

“座りすぎ大国”日本のワークスタイルを進化させる 座るの概念を変えるイノベティブなイス「ing(イング)」を11月7日に発売 新しい働き方改革を追求するために、まずは渋谷で実証事業を展開

コクヨ株式会社(本社:大阪市/社長執行役員:黒田 英邦 以下、コクヨ)は、“座るを解放する”というコンセプトから生まれたイノベティブなイス「ing(イング)」を11月7日(火)に発売します。「ing」によって、世界で最もイスに座る時間が長いと言われている日本人のワークスタイルにイノベーションを起こしていきます。それに伴い、未来のワークスタイルに関して積極的に取り組む渋谷で、新しい働き方改革を追求していきます。

日本人がイスに座る時間は、世界で最も長いと言われている

昨今、“座りすぎ大国”日本という言葉でニュースでも取り上げられているように、日本人成人の平日の総座位時間の中央値は1日7時間もあり、世界の主要20カ国との比較で“日本人の座位時間が最も長い”という調査結果※₁があります。“長時間の着座で健康リスクが高まる”という調査データ※₂も存在し、海外では既に深刻な社会問題になっています。

長時間着座の問題の本質は、ずっと同じ姿勢をとり続けることであり、それは座っていても立っていても大きな違いはありません。例えば長時間のフライトで座り続けたり、同じ場所に長く立ち続けることが辛いように、そもそも人の体は動くことを前提に設計されているのです。

そのため、座るという行為に真正面から向き合い、イノベーションを起こすことが肝要です。日本のワークスタイルに長年向き合ってきたコクヨだからこそ、解決すべき問題であると考えました。

イノベティブなイス「ing」は、体の動きを引き出し体と脳を活性化させる

コクヨは“座るを解放する”というコンセプトのもと、「ing」を開発しました。「ing」は、座っている状態でも体の動きを止めない、イノベティブなイスです。

その最大の機能は、体の微細な動きに合わせて360°自由に揺れる「グライディング・メカ」※₃。前傾や後傾、左右や斜めのひねりまで追従し、座面が自然にスイングします。

シリコンバレーにある様々なIT企業では「ウォーキング会議」が取り入れられていますが、「ing」は座りながら運動できることで、心地よいリズムが生まれ、実験では心身に良い影響があるという結果が出ています。例えば、「ing」に座って揺れながら4時間のデスクワークで約1.5kmのウォーキングに相当する運動となる効果があること※₄や、創造的で有用なアイデアの発想数が13%アップする※₅など、体や脳に良い影響があるという実験結果が出ています。

姿勢の安定化から、活性化へ。これからのイス選びは、きっと変わります。「ing」は、働き方改革の新たなステージにつながる可能性を秘めたプロダクトです。



「ing」を活用して、新しい働き方改革に取り組む

「ing」によって“働く”ことにイノベーションを起こし、日本の労働環境をより快適なものにしていきたい。その第一弾として、渋谷で開催される都市型サミット DIVE DIVERSITY SUMMIT SHIBUYAのサテライト会場であるコインスペースに実験的に導入します。さらに、渋谷ヒカリエ内にあるコワーキングスペース MOVを始め、株式会社JINSのコワーキングスペースに「ing」の導入が決定するなど、働き方を進化させるイスとしての期待が早くも高まっています。

「ing」は11月7日(火)より、コクヨのショールームで開催されるコクヨフェア(テーマ“止まらないオフィスへ”)で体験することができます。「ing」によってワークスタイルは進化し、日本のビジネスが大きく躍動していくことを確信しています。

■「ing (イング)」概要

○発売予定：2017年11月7日(火)

○メーカー希望小売価格(本体税抜価格)：

- ・ラテラルタイプ ブラックシェル T型肘・樹脂脚 ¥88,000～
- ・バーチカルタイプ ブラックシェル T型肘・樹脂脚 ¥88,000～
- ・ヘッドレスト付タイプ ブラックシェル T型肘・樹脂脚 ¥108,000～

○初年度販売目標：15億円

○「ing」商品サイト：kokuvo.jp/ing/

○特長：

1. “360° グライディング”が体の自然な動きを引き出し、体と脳を活性化

360°自由に動くグライディング・メカは、2層のメカの組み合わせによって、前傾や後傾、左右や斜めのひねりまで、人の体の微細な動きに合わせて追従します。(特許申請中)

バネを使用しない重力メカは、“バランスボールのように動き始めの負荷がない”ため、体を動かしやすくするとともに、動いた後には“ブランコのような揺り戻しがある”ため、安心して揺らすことができます。

座面がスイングすることで心地よいリズムが生まれ、“体と脳を活性化”します。

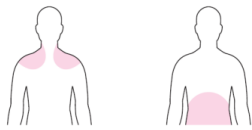


【「ing」を使用した実験結果】

<体が動く>

・筋肉が動くことをサポート

自然に「ing」に座っているだけで従来品に比べて8割の人の肩の筋肉、5割の人の腰の筋肉が活動していることが確認されました。



自筋電計による僧帽筋、脊柱起立筋の筋電位計測による(n=10)
*20代の男女の試験結果(慶應義塾大学 スポーツ医学研究センター 橋本健史准教授との共同研究による)

<頭が動く>

・リラックス／集中できる環境をサポート

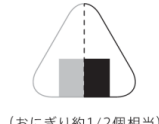
「ing」で60分揺れることで7割の人のα波、6割の人のβ波が増加。

α波は安静(リラックス)した状態、β波は能動的で活発な思考や集中に関連しているといわれています



揺れながら60分読書する間の最初の20分と最後の20分の脳波の比較による(n=20)

・座りながら運動できる／消費カロリーが増える「ing」で揺れながらデスクワークを4時間すると、ウォーキング約1.5kmに相当。消費カロリーに算出すると、おにぎり約1/2個相当(約85kcal)。



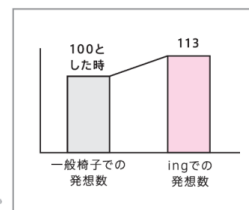
(おにぎり約1/2個相当)

揺れながらデスクワークをしている状態での消費カロリーを活動量計にて計測した平均(n=5)

*40代の男性5人の試験結果／30分の測定を4時間に換算

・アイデアが出る

創造的で有用なアイデアの発想数が13%アップ。



創造性テスト(AUT)における有用なアイデアの総数の比較による(n=50)(京都大学 大学院 教育学研究科 野村 理朗准教授からの技術指導を受けて実施)

【早稲田大学スポーツ科学学術院 教授 岡 浩一朗氏コメント】



世の中では盛んに、座りすぎがカラダに悪いと言われてはいますが、だから立って仕事をしようというのは解釈が少し違います。本当に悪いのは座っていることではなく、座りすぎでカラダを動かさないことであり、それは私の研究データでも、はっきりと証明されています。「ing」は座ったままカラダが動かせる点が、今までにない発想のオフィスチェアだと思いますし、座って仕事をしながら健康になれる可能性があります。

<プロフィール>1970年生まれ。早稲田大学大学院人間科学研究科博士後期課程修了。博士(人間科学)を取得。

専門分野:健康心理学、行動科学 著書:「長生きしたければ座りすぎをやめなさい」(2017.9)

2. グライディングがイスの3原則を調節なしで実現

①動くことで、自然なS字をつくる

体の土台となる骨盤の最適な角度を常に維持するため、正しい姿勢である背骨のS字形状を自然に保つことができます。(ランバーサポートの調節なしに実現)

②動くことで、体圧を分散する

常に体の動きに合わせて座面がスイングするため、体圧がバランスよく分散され、体への負担が軽減します。(動的に体圧を分散)

③動くことで、どんな体格にもフィットする

一人ひとりの体格や体重に合わせて自然にメカが追随するため、レバーなどで調整する必要がありません。(ロッキング強さ調節、座面奥行き調節が不要)

3. グライディングをより効果的にする様々な新機能

背骨を解放する
「ランバーレスデザイン」



よりフリーに体を動かせる
ラテラルタイプ



背もたれに体を預けて動かせる
パーチカルタイプ



体を安心して揺らせる
「グリップアーム」



座面奥行き調節不要の
「フロントフリーチルト」



安定した姿勢で作業ができる
「グライディングストッパー」

体圧分散を適正にする
「3Dポスターサポート」



■ 渋谷での実証事業 概要

- 新しい社会のスタンダードと向き合う都市型サミット DIVE DIVERSITY SUMMIT SHIBUYA
(URL:<http://ddss.tokyo/>) サテライトプログラム会場の1施設にて「ing」の実験的な設置を開始します。
- ・場所: 渋谷区観光協会内 コインスペース渋谷マークシティ店 (URL:<https://coinspace.jp/>)
 - ・設置開始日: 11月7日(火)

※1 Bauman AE et al. The descriptive epidemiology of sitting: A 20-country comparison using the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). Am J Prev Med, 2011; 41: 228-235.

※2 van der Ploeg HP et al. Sitting time and all-cause mortality risk in 222,497 Australian adults. ArchIntern Med, 2012; 172: 494-500.

※3 座面下にある2層のメカの組み合わせ (特許申請中)

※4 揺れながらデスクワークをしている状態での消費カロリーを活動量計にて計測した平均 (n=5) 40代の男性5人の試験結果/30分の測定を4時間に換算

※5 創造性テスト(AUT)における有用なアイデアの総数の比較による (n=50)。

京都大学 大学院 教育学研究科 野村 理朗准教授からの技術指導を受けて実施

＝本件に関するお客様からのお問い合わせ＝
ココヨお客様相談室: 0120-201-594