

# 「あしふみ」開発ストーリー

足をそっと乗せておくだけで、振り子のように自然に動く「あしふみ健幸ライフ」。あたたかみのある半月型の木がゆらゆらと揺れる「あしふみ」は、一見とても単純な構造のように見えますが、その開発には構想28年、製作2年という長い年月がかかりました。

「皆様の健康で幸せな暮らしをお手伝いしたい」という願いから、ようやくたどり着いたこのカタチ。運動の常識を変えた、究極にラクな健康器具「あしふみ」の開発ストーリーをお届けします。

## 「座り過ぎ」が原因。多くのお悩みが教えてくれたこと



人は体の不調がどこからきているのか、自分では明確にわからないもの。ですが、それを放置してしまうことで、不調が繰り返され、やがては慢性的な体調不良に見舞われることがあります。

私たちは、福岡で創業し28年。これまで多くの健康関連の事業を通して約7万人という方々の「体の悩み」に向き合い、その「根本原因とは何か」そして「体調不良を抱える方の力になれることはないか」をずっと探りつづけてきました。

そのなかのひとつが、国家資格を持つ鍼灸マッサージ師を病院や介護施設などに派遣する事業。

ここでは、鍼灸マッサージ師が足のむくみや腰痛などに悩む多くの患者さんの足をもんだり温めたりと、さまざまな手を尽くしました。ですが、すぐに元の状態に戻ってしまうという痛々しいシーンを目の当たりにする日々…。

「何とか、つらい症状を抱える患者さんたちの力になりたい」  
そんな想いが湧き上がるなか、多くの体調不良を抱える患者さんと接することで、ある共通点が見えてきたのです。

**それは、「座り過ぎ=長時間の座り姿勢」が体調不良の原因になっているということ。**

体調不良の根本原因として、私たちが行きついた答えは意外なほどに単純なことでした。長時間座りっぱなしで過ごしていると、筋肉が固まってしまい血流低下を招きます。それが体の機能、免疫力などを低下させ「さまざまな体調不良の原因」になっているとわかったのです。

多くの患者さんのお悩みが教えてくれた、「座り過ぎ」によるリスク。  
私たちは、その対策となる「体を動かすこと」に着目しました。  
歩くなど、体を動かすと血流が上がり筋肉がほぐれ柔らかくなる。その自然な動きにともなう流れを、いかに「無理なくつづけるか」が課題であると気づいたのです。

## 無理なく「体を動かす」ことをつづけるには？



私たちは、日々さまざまな動きをしながら生活しています。ですが、デスクワーク中心のビジネスマンや、1日中部屋で過ごすことの多い高齢者の方などは特に、知らず知らずのうちに「長時間座りっぱなし」になっています。

そのことが、腰痛や足のむくみ、冷え性や気分の落ち込み、生活習慣病など、さまざまな体調不良を引き起こすということに気づいてから、私たちは「**いかにラクに運動をつづけられるか**」を模索してきました。

誰もが運動することは、健康維持にとって大切だとわかっていても、実際は「面倒くさい」「時間がない」「運動を始める第一歩が踏み出せない」といった理由で「運動がつづかない」という大きなハードルがあります。

それを払拭するためには、日常生活に無理なく取り入れられて、なおかつ天気などに左右されない「**自宅で座ったまま『ラク』に運動できること**」が重要だと考えました。

**そこで注目したのが、一般的には行儀が悪いとされる「貧乏ゆすり」です。**

一説では、「貧乏ゆすり」は座ったままできる体温と血流を上げる健康運動であり、座りっぱなし対策のひとつになると言われています。これは、医療関係者や大学教授から多くのエビデンスが発表されている事実。**貧乏ゆすりは、実は「健康ゆすり」だと言えるのです。**

このような着想から約2年間、さまざまな課題をクリアするために試行錯誤を繰り返し、さらにあらゆる無駄をそぎ落とした結果、極めて自然でシンプルな健康器具が完成しました。

それが、100年使える、暮らしに寄り添う健康器具「**あしふみ健幸ライフ**」。  
私たちが求め続けた、**頑張らずに運動をつづけられ、全身の「めぐり」を上げ健康をサポートする「あしふみ」誕生の瞬間でした。**

## 【見出し】 たどり着いた「究極にラク」な運動器具



「あしふみ」の特徴は、電気やモーターを使用していない単純な構造でありながら、座った姿勢の貧乏ゆすり運動（ジグリング運動）を促すこと。足を乗せてゆらゆらと動かすだけで股関節をほぐし、血行を促進するなどの効果が期待できます。



ふだん座っている椅子やソファなどの足元に置いておくだけで、自然にウォーキングに近い動きができる画期的な健康器具。

**足を乗せると足が勝手に動き出し、歩行と似た動作が数百回から数千回でも簡単にできる、そんな究極に「ラク」な運動器具についにたどり着いたのです。**



素材は、その香りや手ざわりからリラックス効果が期待できると言われている天然の「小国杉」。そのなかでも割れや反りのない上質な樹齢約100年ものの無垢材を使用し、温泉の地熱乾燥でしっかりと乾燥させることで強度を高めています。



なめらかな踏み心地と、やさしい木の風合いは、匠の技によるもの。約2ヶ月をかけ、ひとつひとつ職人が丁寧に製作しているのが上質感のある佇まいの秘密です。



当初は、「こんなに単純な構造のものが、なぜこんなに高いのか」と、半信半疑な方もおられました。ですが、丁寧に開発ストーリーをお伝えし、素材やつくりのよさで「100年は使える」一生ものの健康器具であることを知っていただくと、多くの皆様から受け入れられるように…。

そのなかでも、特に印象的なエピソードがあります。

それは、85歳のひとりの女性の変化でした。

この高齢女性は、ふだん車いすでしか動けず、歩くことを諦めておられました。

ですが、「あしふみ」を使うことによって久しぶりに「自力で足を動かす」ことができたのです。私たちの想いが通じたと思える、鳥肌が立つような感動的な瞬間でした。

現在では、高齢の方や運動が苦手な方、健康意識の高い方など国内はもちろん、アメリカ、アジア、ヨーロッパなどの海外含めて、約2万人の方々にご愛用いただいている逸品になっています。

この極めてシンプルな健康器具は、**数万人の「お客様の悩みごと」から生まれた「想いの結晶」**。世界中で、次世代の新たな健康習慣になると私たちは信じています。

## 「あしふみ」で健康で幸せな日々をお手伝い



健康ライフのコンセプトである、「健康で幸せな日々をサポートしたい」という想い。その結晶として生まれたのが、この「あしふみ健康ライフ」です。

これからも、多くの方々の暮らしに「あしふみ」が寄り添い、皆様の日々が生き生きと輝くことを願っています。

「一生もの」の健康器具と健康習慣をあなたに。  
皆様の日々に、健康と多くの幸せが訪れますように。