

先月号でお話ししたように、日本が世界に誇る最先端の機能再生拡張補助ロボットHALを生産する産学連帯ベンチャーCYBERDYNE(サイバーダイネ)本社に行ってみました。つくばエクスプレス「研究学園」駅前にある立派な本社ビル、でも全体的にはかなりガランとした感じ。人の気配をあまり感じません。周りは道幅が大変広く、アメリカの中西部みたい。でもCYBERDYNE社上場の際に大きな投資を行った大和ハウスがこの地域を開発していて、素晴らしいショッピングモールがあり、週末は大変な人出です。

取締役の方とのアポイントでしたが、運良く山海先生(社長)も在社していらつしやう、ご挨拶することができました。またかなり以前新潮社より出版した拙著『男』再生プログラムをネットでご購入くださったって感激! こういう相手を喜ばすセンスをお持ちの学者でいらつしやるので、日本では大変珍しい教授&上場起業家を実現したのだと痛感した次第です。

場所をHALのトレーニングセンターに移し、新年に発表されたHALの脳から筋肉に送られる電位信号を読み取る機能を、上級アスリートのさらなる能力開発に応用するというプログラムの説明を受けました。

体が最も有効に使われるのは筋肉の集中と脱力にメリハリが付いている時です。電位信号が可視化され、波形で見るとそれが本当に

最先端機能再生拡張補助ロボット「HAL」を製造するCYBERDYNE社訪問

文 朝倉匠子

text by Shoko Asakura

よくわかります。

運動能力の低い人は運動中に常に不必要な力が筋肉にかかっている、きれいな波形が描けません。アスリートは既にかなりきれいな波形ですが、HALを着装し、機能再生拡張補助を加えると、最高に有効な脱力のタイミングの感覚を養っていくことができるのです。昨今の筋肉至上主義とは逆の発想のトレーニングです。力は「抜く」「入れる」の両方の能力によって幅が生まれ、最も効率よく、最も俊敏に大きな力が出せます。力が入りっぱなしの体ではダメなのです。

かつて野球の清原選手が筋肉モリモリになるにつれ、記録が落ちたのを思い出しました。またイチロー選手は最後に力を抜く特殊なトレーニングを取り入れていると聞いたことも。筋肉のメリハリを実際に可視化出来、理想の波形を描く体の使い方。体を追い込んでシックスパックにすることだけでは、体はうまく使えない。

大変面白く、勉強になった会社訪問でした。



サイバーダイネ会議室で山海社長と

Profile

青山学院大学文学部英米文学科卒業

学生時代よりモデルとして活躍、その後テレビ司会、経済インタビューなどメディアで活躍し、渡米。カリフォルニア大学で「NPOマネジメント」及び「ジェロントロジー(加齢学)」を学び、帰国後「エイジングスペシャリスト」として活動を再開。アメリカでの学問を基に健康で幸せに年齢を積み重ねていく「アクティブエイジング」を提唱している。2002年スイスのオメガ社より社会に貢献する女性として緒方貞子氏、黒柳徹子氏、吉永小百合氏らと共に「オメガ賞」を受賞。現在NPO法人アンチエイジングネットワーク理事、母校青山学院大学ジェロントロジー研究所研究員、ウォーカルグループ「The Fujiyama Sisters」リーダーと多岐の分野で活躍中。

