

Press Release

2020年2月7日

報道関係各位

株式会社オークローンマーケティング

スイスイ左右にスライドする新感覚エクササイズ！おうちで気軽に“ながらカロリー消費”

有酸素運動マシン「スライドシェイプ」発売

ショップジャパンを展開する株式会社オークローンマーケティング（本社：名古屋市東区、代表取締役会長兼社長：ロバート・W・ローチ）は、スイスイ左右にスライドするだけで、ウォーキングよりも効率的にカロリー消費ができる有酸素運動マシン「スライドシェイプ」を2月7日（金）より発売いたします。



「スライドシェイプ」商品ページ：<https://www.shopjapan.co.jp/products/SLS0-00000/>

ウォーキングやランニングをはじめとする有酸素運動は、普段の生活に取り入れやすい運動ではあるものの、天候に左右され諦めざるを得ないこともしばしば。また室内でトレッドミルなどのマシンを使って行うにも、ジムに通うお金や置くスペースが必要だったり、継続するには何かとハードルが高い運動です。全国の男女1,000名を対象に実施した『有酸素運動に関する意識調査』では、約3人に1人が有酸素運動を始めてはみるものの継続できていないことが明らかになっています。^{*}雨が降ってもいても、ジムに行かなくても、自宅で気軽に有酸素運動ができるアイテムをお届けしたい、という想いから生まれたのが「スライドシェイプ」です。

「スライドシェイプ」があれば、忙しくてまとまった時間を確保できない方や体力に自信がない方でも、毎日有酸素運動を行っていただくことができます。“有酸素運動”というと、30分など、まとまった時間連続的に行う運動、というイメージが強いですが、連続的に行うよりも休憩を挟みながらの間欠的な有酸素運動の方が運動後もカロリー消費が続く（アフターバーン効果）という研究結果もあります。例えば1セット3分を複数回など、生活スタイルや体力に合わせて、無理なく繰り返し運動していただくことをおすすめしています。

^{*}2020年1月『有酸素運動に関する意識調査』（N=1,000）：「有酸素運動（ウォーキング、ランニング、ヨガ、水泳、バイクなど）の実施状況または、中止した場合の続かない理由を選んでください。（MA）」のうち「現在も継続的に実施している」「やったことがない」を除いた結果（N=327）

【商品特長】

① スイスイ左右にスライドするだけで、ウォーキングよりも効率的にカロリー消費！

「スライドシェイプ」によるスライド運動は、前ももの筋肉をウォーキングの約 2 倍^{※1} 刺激。また、スライド運動の繰り返し時に体重移動に耐えようと力が働くため、ウォーキングよりも大腿筋膜張筋や中臀筋など外ももの筋肉を刺激します。有酸素運動は、筋肉に負荷をかけながら継続して行う運動。「スライドシェイプ」を使えば、有酸素運動の代表格であるウォーキング以上の負荷を筋肉にかけながら運動を継続することができるため、より効率的な有酸素運動が可能に。ウォーキングに比べカロリー消費量が約 19%高い^{※2} ことも証明されています。

※1 被験者 6 名によるスライドシェイプとトレッドミルの運動時における大腿直筋活動量の平均値を比較

※2 各人のウォーキングピッチに合わせてウォーキング運動及びスライドシェイプでのスライド運動を各 3 分間行い、酸素摂取量を計測し、消費カロリーに換算した被験者 6 名の平均値

② 傾斜設計だからバランス運動も可能。お腹の引き締めにも効果的！

「スライドシェイプ」には、左右に約 10 度の傾斜があります。不安定なボードの上で行うバランスを取りながらのスライド運動は、体幹も刺激するため気になるお腹まわりにもアプローチ。その結果、1 か月間「スライドシェイプ」でのエクササイズと食事管理を行った方のウエストは最大 15cm 減！[※]

※体験者 6 名の結果：平均 ウエスト 10cm 減 ※ウエスト：へそ上 3cm の腹囲

※効果には個人差があります ※スライドシェイプの運動（1 日平均約 89 分使用）と適切な食事管理を行った結果

③ 全 21 種類の多彩なエクササイズ

付属のエクササイズバンドを使えば、1 台で全 21 種類のエクササイズを行うことが可能。腕、お腹、お尻、脚など、気になる部位を重点的に鍛えることができます。不安定なボードを活用したエクササイズは、平らな場所で同様のエクササイズを行うよりも筋肉が刺激されます。「スライドシェイプ」があれば、有酸素運動、バランス運動、そして筋カトレーニングの 3 つを 1 台で行うことができます。



④ 大きさはまくら 1 個分、有酸素運動マシンなのにコンパクト！

「スライドシェイプ」は高さ約 17cm、必要なスペースはまくら 1 個分と、従来の有酸素運動マシンよりもコンパクトな設計。ご自宅に置いていただいても邪魔になりにくく、収納もしやすいサイズです。テレビを見ながら、音楽を聴きながら、気軽にお使いいただけます。



【商品概要】



商品名	スライドシェイプ
セット内容	本体×1、エクササイズバンド×2、取扱説明書×1、エクササイズガイド×1
販売価格	オープン価格
サイズ (約)	幅：636mm、奥行：282mm、高さ：170mm
重量 (約)	5.0kg
耐荷重	120kg
材質	ABS樹脂、スチール他
生産国	中国

ショップジャパンは、これからも世界中から選りすぐりのアイデアを発掘し、日本らしさを加えてお届けすることで、お客様の日常により多くの幸せな時間をご提供するとともに、お客様の気持ちに寄り添うブランドであり続けます。

【お客様お問合わせ先】

ショップジャパン受付センター：0120-549-096

【この件に関するお問合わせ先】

株式会社オークローンマーケティング 広報担当

東京都港区虎ノ門1丁目23番1号 虎ノ門ヒルズ森タワー21階

TEL：(03) 6746-0324 FAX：(03) 3501-5324 EMAIL：pr@shopjapan.co.jp