

骨格診断でマットレスを選ぶ時代に！？
骨格に合ったトレーニングやライフスタイルが分かる！
SOERU presents 美骨格ライフスタイルセミナー開催
～田上 舞子さん監修の骨格別フィットネス体験、骨格診断士による診断体験も～

時代に沿って変わる人々のニーズにお応えする、ベッド・マットレスの老舗メーカーの株式会社錦之堂インターナショナル（代表取締役：渡部 隆雄、本社：岐阜県大垣市）は、1月26日（木）に『美骨格ライフスタイルセミナー』を開催いたしました。フィットネストレーナー 田上 舞子さん、骨格診断士 小川 里奈さん、SOERUブランドマネージャー 田上 晃庸が登壇し、それぞれの骨格に合わせたライフスタイルや睡眠方法を語りました。



■当日のオフィシャルスチール ダウンロードURL：<https://00m.in/P0GXc>

イベント開催の背景

昨今では、日本人の睡眠不足が問題視され、働き方の多様化によるテレワーク増加により、おうち時間における着座姿勢や電子デバイスとの接触時間が増えています。その結果、体の不調を訴える声を多く耳にいたします。私たちは、このような社会問題に目を向け、直ちに解決する商品をつくりたいと思い、SOERUの開発にいたしました。

人それぞれに異なる体型や骨格バランスなど特徴に応じて、最適な寝具も異なります。どんな人にも柔軟に対応した睡眠をご提供するには、抜本的にマットレスの仕組みを変え、これまで以上に多様化する人々の「一生」に寄り添えるということを軸において開発する必要があると感じました。

本イベントでは、ご参加者の皆さまごとに異なる骨格タイプや体型に合わせて、パーソナライズ化されたSOERUを体験いただき、皆さまの毎日がより快適に、充実していくことを目指しました。

骨格タイプ診断・自分に合ったライフスタイルの探し方体験型セミナー

骨格診断士の小川 里奈さんは、「骨格診断は、それぞれ生まれ持ったスタイルの特徴を知って、“より相性の良いファッションの素材や形”を研究することができるので、毎日がさらに充実する」と説明しました。骨格や筋肉のつき方、肌の質感など体型の特徴から「似合う」「似合わない」を導き出せることを紹介し、「骨格診断は元々流行っているが、ヘアメイクやファッションだけではなく、実はもっと基本的な日常生活においても重要な役割を持つ可能性もあると思う。」と発言しました。その場で簡易的に、参加者向けの骨格のセルフチェックを実施し、骨格別に着衣すると望ましい形の服装なども解説しました。

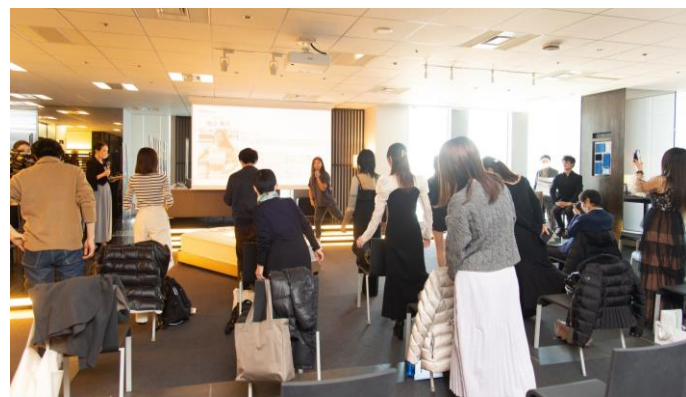
また、参加者からの「一度診断された骨格は、年齢が上がってもかわらないのか？」という質問に対しては、「基本的に、生まれ持った骨格は変わらないので診断内容も変わらない。セルフ診断ではつい主観が入るため、必ずプロに見てもらおうべき。」だと答えました。その他、「10キロ太ったとしても骨格はかわらないのか？」という質問に対しては、「変わらない。見た目は変化しても、“体を作り上げる骨格”は変わるものではない。骨格診断を取り入れると、“太りやすい傾向”にある体の部位が分かるので、そこを意識したトレーニングを予め実践し、予防することもできる可能性はあると思う。」と返答しました。



骨格タイプ別の筋トレ体験、睡眠と食事方法セミナー

フィットネストレーナー田上 舞子さんは、セルフチェックした骨格タイプにあわせて筋トレを実施しました。「骨格タイプがストレートの方は、〇〇がおすすめ。」等の説明とともに、実際に参加者の皆さまと筋トレを行い、正しいフォームを指導しました。会場は筋トレ体験で盛り上がり、自身の骨格タイプと照らし合わせながら最適な筋トレを研究したい意欲が見られました。

その他、お正月太りに効果的だとされる食事方法や自らが取り入れている筋トレ、睡眠方法、SOERUの使用体験などを語っていただきました。「食事と睡眠の質」は密接に絡み、「良質な食事＝良質な睡眠」につながる」と発言しました。



骨格タイプで異なる寝姿勢、美容と睡眠の密接な関わり

錦之堂SOERUブランドマネージャー田上 晃庸は、骨格タイプと睡眠との関わりを説明し、「錦之堂は、骨格にこだわったベッド・マットレスを作っている。骨格に合わせて、自分だけのマットレスとしてSOERUをおすすめしたい。」と述べました。また、美容と睡眠には密接な関わりがあるとして、「美肌作りには睡眠も見逃せない要素だとされており、入眠中に分泌される“成長ホルモン”によって、肌のターンオーバーが促される。そういった観点から、美容やスタイルアップには良質な睡眠が必要だという視点を忘れないほしい。」と語りました。

さらに、新たに立ち上がった診断コンテンツについて、「身長や体重が同じの場合でも、骨格タイプによって“重心位置”が異なる。当社では、SOERUのWEBサイト上にて、身長・性別・骨格タイプを入力すると、オススのPAD位置を導き出せる診断コンテンツを作成した。このコンテンツを活用して、一人ひとりの体に合った寝具を提供していきたい。」と紹介しました。



田上 舞子さんが骨格診断を体験

会場では、実際に小川 里奈さんが田上 舞子さんの骨格タイプを診断しました。診断後に田上さんは、「結果はウェーブタイプだったが、自分がなんとなく想像していた骨格タイプとは異なった。今までは、なんとなくの感覚で似合う・似合わないを決めて服の形や質感を選んでいたが、今後は診断結果を参考にしながら選んでいきたいと思う。」と語りました。



骨格タイプに合わせた寝具については、「私の骨格タイプ（ウェーブ型）にオススのPAD位置を確かめて、より良質な睡眠方法を探り、より多くの皆さまの健康維持に向けて取り組んでいきたい」と、今後のライフスタイルイメージを述べていました。

一錦之堂インターナショナル 田上 晃庸

人間にとって睡眠は必要不可欠なものであると認知されていますが、実は体のコンディションや美容の面においても深く関わりがあるということは深い理解に至っていないと思っています。

健康面も美容面も、どちらもサポートができるマットレス「SOERU」です。仰向けや横向きなど、どのような場合でも寝姿勢をコントロールできるように設計されています。

ご自身の体格に応じた位置にパッドを配置いただくことで、より寝返りをスムーズに促しながら、常に良質な睡眠を実現します。

今回ご参加いただいた皆さまには、パットの有無によって「寝返りがこんなにも楽になるのか!」「自分の体形を理解した上で組まれるマットレス構造のため、今までに体験したことのない寝心地の良さです」などご好評の声をたくさんいただきました。今後も皆さまの睡眠を支えていきたいと考えています。

--

一フィットネストレーナー 田上 舞子さん

長年フィットネストレーナーを行っているものの、今回のような「骨格タイプ」を絡めたトレーニング方法を考案したのは初めての試みでした。人それぞれに骨の形や筋肉量のバランスなどは異なります。

大切なのは、型にはめたトレーニングを取り入れることではなく、自分に合ったトレーニングによって健康状態を維持していくことだと考えているので、今回のような一人ひとりの骨格タイプを診断してから、その情報に紐づいてライフスタイルを整えていくという考え方はとても良いのではないかと感じました。

良質な睡眠や食事方法についてもお伝えできたので、今後は実生活で取り入れていただけたらと思います。

--

一骨格診断士 小川 里奈さん

骨格診断は生まれもった体の特徴や筋肉の付き方脂肪の付き方からスタイルアップする服の着こなし、素材や形が分かる診断です。得意な服苦手な服が分かるため買い物時の失敗が減ったり、ご自身の魅力を最大限に引き出すことができたりと、人生をさらに豊かなものへアップデートできるものです。

骨格診断で分析した自身の特徴から、マットレスを使い分けてライフスタイルにも活かすという考え方はとても面白い発想だと思いました。今後も骨格診断を絡めた多様なライフスタイルのアップデート方法をご提案していけたらと思います。



小川 里奈さんによる骨格診断とSOERUマットレスの体験

参加者の皆さまには、小川 里奈さんの骨格診断を受け、結果を踏まえてSOERUの診断コンテンツでオススのPAD位置を分析し、実際にPAD位置を組み替えたSOERUをお試しいただきました。その他、PADを置かないタイプのマットレスにも寝そべてもらい、PADの有無で異なる寝心地についても体感しました。

体験会の中では、「新感覚のマットレスでおもしろいと思った。」「これから社会人になるタイミングで、睡眠の質向上が重要だと感じていたのでとても興味深かった。」「タメになるセミナーだった、また参加したい。」「寝返りがうちやすい」などの声をいただきました。



腕の特徴を診断



手の特徴を診断



鎖骨やウエストの特徴を診断



自分にオススのPAD位置を確認



骨格タイプ別のオスス筋トレ方法を体験



セミナーを受講



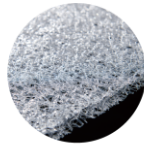
展示品 (SOERU)

・BIO-250-A(システムマットレス)：サポートレイヤーA：カルファイバー素材

宙に浮くような解放感をのぞむ方にオススメです。

バランスよく体を支える体圧分散と、寝返りのしやすさを実現しました。

Size : シングル/セミダブル/ダブル



サポートレイヤーA
(カルファイバー素材)



一人ひとりの特徴をとらえて、ヘッド・ボディ・ふっとの位置にPADを置きます。骨格や体系、お好みに応じたカスタマイズ方式のマットレスは、快適な眠りをご提供します。



◆会社概要

社名 : 株式会社錦之堂インターナショナル
所在地 : 岐阜県大垣市栗屋町3-1
代表 : 渡部 隆雄
法人設立 : 1994年5月12日
事業内容 : 家具製造業、建材・家具等輸入卸売業
Webサイト : <https://soeru-system.com/>

KINSHIDO

【本件に関するお問い合わせ】

錦之堂インターナショナルPR事務局 (株)アンティル内 担当: 木村・阿部・藤井・水原
TEL : 06-6225-7781 FAX : 06-6225-7782 MAIL : kinshido_international_pr@vectorinc.co.jp