

報道関係者各位

2013年12月
株式会社ルネサンス

脳内シナプスの働きを活性化させ、認知機能を向上させるプログラム 新たに“アスリート”を対象とした「シナプソロジー」の効果検証を実施

株式会社ルネサンス(代表取締役社長執行役員:吉田 正昭、本社:東京都墨田区)は、当社が開発した脳活性化プログラム『シナプソロジー』を使って、新たにアスリート(日本社会人アメリカンフットボールチームの選手)を対象に効果検証を行いましたのでお知らせ致します。

その結果、一過性(1回での変化)の効果としては「協調性やチームワークを高める」「活力、快感情、覚醒度を高める」「全身の反応性、脳の注意機能を高める」、継続的効果(3ヵ月間プログラム実施の前後)では「脳の注意機能を高める」という結果がみられ、シナプソロジーの実践により、アスリートの心理的競技能力や心理状態、身体・脳機能に良い影響があるとの結論に達しました。

本結果を元に、アスリートを中心とした競技スポーツ界にも『シナプソロジー』を普及させ、今後ますます『シナプソロジー』の可能性を拡げてまいります。

尚、この『シナプソロジー』の効果検証は、筑波大学体育系・大学院 人間総合科学研究科の田中喜代次教授が代表取締役を務める株式会社 THF で実施致しました。

記

1. 効果検証について

①概要

シナプソロジーがアスリートの心身機能に与える一過性(1回実施した際の変化)、および継続性(3ヶ月間プログラムを実施したその前後の変化)運動効果について検証した。

②対象者

アメリカンフットボールの X リーグチーム「BULLS フットボールクラブ」に所属する22~41歳の男性アスリート23名(平均年齢29.2歳)

③結果

- 一過性効果
 - ・協調性やチームワークを高める
 - ・活力、快感情、覚醒度を高める
 - ・全身の反応性、脳の注意機能を高める
- 継続性効果
 - ・脳の注意機能を高める



ロゴの由来:脳の中でシナプスが伸びてつながっている様子を表しています。

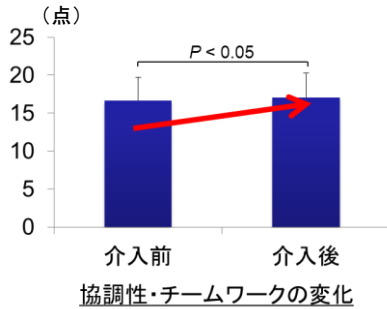


【主な効果検証データ】

※『P』…Probability(有意確率)
 介入前…シナプソロジー実施前
 介入後…シナプソロジー実施後

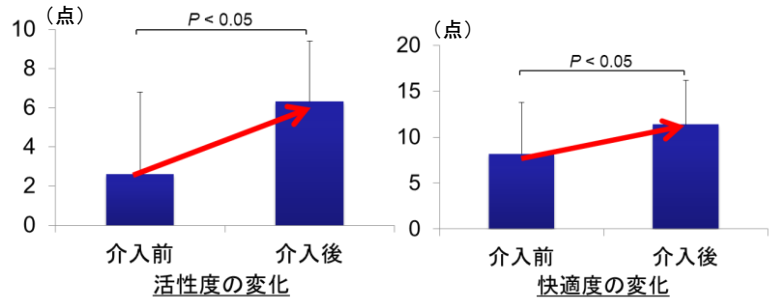
一過性効果 ①心理的競技能力の変化

心理的競技能力の変化では、ポジティブ感情の増大作用や 笑いを交えた交流から「協調性・チームワーク」が有意に向上した。



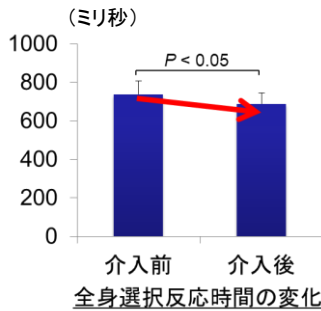
②心理状態の変化

心理状態の変化では、活性度(活力・興奮)、快感情(爽快感)、覚醒度が有意に向上し、スポーツに適した心理状態に移行した。



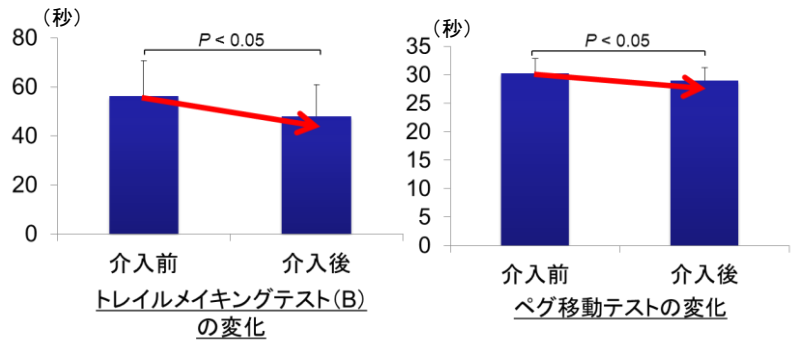
③身体・脳機能の変化

身体・脳機能の変化では、各種検査結果の時間が短縮している結果から全身の反応性、脳の注意機能(集中力、判断力)を高めた。



継続性効果 <身体・脳機能の変化>

身体・脳機能の変化では、各種検査結果の時間が短縮している結果から 全身の反応性、脳の注意機能(集中力、判断力)を高めた。



データ出所:株式会社 THF

2. 「シナプソロジー」とは

「シナプソロジー」は、五感からの刺激や認知機能に対する刺激を脳に与えることで脳を活性化させ、注意機能や判断能力などの脳機能(認知機能)を高めるメソッドです。出来ること(習得)を目的とせず、出来ないことに対応する状態を作り出すことで脳機能の向上を図ります。

このメソッドの特徴は、場所を選ばずに狭いスペースでも実施可能なうえ、短い時間でも成果が期待できることです。また、参加者の年齢、性別、体力レベルなどに応じてレベル設定が可能ですので、どなたでも簡単に取り組むことができます。

スポーツトレーニングのカリキュラムをはじめ、子どもの遊びの一環や企業の生産性向上の手法、そして高齢者の機能低下予防及び健康増進のプログラム等、多彩な場面での展開が可能です。

URL: <http://www.s-re.jp/renaissance/synapsology/>



本リリースについてのお問合せ先
 株式会社ルネサンス 経営企画部 広報担当:村角(むらざみ)
 TEL:03-5600-5457 FAX:03-5600-8898 URL:<http://www.s-re.jp>
 〒130-0026 東京都墨田区両国 2-10-14 両国シティコア 3F

