ジムトレーニング：メガロスのマシンジムが使用可能 ・スパ&サウナ：メガロスのスパとサウナが使用可能 ※オプションで顔印象分析・パーソナルカラー分析（各回 90 分）の追加も可能
料金 (税込)	会員の方 64,240 円／会員でない方 73,920 円 ※顔印象分析、パーソナルカラー分析オプションを利用の場合は、別途 33,000 円
URL	https://megalos.co.jp/contents/mens-styleup/

3. メンズスタイルアップ・プログラム開発担当者のコメント

いつまでもカッコよくいたい、周りの人から好印象を持たれたい、誰もが持つ気持ちだと思います。しかし、いざ変わりたいと思っても何から始めて良いのか分からない、ネットで調べても情報が多すぎて逆に混乱してしまう。気づけば何もしていないまま時間が過ぎていく、そんな男性は多いのではないのでしょうか。

本プログラムはそんな方のためのトータルサポートプログラムです。エステみたいに受け身で磨かれるのでもない、ジムみたいにきつい運動でもない、日々忙しいミドル男性にとって「ちょうどいい自分磨き」を目指しました。本プログラムが、1 人でも多くの男性が輝けるきっかけになれば幸いです。

カッコよくいたいという気持ちに年齢は関係ありません。私たちは皆様の前向きな気持ちに寄り添い、全力でサポートしていきます。メガロスでしか体験できない新たなパーソナルプログラムで、さらにカッコいい自分を手に入れてください。

（ウェルネス事業部 加藤みづ紀）

◆野村不動産ライフ&スポーツについて

スポーツクラブ「メガロス」やアフタースクール、バイリンガル幼児園事業を通じて地域に住まう方々に健康であることの喜びや大切さをお伝えし、健康と生きがいの創造に貢献することにより、お客様や社会と共に栄え、成長することを目指しています。「顧客満足を感じと喜びに変える」を企業理念に掲げ、全社員が一丸となってきめ細やかなサービスを最適なタイミングで提供し、お客様に満足を超えた感動や喜びをお届けしてまいります。

<https://megalos.co.jp/>



PRESS RELEASE

【ご参考】

野村不動産グループ 2030 年ビジョン「まだ見ぬ、Life & Time Developer へ」の実現を目指し、グループ全体で、人びとの「幸せ」と社会の「豊かさ」の最大化を追求するため、2025 年 4 月に新たな経営計画を公表しました。

＜経営計画に定める 3 カ年計画の方針概要＞

基本方針		グループ全体で事業量の拡大を図り、持続的な成長を実現しながら、バランスシートを適切にマネジメントし、高い利益成長と高い資産・資本効率を両立する。
事業方針	基幹事業	分譲住宅事業・オフィス事業において、デベロップメント分野とサービス・マネジメント分野の連携を一層強化しながら商品企画力とサービス力を向上させ、確固たるポジションを構築する。
	注力領域	持続的な成長に向けて、以下5つに注力する。
		1 成長事業（賃貸住宅、ホテル、シニア住宅、物流施設）への重点的な投資
		2 開発事業、賃貸事業における投資家資金の導入
		3 グループ内連携、野村グループとの連携の強化
		4 海外事業の将来収益拡大に向けた取り組み
		5 戦略投資（M&A）による成長の加速

※3 カ年計画は長期経営方針を基に、特に注力する事業方針と戦略を示したものになります。

※経営計画の詳細は【[野村不動産グループ 経営計画](#)】をご確認ください。

本件に関するお問い合わせ

野村不動産ライフ&スポーツ株式会社
広報担当 田中・宇田川 TEL：03-5334-8600