

おもちゃ屋さんの発想で楽しみながら健康になる

カラダトレーナー

ヘッドフォンのようなカタチを見て想像できるように、音声ガイドと音楽が流れるアイテムの

「ジョギング」「エアロビクス」の

使い方は簡単。「ウォーキング」

価格も比較的リーズナブルな、医学的背景とおもちゃ屋の発想で開発された「カラダトレーナー」。これなら、楽しく効率良く運動できるかも？

今回見つけたアイテムは、簡単に効果的な有酸素運動が期待できるという「カラダトレーナー」。数多くのおもちゃを開発している株式会社セガトイズが有酸素運動や運動プログラムを研究している東京農工大学客員教授である伊丹博士と共に同氏の有酸素運動を効果的に行う為のカルボネン法を使った運動手法について3年間かけて開発した技術をもとに、より運動が楽しくできるようアレンジし、共同開発をしたという事も興味深い。

「メディカルエンターテインメント」と弊社の方では言っておりますが、楽しみながら健康になるという、健康に対するお客様のニーズに対し、おもちゃ屋さんしか発想できない楽しく運動できる商品だと思います。」と語るのは、ご対応頂いた広報担当の坂上さん。

運動強度の目安となる目標心拍数は、「目標心拍数Ⅱ（最大心拍数－安静時心拍数）×運動強度（％）＋安静時心拍数」という計算式（一般のカルボネン法による計算式定義抜粋）により求められ、「カラダトレーナー」では、使う人の年齢と安静時脈拍数をもとに目標脈拍数を算出し、運動中に計測する脈拍数が目標心拍脈拍数と一致するよう、「リズムに合わせてもう少し強く運動してください」など、運動の強度をリズム

音のテンポと音声ガイドによりナビゲートしてくれるのだ。年齢と個々人で違う脈拍数をベースとしてリアルタイムに有酸素運動を音声ガイドしてくれるなんて、非常に信頼感がある。一方、利用者の中には「エアロビクス」モードに設定して、日常生活で応用した使い方をしている人もいるそう。特に利用されている方で面白いなと思ったのは、部屋で「カラダトレーナー」を付けながら掃除をして、「もっと速く」とガイドされたりと日常生活でのダイエツト目的で使ってらっしゃる方もいるようです。」と坂上さん。



カラダトレーナー 5,775円（税込み）

株式会社セガトイズ
お問い合わせ：0570-057-080
〒111-0052 東京都台東区柳橋 1-4-4 ツイントラスビル
<http://www.segatoys.co.jp/>