

# 「骨格矯正ボード」開発、本格販

## 実用新案、意匠登録取得

### 山ノ内町のハンドエス

左右最大10度に傾く横44×縦28センチの木製ボードに両足を乗せて、左右交互に体重移動が基本動作。理論としては、左右の足の上下運動に連動し骨盤のズレを徐々に改善、さらにこの動きにより背骨も左右に揺れ動くことで筋肉を刺激、短時間で骨盤矯正と脊椎矯正が期待できるそうだ。

注意点は膝を伸ばしたまま、状態は真っ直ぐ、骨盤を前後に動かさないようにすることで、1回5分前後、午前、午後、就寝前の1日3回を推奨。個人差はあるが、これにより1カ月で骨盤の動きが左右均等になり、骨格のゆがみ改善効果が得られるという。

の意見を反映して改善、現在の形となった。「傾動角」は、11度だと骨盤の可動域が大き過ぎ、9度では足りないなど微調整を重ね、最善の10度に落ち着いた。

骨格矯正ボードの背面は、中央前後に高さ10センチほどの支柱を1つずつ配置し、両サイドに木製ストッパーというシンプルな構造。このため、デザインや形状などにあたる意匠登録の申請も実現には至らないだろうと平は諦めての出願だったが、出願から10カ月後の4月に認定を受けた。材質はヒバだが、今後はアカマツへの変更を予定する。

「このゆがみを起点として、全身に不調が連鎖するとされる骨盤。『瘦せる』

開発は、3年前にスキーで転倒、自身のケガがきっかけとなった。大学で体育学を学び、「歩行改善士」などの資格も有している山本さんは、その転倒で腰を痛めて整形外科に通院、同時に骨盤が下がっていることに気づき、「骨盤が左右均等になれば治るのでは」と、考案。知り合いの大工さんにサンプルを作ってもらうなど、顧客や知人らにもその効果を知ってもらおうとテスト販売を重ね、使用者

「痛みが取れる」と女性を中心に骨盤運動は人気だが、動きが面倒だったりすることが長続きしない理由とか。「その点、この骨格矯正ボードならとても簡単で、長続きします」と山本代表(52)。効果としては、腰痛や肩こり、猫背の改善、腸腰筋、大腰筋、前脛骨筋の強化、身体バランス感覚の向上なども。前後稼働に向きを変えて使ったり、スキーなどの脚力アップトレ

山ノ内町湯ノ原のスキープーツチューンナップ、オーダーインソール販売のハンドエス(山本浩三代表)は、骨盤と背骨の矯正、骨盤運動、腹部インナーマッスル強化などに効果を発揮する健康器具の「骨格矯正ボード」を開発、11月から本格販売を始める。同ボードは実用新案、意匠登録を取得している。