

第4回「仕事帰りに楽しく走る丸の内（皇居）ランイベント」を2月13日（木）開催

アスト株式会社

© 2025.02.10 14:00

美容・健康 スポーツ・アウトドア ライフスタイル

初心者でも気軽に楽しくランニングを始められるとリピート参加も ホワイトリボン運動の一環

家庭紙卸商社のアスト株式会社（東京本社：東京都品川区南大井、大阪本社：大阪市中央区博労町）が取り組む社会貢献活動「家庭紙から生まれる支援の輪プロジェクト」は、女性の健康と権利の大切さを伝えるホワイトリボン運動の一環として、皇居1周約5キロのコースを初心者でも無理なく、現役ランナーと一緒に楽しく走るイベントを開催します。



東京駅を背景に参加者写真撮影

■ イベント詳細（ランコース：皇居丸の内側から5km ※1kmを6分30秒～7分のペース）

- ・日時：2025年2月13日（木）18時45分～20時20分（受付開始18時）
- ・集合場所：アシックスラン東京丸の内 ※アシックス様はイベントに無関係です。
- ・定員：15名
- ・参加費：無料 ※アシックスラン東京丸の内のロッカー・シャワールーム利用無料&ラン後のドリンク付

■ タイムスケジュール

- 18：00 受付・着替え
- 18：45 イベント開始 挨拶・写真撮影
- 19：00 動きづくり・ストレッチ
- 19：20 ランスタート ※20：20 ゴール・解散予定

■ 運動不足の人が多い現状

スポーツ庁の調査データによると、20歳以上の社会人における週1日以上運動実施率は、令和5年11月時点で52.0%。運動不足は自覚しているけれど、現状は会社と自宅の往復ばかり、またダイエットを始めるきっかけがほしい、ランニングは気軽に始められる運動とはいえ、1人では続かない、なかなか運動を始めるきっかけがないという方がいます。



ラン開始前に現役ランナーから伝授「ラクに走れるようになるストレッチ」をする様子

■ 「丸の内（皇居）ランイベント」とは

昨年7月から定期的にランイベントを企画し、より健康で楽しいランニングライフを始めるきっかけになれば、また仕事帰りに気軽に参加できる楽しいランコミュニティができればという想いで開催をスタートしました。このイベントでは、数々のマラソン大会で成績を残す当社の現役ランナーが、特殊な体操をするだけで走る体感が変化し「ラクに走れるようになるストレッチ」と、マラソンの楽しさを参加者の皆様にお伝えしています。今回は4回目の開催になりますが、ただ走るだけではなく、参加者の皆様と夜景スポットで写真を撮影をしながら走ったり、ラン後に楽しいゲームもあり、回を重ねるごとにリピート参加をしてくださる方も増えてきました。



夜景を楽しみながら走る参加者の様子

■ 丸の内ランイベント参加者の声

普段は走らないのですが、5月のホワイトリボンヨガのイベントに参加して、すごく良かったのでランイベントにも参加してみました。イベント開催前に雨が降っていたので、人が少なく走りやすくて気持ち良かったです。アストさんのイベントは楽しいので、また参加したいです。 女性（50代）

1周5km長いようであつという間の37分。丸ノ内の夜景を眺めながら300kcalの消費と爽快感や達成感が得られて無料なんてラブでしかない。今回参加してますます運動好きになった。スポーツで繋がれた方々ってポジティブの塊でノリも良くて本当最高。また近々走りたい。 女性（年齢不明）



現役ランナーと参加者

■ 私たちが独自のランイベントを参加費無料で開催している理由

参加者の健康づくりやコミュニティづくりの他、国際協力NGOジョイセフが発足した、女性の健康と権利の大切さを伝える『ホワイトリボン運動』のことを一人でも多くの方に知ってもらいたいという想いがあります。世界では1分に1人の女性が、妊娠や出産、子宮頸がん等で命を落としています。当社の家庭紙購買層の8割が女性であることから、災害時の紙おむつの寄附のみならず、通年で女性支援に繋がる活動に取り組みたいと考え、「家庭紙から生まれる支援の輪プロジェクト」を立ち上げました。



2024年ホワイトリボンラン参加者の皆様

毎年「国際女性デー」に連動して開催される世界的なチャリティ活動『ホワイトリボンラン』。その参加費は、国際協力NGOジョイセフを通して、女性が妊娠・出産、また子宮頸がんを命を落とすことのない世界を実現するために活かされます。2024年より当社は東京潮見と大阪城公園にラン拠点を独自で立ち上げ、昨年は136名、2025年3月1日は昨年を上回る157名が参加を予定。今年のホワイトリボンランの寄付金は、ケニアと日本の女性支援に活かされます。昨年開催している当社の独自イベント「丸の内（皇居）ラン」への参加をきっかけに、「ホワイトリボン運動」のを知り、2025年の「ホワイトリボンラン」に参加申し込みされる方が現れ嬉しく感じています。

■ 私たちは、これからも「ホワイトリボン運動」を知るきっかけづくりを継続していきたい

「ホワイトリボン」は、乳がんの早期発見と治療を促進するための世界的な啓発キャンペーン「ピンクリボン」などと違い認知度が高くありません。私たちは今後も、個々の健康づくりと楽しいコミュニティの提供を通じて、「ホワイトリボン運動」を知るきっかけづくりに継続して取り組んでまいります。



2024年ホワイトリボンラン参加者ゴール風景

■ 現役ランナー 略歴・成績紹介



現役ランナー 新野 佑（にいの たすく）

アスト株式会社 東京本社所属

- 大学では5,000m選手として活動 5,000m 14分48秒
- 2022年にマラソン競技開始
- 2022年10月 横浜マラソン 2時間48分50秒
- 2023年 4月 板橋シティマラソン 2時間35分54秒 一般の部7位
- 2023年10月 新潟シティマラソン 2時間29分23秒 総合9位 29歳以下 1位優勝

■ 【動画QRコード】2024年7月16日 第1回開催時の様子〈1分13秒〉



■ イベントに関するお問合せ先

↓ Instagramホワイトリボンラン東京拠点2025のDMへお問合せください。



■ アストInstagram（CSRアカウント）



■ アスト株式会社 公式HP

