
事業のご紹介

株式会社ライフストリームジャパン

会社概要

株式会社ライフストリームジャパン

- 所在地 東京都港区麻布十番2-9-2 B1F
- TEL 03-6275-1307
- 設立年月日 2015年1月15日
- 資本金 350万円
- 代表取締役 山口 絵里加
- 事業内容
 - ・フィットネス施設の運営・指導
 - ・スポーツ施設の設計アドバイス及び管理・運営
 - ・企業フィットネスの推進
 - ・介護予防事業
 - ・野外活動の運営・指導
 - ・指導員の養成・資格認定及び出張指導
 - ・エステティック事業
 - ・スポーツ機器・用品仕入運動・美容商品開発全般



一般社団法人 生活習慣改善推進協会

- 代表理事 山口 絵里加
- 本拠地 東京都港区麻布十番2-9-2
- 設立年月日 2019年6月
- 事業内容
生活習慣改善指導士/生活習慣改善施術士の資格発行

提携先

- 株式会社MSJ
- 株式会社アルプロン
- 株式会社船橋屋
- オーガニックサイエンス株式会社
- ベルテクノサービス株式会社

ライフストリームジャパンの由来について

安心安全を提供できる健康×美容情報を自社を通じて感じていただければ嬉しいです。

弊社では、体温維持上昇コンセプトで皆様の健康寿命の延命に取り組みを重んじております。

健康であれば美しさも増す。

数多くの情報社会になっている中で、数々のエビデンスを元に、商品・技術含め情報発信して参ります。

ライフストリームのフィットネスの有り方とは、

- 「Scientific Eating (バランスのとれた食事)」
- 「Thoughtful Training (自分の身体を思いやる運動)」
- 「Reasonable Relaxation (適度なゆとり)」
- 「Enough Sleeping (十分な睡眠)」
- 「Active Thinking (積極的な思考)」
- 「Medical Examination (健康診断)」

の6つの要素から成り、頭文字を並べると**STREAM**、流れ、小川といういみになります。

小川と小川が合流して、やがて一本の大きな流れとなり、大洋へそそぎこむ。

途中で川の流れがよどまないようにするには、それぞれの小川がきれいな水をたたえ、よどむことなく、スムーズに流れることが必要です。

肉体の健康もこれと同じで、いくら何かのために努力しても、睡眠をおろそかにしていたらどうなるだろうか。

運動をほとんどしなければ、やがては恐ろしい成人病に襲われてしまいます。

またいつもクヨクヨ心配ばかりしていると、やがてはノイローゼにもなりかねません。

また自分の好みのおいしいものばかり食べていると、体液も酸性に傾いて病気に対する抵抗力も弱ってくる。

そして、忙しいときもたまにはくつろがないと、神経がまいってしまうし、いくら身体に自信があっても、

年に最低でも1回は、きちんとした健康診断を受けておくべきです。

このストリーム健康法の各要素について実行がおろそかになるといろいろなリスクが発生してきます。

バランスがとれていることが肝要することを意味します。

日々の皆さんの生活の中で本当に良いものを提供できる会社として成長できたらと考えます。

経営理念

「ポジティブ社会づくりで美と健康の貢献を」

現在、歳を重ねる毎にネガティブな思考に思っている人は78.8%、歳を重ねる事にポジティブな思考を思っている人はたったの21.2%。平均寿命と健康寿命との差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味します。

平均寿命と健康寿命（日常生活に制限のない期間）の差は、平成22年には男性 9.13年、女性12.68年となっています。

※厚生労働省HPより

ネガティブな思考をできる限りポジティブ思考社会へ導くこと。

これからは100年時代。

より多くの方々が、前向きに楽しく元気に若々しくいられるプラットフォームをB-COREでつくっていかれたらと考えます。

歳を重ねてもポジティブな思考を持ち続けることができる社会にしていくために尽力してまいります。

ライフストリームジャパンの取り組みについて



LIFE HABIT IMPROVE

各種技術者の技術向上の為の養成

SPA/セラピスト
パーソナル/トレーナー
未病健診/カウンセラー
美容整体/施術士

の人材育成強化を行っています。

又、他社の人材育成や教育のご相談も行います。



LIFE STREAM

ブランドマーケティング

YouTube視聴回数やsns拡散における
アクセス数を増やす方法を活かし
マーケティングや人材ブランディングに力を入れ
販売力が個々にもてるよう働きかけています。

イベント企画/出演

山口絵里加をはじめ、他技術者たちをメディアや
社員向けのイベントをはじめ、
さまざまな媒体の
出演を目指し活動しています。



B-CORE TOKYO

天然よもぎ溶岩蒸し専門店



店舗運営

麻布十番に「B-CORE TOKYO STUDIO」という
健康総合施設の運営。

パーソナル/SPA/温浴/ストレッチ/
よもぎ溶岩蒸し専門店

の店舗事業を当社で行っています。



B-CORE

安心安全の食品/商品提案と開発

ユーザー様が安心して商品を購入できるよう
商品や自ら野草を使用した安心安全の商品の
開発、販売を行っています。

国際特許装置を使用した新たな温活推進

商標登録及び日本特許取得した野草を使用し
直腸をケアするトレーニング施設/ケア施設の
拡大を目指します。

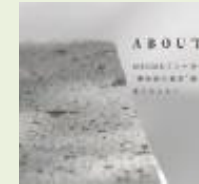
よもぎ溶岩蒸しについて

世界特許を取得したMAGMAプレートを熱源で温めることで温度を作り出し天然よもぎの薬草を充満させ 湿度80%前後／室温40℃前後の環境を作り出しています。

JAS認証を取得した
国産オーガニック天然の5種類の野草を使用



【国際特許取得の天然溶岩温浴法】
溶岩が持つ「熱反射効率」に着目し
オリジナルのMAGMA（天然溶岩）プレートを開発



韓国ではテントを被り下から蒸す方法が一般的でしたが、
空気中によもぎや野草の生薬効果といわれるビタミン、ミネラル、鉄、葉酸を含め
それを遠赤放射で体内まで浸透させる技術に成功させました。

B-COREについて

B-CORE TOKYO STUDIOでは、実は現状多くの臨床が確認されていて、薬事法があり直接でないと語れないのですが、症状の改善が見られてきています。

B-COREメソッドは、中医学/ユナニ医学/インド医学で多くの臨床を元に健康の維持管理をしながら、長寿を全うするために西洋/東洋医学を現代に置き換えて予防者としての新たな方法が"養生法"であり"B-COREメソッド"なのです。

まず、健康の基本は、三大養生と提唱しております。

①食

②運動

③睡眠/生活の質改善

この3つをバランス良くすることで"気、血、水"が調います。

温活をする時は直腸の温度を1度上げる事を目標にした温活を行っていただき、

脇で体温をはかった時には常に体温が36.5~37度あるような体質づくりを心掛けていきましょう。

免疫力30%代謝が13%あがり さまざまな体調不良/ダイエット/スポーツパフォーマンス力アップ/体型維持/健康維持に繋がります。

7つの取り組み

1. ヨガ/ピラティス/有酸素運動/筋トレといった様々なモビリティを利用し脳と身体を繋ぐ作業と必要な筋肉づくりの構成
2. 温浴方法を取り入れた直腸温度の1回に1度以上上昇
3. 野草や生薬の融合した自然食の積極的摂取
4. 可動性と経絡を意識したストレッチとケア施術
5. 全身のお肌の悩み（しわ、たるみ、しみ、ニキビ等）を調整するケアとトリートメント
6. 生活習慣や環境におけるアドバイスによる睡眠/体質回復カウンセリング
7. 聴覚/嗅覚/脳から髄液を伝って神経を調整する瞑想とリラックス方法

"睡眠不足、頭痛、痛み、疲れ、むくみ、肌荒れ、生理不順等"何かスッキリしない時は、まずは上の7つを取り入れて回復させていきましょう。更に、見た目も心もスッキリさせてご自身のやりたい事やポジティブな目標を持ち続けられるような脳をつくっていかれたらと思っております。

B-CORE TOKYO STUDIO

施設プログラム内容



未病健診

B-COREが初めての方はまずはこちらからがオススメ

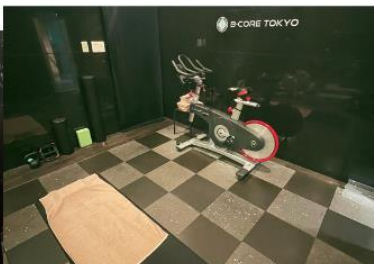
中医学/ユナニ医学/インド医学のオリジナルの80項目のチェック項目に合わせて腹診や触診による身体状態観察をしていきます。サプリメントのご相談/不調診断/体質改善/施設の通い方を知りたい方はまずはこちらからどうぞ。



よもぎ溶岩蒸し

湿度80%前後/室温40℃前後

国際特許を取得した温浴装置×無添加で安心安全な野草の数々を空気中に含有させた当店独自の直腸温度を上げる空間です



よもぎ溶岩蒸しパーソナルルーム50分又は
常温スタジオ50分×よもぎ溶岩蒸し30分

湿度60%前後/室温38℃前後

よもぎ溶岩蒸しパーソナルルームで温まりながらトレーニング、または広々とした常温スタジオで機能性トレーニングと天然よもぎ溶岩蒸しを組み合わせることも可能。当店の技術は完全オリジナルで、ヨガ、ピラティス、有酸素運動、筋トレをその方の体質に応じて提供しております。



溶岩浴×SPA

43℃前後のマグマで温活+ケア

- ・キャビテーション（脂肪燃焼）
- ・頭皮とフェイス&ネック
エアバリ（イオン導入×EMS×幹細胞導入）+
手技リンパケア
- ・ピュビスセラピー（恥骨矯正）



美容整体

経絡（気一血一水）に基づく整体

PTN技法を用いた、当店独自の技術です。経絡やクロスチェック技術、ストレッチやトリガーポイントをその方に合わせてケアしていきます。どこにいても解消しないお疲れや不調はご相談くださいませ。ケア前後によもぎ溶岩蒸しに入ると更に効果が期待できます。

プロデュース事業/よもぎ溶岩蒸し専門店ブランド展開

〈プロデュース店舗〉

- スゴイサウナ東麻布 女性専用サウナ
東京都港区東麻布3丁目6-11 The City 麻布十番 East 1 F
 - B-CORE TOKYO STUDIO
 - よもぎ溶岩蒸し専門店 腸と膣
東京都港区麻布十番2-9-2 B 1 F
-

〈よもぎ溶岩蒸し専門店 導入店舗〉

- 完全会員制リバースイージングスパR
東京都港区麻布十番2-3-9 MogWan麻布十番ビル4F

※その他、宿泊施設などに導入予定

タレント事業について



温活プロデューサー/
メディカルフィットトレーナー
山口絵里加

希望者は技術者自身が当社YouTube出演頂き、
実際にメディアの為の指導法の育成やSNSブランディングのための教育も行っています。

スポーツトレーナーとしてキャリアをスタート。
2014年“女性の身体を変えたい！整えたい！”という想いから
「B-CORE」を考案。
生活習慣改善と温活で1ヶ月-10キロを実現するダイエットスペシャリストとして、
数多くのダイエット番組で指導トレーナーを担当するなどメディアへの出演も多数。
2022年2月「美コア」メソッドから生まれた天然よもぎ溶岩浴専門店「腸と腔」をオープン。
「体温上昇先生」としても注目を集める。

活動実績

【テレビ】

2023年

10月QVC共同開発商品『しなやかさん』紹介トレーナーとして
12月テレビ東京「なないろ日和!」紹介トレーナーとして

2024年

1月QVC共同開発商品『しなやかさん』紹介トレーナーとして
3月～テレビ朝日「中居正広のニュースな会」腰痛予防の専門家として
8月テレビ「ALABBO」DS音トレーナーとして出演

他多数出演

【書籍出版】

2018年1月『美コア～細くて強い美ボディメイク～』（文藝春秋）
2018年7月『美コア食トレニング（レシピ本）』（主婦の友社）
2019年4月『スクワットだけで美しくやせる』（青春出版）

【イベント・公演】

2021年

3月KDDI「みんなでリモトレ」オンラインLiveレッスン
4月クルールラボ「SLIMPAD」トークショー
4月Reebok NANO X1スペシャルワークアウト（オンライン）出演
5月YouTubeチャンネル「オルガン坂生徒会」生配信出演
5月Women's Health「ファスティング」IGLIVE出演
6月NTTデータグループ労働組合 組合員様向け
オンラインフィットネスライブ（100名）
8月Reebok1NANOX1AdventurePRIGLIVE出演
10月ReebokWoman'sIGLIVE出演
11月ReebokONEインストラクター向けオンラインセミナー出演
12月Reebok音声トレーニングコンテンツ「#聞くトレチャレンジ」出演

2023年

2月&9月 明治安田生命保険相互会社 社員様向けフィットネスイベント出演
他多数出演