

コンディショニングルームとは・・・

弊社製造のコンディショニングルームは、従来の酸素カプセル等の「加圧」して高酸素環境をつくるタイプとは異なり、「減圧」して周期的低酸素環境空間をつくりだします。

低酸素環境といえば、高地トレーニングが一般的だと思います。高度2000m以上の厳しい環境に身を置くことで、身体に強い負荷を与えます。

高度を2000m、3000m、4000mと上げるにつれ、より低酸素環境になり、より高い効果を得ることが出来ると考えられています。

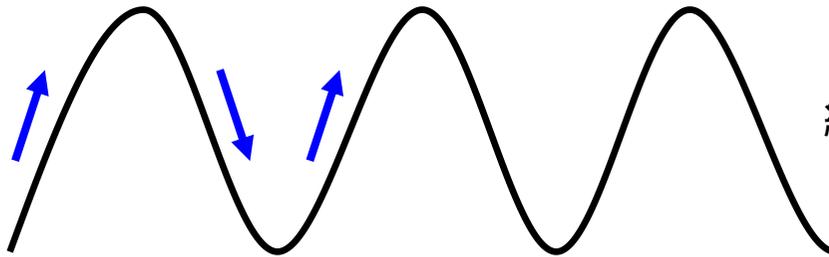
しかし、高度をあげるにつれ高山病などのリスクが高まるなど、身体への負荷が高くなり、一握りの方しか体験できません。

コンディショニングルームでは、高度を1000mに設定しており、身体に過度な負担をかけることなく低酸素環境空間をつくり出します。また、ただ高度を一定に保つのではなく、1000mから50mまでの気圧変動を1時間に約12回繰り返し行なうことで、絶えず身体に刺激を与え、身体の防御反応に働きかけます。

『CONDITIONING ROOM』とは

ルーム内の空気を出し入れし、気圧変動を繰り返します。

気圧を戻す



繰り返す

気圧を下げる (0.9気圧)



気圧を下げた状態 高度約1,000mと同じ

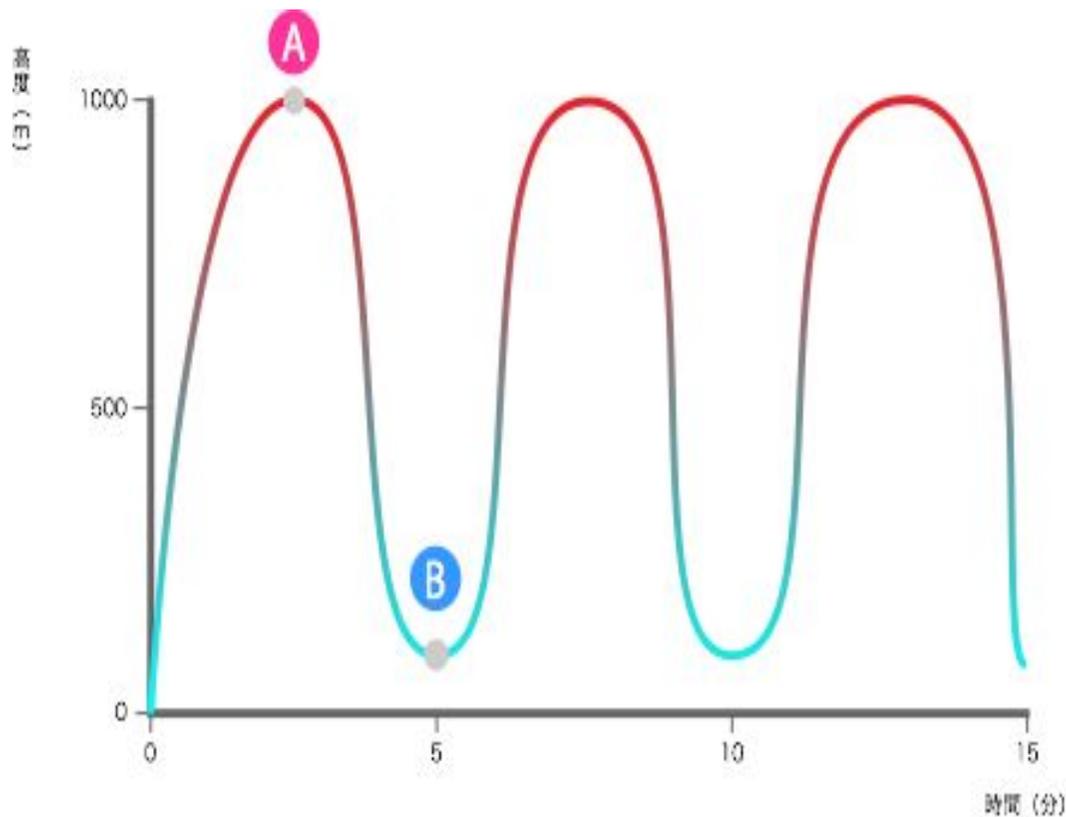


※飛行機内の気圧は約2,000mに設定
必要以上の負担を体にかけることはありません

低酸素環境は、競技スポーツ選手の競技力向上に効果がある事が証明されています。
(高地トレーニング)



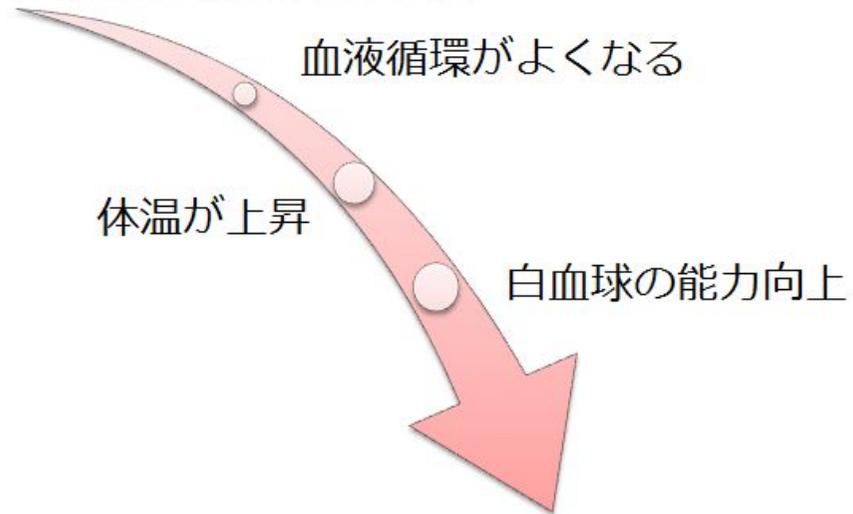
株式会社アイケーシー/因島機械株式会社



- A**
- ① 気圧を下げる
 - ② 酸素濃度が薄くなる
 - ③ できるだけ多くの酸素を取り込もうと身体が働く
- B**
- ① 気圧を戻す
 - ② 酸素濃度が濃くなる
 - ③ 酸素に飢えた細胞がより多くの酸素を取り込む

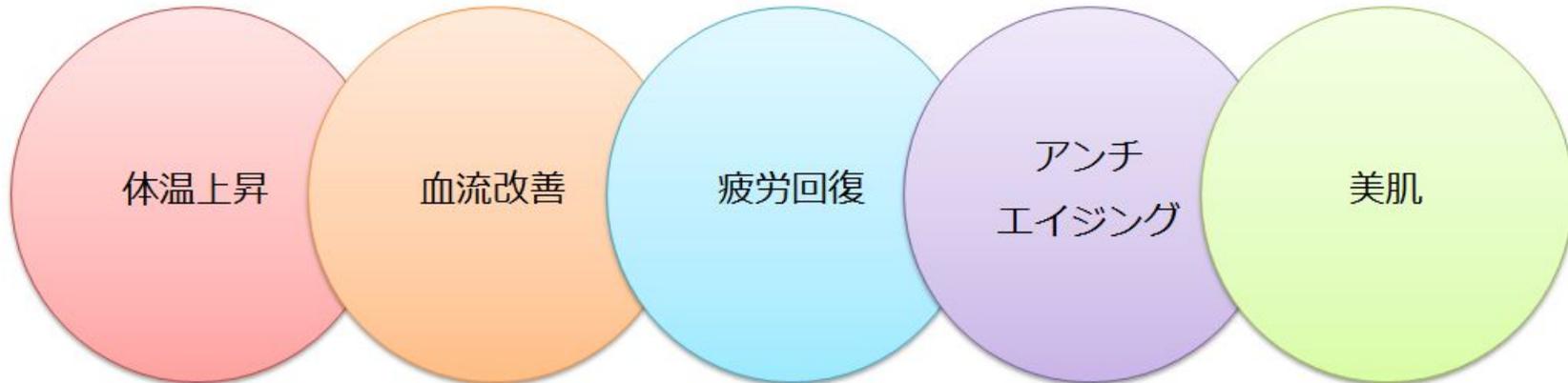
気圧の変化を繰り返すことで、身体の防御反応を刺激。
「気圧順応」のスイッチが入ることで、身体がより多くの酸素を取り込み、
体内環境を整えます。

体がより多くの酸素を取り込む



免疫力向上

期待される主な効果



広島工業大学と共同研究



高本 登

生命学部 生体医工学科 教授

研究内容

CONDITIONIG ROOM滞在が生理応答に及ぼす影響

今後のスケジュール

日本体育学会（8月）発表

日本体力医学会大会（9月）発表

プロフィール

専門分野

運動生理学・健康科学・体力医学・体力測定評価

担当科目

健康運動科学実験・生涯スポーツ・建国とスポーツの化学など

所属学会・団体

日本体育学会

日本体力医学会

日本公衆衛生学会

日本健康科学学会

全日本大学野球連盟常任理事



株式会社アイケーシー/因島機械株式会社

広島工業大学でのテスト結果

周期的低酸素環境下滞在前後の生理応答の比較 (50分入室)

	滞在前	滞在後	p 値
心拍数 (bpm)	59.5 ± 5.7	56.1 ± 5.3	0.014
ln HF	6.65 ± 0.87	6.23 ± 0.88	0.023
収縮期血圧 (mmHg)	114.1 ± 9.1	108.8 ± 7.3	0.009
拡張期血圧 (mmHg)	67.4 ± 9.1	65.9 ± 8.3	0.294
baPWV (cm/sec)	1158 ± 77	1114 ± 77	0.045

(2014 日本体力医学会中国四国地方会)



- 心拍数・血圧が低下
- 血管の硬度が低下 (血管が柔らかくなる)

効果

効果① リラクゼーション

効果② 生活習慣病 予防改善させる可能性

効果③ 脂肪燃焼 (ダイエット)



酸素カプセルとの違い

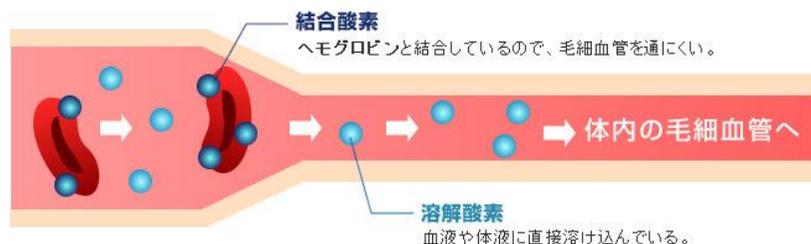
酸素カプセル=加圧

1.3気圧（水深3m）

血管に圧力をかけ多くの酸素を取り込む
（ヘンリーの法則）

溶解型酸素の増加（1.5倍）

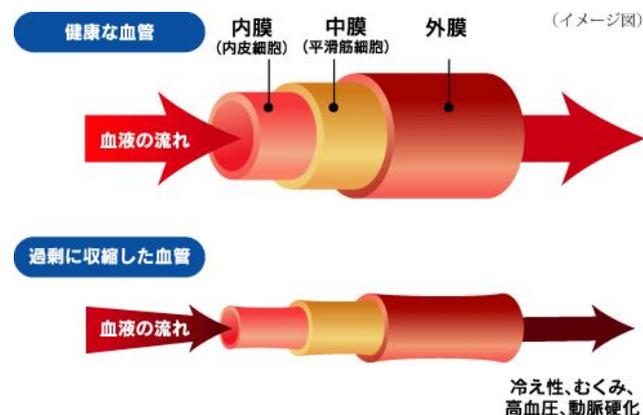
酸素含量（2.7%増）



コンディショニングルーム=気圧変動（減圧）

0.9気圧（高度1000m）

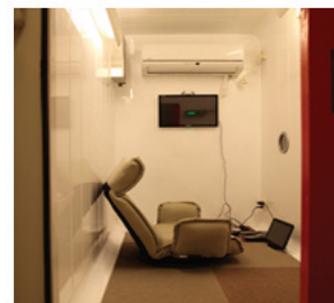
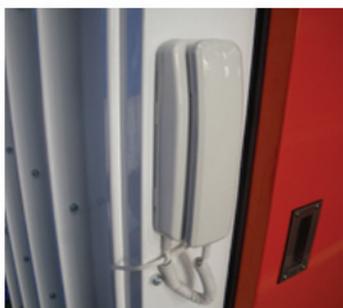
血管にかかる圧力を下げ血管を拡張
低酸素状態により体の防御反応が作用し
より多くの酸素を体内に取り込もうと細胞が反応する



安全対策

弊社製造のコンディショニングルームは、安全性を最優先に設計を行い、自社工場にて組立、製造、性能確認を行っております。

主な安全対策



- 室内にいる方は室外の方と常時インターフォンで会話できます。
- 停電時には、すぐにルーム内に空気が入る設計になっており、ドアが自動で開くようになっています。
- 室内、室外に手動コックがあり、コックを開くと空気が入り、ドアが開けられるようになります。
- 過減圧を防止する為、設定の高度を超えると空気が流入するようにプログラミングされています。
プログラミングと非常吸入弁との2つの安全装置を取り付けています。
- 高山病のリスクが無い、標高1000mに設定しています。(参考：飛行機の設定気圧は約2000mです)

導入実績

コンディショニングルームは、病院や鍼灸院、エステ、スポーツジム、温泉等の施設
個人住宅等に幅広く利用して戴いています。



広島を中心に活動する太鼓ユニット[我龍]のみなさんに、コンディショニングルームをご愛用戴いています。



竹内 孝志さん

舞台等で生活のサイクルが変化して、寝られなくなることがあるのですが、ルームに入ると、夜眠気が強くなり深い眠りにつけました。生活のサイクルをリセットできる感覚です。ルームの中では、ベトつくような汗をかいて老廃物が出るような感じがします。又、舞台等で疲労した筋肉の回復が早いという感じがします。舞台で消耗した時はよく入らせて戴いています。



香本 俊介さん

1000m 2回目あたりから体が熱くなるのを感じます。外に出ると、血流が良くなっていることをより実感します。体がだるい状況で利用すると、体が軽くなる感じがします。翌朝スッキリ起きることが出来ます。コンディショニングルームを利用する事で、日々の健康意識も変わってきています。



竹内 裕樹さん

気圧の変化で耳貫が必要ですが、それ以外は特に問題なく利用できます。室内でも普段と変わらず行動できるので、リラックスした状態で利用しています。練習や公演後の疲労回復、コンディショニング維持の為に普段了しています。