

人の身体を2タイプに分類 自分のタイプを知ってスポーツも勉強も上向きに トップアスリートも支持するコウノエ理論の講演会を実施

デサントジャパン株式会社は、アスリートコンサルタントの鴻江寿治氏が構築した、骨盤の開き方の左右差により人の身体を2タイプに分類する「鴻江理論」をもとに開発した『コウノエ』ブランドの商品・サービスを展開しています。

同氏は、骨盤の開き方の左右差に着目し、人の身体を“うで体（猫背）”と“あし体（反り腰）”に分類した「鴻江理論」により、そのタイプに応じた身体の動かし方やトレーニング方法、用具選びを提唱しています。それによりスポーツシーンでのパフォーマンスアップやけが予防、日常生活をより元気に過ごすための効果が期待できるというもので、上野由岐子選手（ソフトボール）、千賀滉大選手（野球）、今井達也選手（野球）など多くのトップアスリートに支持されています。

タイプごとに自分の身体の特徴を知り、日常の動作をその特徴に沿った動き方にすることで、仕事や家事、勉強などスポーツシーン以外でも成果をあげることが期待できるため、『コウノエ』ブランドでは理論やその活用方法の啓蒙にも注力をしています。

5月23日（金）には、福岡県八女市の八女学院高等学校にて「自分を知れば未来が変わる」と題した鴻江寿治氏による講演と指導を行い、生徒750名と教職員が参加しました。

講演会の前に身体のタイプを分類し、左側を向いた方が集中しやすい“うで体”は右に、右側を向いた方がよい“あし体”は左に座ってもらいました。勉強するときの環境や椅子の選び方、座る時の姿勢、教室の座席の座り位置、洋服やユニフォームはルーズフィット、タイトフィットのどちらが良いかなど、どれも日常的に行っている動作が身体のタイプを意識することで自分のパフォーマンス向上につながることを説明しました。受験や部活動での大会勝利を目指し日々努力している高校生に向け、最大限の力を発揮するためにも自分の身体を理解し、効率的に身体を使うことの大切さを伝えました。

また生徒たちに向けて鴻江理論を実践するトップアスリートからビデオメッセージも送られました。

◆上野由岐子選手（うで体）／ソフトボール ビックカメラ高崎ピークイーン

「今季25年目のシーズンを迎え、過去3度オリンピックも経験しています。選手寿命を長く保つことが出来ているのは鴻江理論を通じて自身の身体のタイプに合った身体の使い方を学べていることが大きな要因です。自分自身を知ること、スポーツはもちろん勉強でもよりパフォーマンスを発揮できるようになると信じています。鴻江理論で自分を知るというスタートラインに立ち、皆さんの今後の学校生活が実りのあるものになると嬉しいです。」

◆今井達也選手（あし体）／プロ野球 埼玉西武ライオンズ

「毎年1月は自主トレで皆さんのいる八女市からスタートしています。自分を知ることによって迷いなく、戦い方を見つけられます。試合に向けて一番心がけていることは“準備”です。迷いや不安がある方は鴻江理論で自分の身体のタイプを見つけてみてはいかがでしょうか。皆さんの夢がかなうことを期待しています。」



講演会の様子



身体の使い方“うで体”“あし体”に分類



体育の授業での指導

『コウノエ』ブランドは、今後も競技指導やケガ予防といったスポーツパフォーマンスシーンから、仕事や勉強など日常シーンまで、身体の使い方を意識することでパフォーマンスをあげられる可能性があることを伝えるため、一般ユーザー向けイベントや学校向け講習会、法人向け健康セミナーなどを積極的に企画していきます。

【講演会概要】

タイトル：「鴻江理論～自分を知れば未来が変わる～」

日時：5月23日(金) 10時25分～12時15分

場所：八女学院中学・高等学校体育館（福岡県八女市）

登壇：アスリートコンサルタント 鴻江寿治氏

対象：八女学院高等学校全生徒（約750名）

講演内容：

- ・勉強、スポーツ、日常での「鴻江理論」を活用した過ごし方
- ・上野由岐子選手や今井達也選手はどのように準備をして日々生活しているか
- ・生徒のうで体・あし体の身体タイプ判別 など

〈参考〉

鴻江理論／コウノエベルト ブランド公式ホームページ

<https://www.kounoe.com/>

コウノエベルトについて

<https://www.kounoe.com/product>

【アスリートコンサルタント 鴻江 寿治（このうえ ひさお）氏について】

鴻江スポーツアカデミー代表。1966年生まれ。福岡県出身。2006年の第1回、2009年の第2回ワールド・ベースボール・クラシックに帯同したのを始め、2008年の北京五輪では男女バレーボール、男子野球、女子ソフトボールのトレーナーを、2021年の東京五輪はで男子野球、女子ソフトボールの日本代表チームトレーナーを務めた。多くのトップアスリートを担当し、独自に構築した「鴻江理論」をもとに、一般向けにも「健康増進活動」を行っている。ファイナンシャルプランナーCFP国際ライセンスを持つ。著書に『あなたは、うで体？あし体？』『うで体ゴルフ・あし体ゴルフ』『野球タイプ別鴻江理論』。