



NIPPON BEARING

10月29日付 日本経済新聞広告 回答と解説

【問題】 下半身を鍛えるレッグプレス。ベアリングはどこにある？

①フットプレート ②椅子背面 ③椅子座面下

【答え】 ③椅子座面下

【解説】

ベアリングというと一般的には「回転」をイメージされる方も多いと思われそうですが、今回は「直動(リニア)」のベアリングのご紹介も踏まえたひっかけ問題です！

広告イラストタイプのレッグプレス機器の箇所と言いますと、直動ベアリングが活躍している箇所は③の椅子座面下になります。

レッグプレス機器の種類によっては、フットプレートが動くタイプもあります。

(フットプレートが動くタイプの場合は、フットプレート稼働箇所に直動ベアリングが使用されます。)

ウェイトトレーニングやエクササイズでレッグプレスを使用されたこともある方もいると思いますが、非常に滑らかに稼働します。

筋力アップを行いたい箇所以外に無駄な力を入れないように、椅子座面下部分にはスムーズな動きが求められるのですね。

レッグプレス以外にも、スミスマシンと呼ばれる上半身を鍛える機器など、トレーニング機器の中には密かに直動ベアリングが活躍しているものがあります。

日本中が熱狂したラグビー日本代表戦。準々決勝には進めませんでした

が日本代表のチームワーク、あきらめない姿に感動しましたね。

選手の鍛え上げられた肉体を作り上げた機器の一つかもしれないレッグプレス。

間接的ではありますが、直動ベアリングの活躍が選手の肉体をパワーアップしていたのです。

【企画・協力：(株)学研エデュケーショナル】