



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロット」

株式会社ロッテ

2024年3月27日(水)

## ロッテ、千葉ロッテマリーンズの5選手に 「プロフェッショナルガム」を提供へ！

ガムセレクト6回目の中村選手「ガムを噛むことで身体がほぐれることを実感」  
開幕投手 小島選手「粘り強くしっかり戦っていく」今シーズンへ意気込む

株式会社ロッテ（本社：東京都新宿区、代表取締役社長執行役員：牛腸栄一、以下ロッテ）は、スポーツにおける「噛むこと」の価値を発信する「噛むスポプロジェクト」活動の一環として、プロ野球チームの「千葉ロッテマリーンズ」に対して、選手一人一人に合う形状・硬さ・香味をカスタマイズしたプロフェッショナルガムを提供いたします。つきましては、2024年3月8日(金)・13日(水)の2日間でプロフェッショナルガムを提供する5名の選手に、自分自身に合ったガムを選んでいただきました。



プロフェッショナルガムを持つ選手たち（左から小島選手、中村選手、種市選手）

**■ 60通りのガムの組み合わせから個人専用のプロフェッショナルガムをセレクト！**  
**横山選手「投げる瞬間に噛むことの重要性を感じる。チーム貢献のため、効果を発揮できるようなパフォーマンスをしたい」とリーグ優勝への熱意を語る！**

今年は、中村奨吾選手、小島和哉選手、藤岡裕大選手、新たに種市篤暉選手と横山陸人選手の計5選手へプロフェッショナルガムを提供します。プロフェッショナルガムの常連である中村選手は「運転中やトレーニング前後にガムを噛むことを取り入れており、身体がほぐれることを実感しています」とお話しいただきました。今回3回目となる小島選手は「緊張して口がパサパサになるので、ガムを噛むことで口を潤しています。練習中にはポケットにいくつかガムを入れておき、頻りに噛んでいて、ガムは常に身近にあるものになっています」とコメント。また、開幕に向けて「粘り強くしっかり戦えるように頑張っていきたい」と今シーズンへの意気込みも語っていただきました。藤岡選手は「試合前にガムを噛むことでリラックスするようにしている」と既にガムを噛むことがルーティンになっている様子。「噛むことを意識すると、より力強くパワーを発揮できると思うので、日頃から噛むことを続けて、効果に期待しながらシーズンを戦い抜きたいと思います」と開幕前の熱意をコメントいただきました。

今回初めてプロフェッショナルガムを選ぶことになった種市選手は、一番噛みやすかったという「ミドル」の硬さをセレクト。「これまで、運転中や練習中に音楽を聴くような感覚でなんとなく噛んでいましたが、噛むことのメリットについて色々データがあることは知っていたので、今後はそういったメリットも意識して噛むようにしていきたいです」とコメントいただきました。同じく初めてガムを選ぶ横山選手は、普段から一度に板ガムを2枚食べるようで、一番硬さのある「ハード」のガムもあまり硬さを感じておらず、噛み慣れている様子。フレーバーの種類の豊富さに頭を抱えながら、楽しそうにセレクトしていました。また、日頃から噛むことの重要性を感じており、「投げる瞬間にかなり踏ん張るので、そういう場面で噛む力は非常に必要になってくると思います」とコメント。「今シーズンはチームのリーグ優勝にしっかり貢献していきたいと思っているので、効果を発揮できるようなパフォーマンスをしたいです」とお話しいただきました。



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロット」

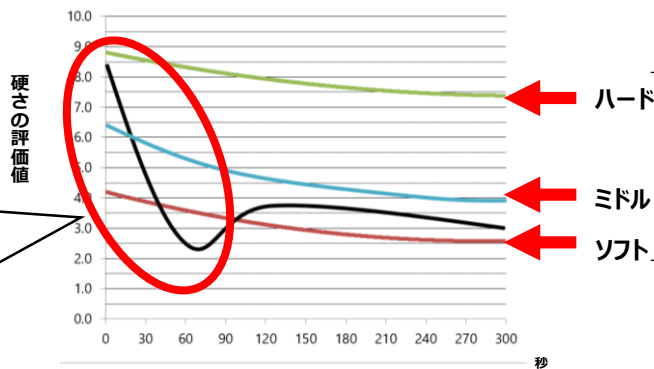


ガムを選ぶ選手たち（左から小島選手、横山選手、藤岡選手）

### ＜プロフェッショナルガムとは＞

プロフェッショナルガムは、武田友孝客員教授（東京歯科大学口腔健康科学講座スポーツ歯学研究室教授、日本スポーツ協会公認スポーツドクター）監修のもと、選手自らが自分自身にあった形状・硬さ・香味を選び製作される、選手オーダーメイドのガムです。提供されるガムは、噛んでいる間の硬さの変化が少ない特別な設計となっているのが特徴で、アスリートのパフォーマンス発揮のサポートとなることを目指し開発されています。一般的なガムは、噛んでいくにつれて、硬さが大きく変化するのに比べ、しっかりとした噛み応えが続くため、噛むことのトレーニングに適しています。ガムの硬さの測定には、万能材料試験機（INSTRON社の6800シリーズシングルコラム）を使用し、緻密な機器分析によりデータを算出します。これにより、アスリートに合わせた硬さのガムの提供を可能にしています。

一般的なガムは噛みはじめ60秒間での軟化が大きい



トレーニングガムは噛みはじめからの硬さの変化が少ない

- ハード
- ミドル
- ソフト
- 一般的なガム

20段階（0.5刻み）の食感（硬さ）の評価を専門パネル\*1を用いて、80回/1分間のペースで計5分間ガム咀嚼し、6秒ごとに硬さを評価するTI法\*2で評価を行った。

\*1 ガム官能評価パネルとして訓練した男女7名  
\*2 経時的な強度変化を評価する官能評価手法



チームロゴ・選手名・背番号がデザインされた選手専用プロフェッショナルガム



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロット」

## パフォーマンス向上に！スポーツにおけるガムトレのメリットとは

### <フィジカルコンディショニング>

#### ●静的バランスの強化

ガムを噛むことで静的バランス※が高まるがわかっています。静的バランスが低いことは運動中の膝のケガのリスクになることなどが報告されています。

※静的バランス＝動かない状態を保ち続けるための能力

#### ●瞬発力の強化

ガムを噛むことで、ジャンプ力が高まります。また、女子中学生で、スタートダッシュが速くなることも報告されています。

### <メンタルコントロール>

#### ●集中力・判断力アップ

ガムを噛むことで、認知機能を司る前頭前野の血流がよくなり、集中力と判断力が高められます。

#### ●リラックス効果

噛むという「リズム運動」により、「セロトニン」の分泌が増加することでストレスが低減し、精神の安定にも繋がります。

また、緊張すると口の中が乾くことがありますが、ガムを噛むことにより口を潤すことができます。

## アスリートも実践！ロツテ噛むこと研究部監修「ガムトレ」

1

### 背筋を伸ばし 足をしっかり地面につける

まずはガムトレの基本姿勢として「背筋を伸ばして座り、足を地面につけて噛むこと」が重要です。背筋を伸ばすことで脳への刺激が高まり、唾液がしっかりでることに加え、足を地面につけることでしっかり噛み締められ、咀嚼効率が向上します。

2

### 口を閉じたまま 左右均等に噛む

口をしっかりと閉めて噛むことで、口を閉じる筋肉の運動になります。また、左右均等に噛むことで、舌を左右に動かすため舌の筋肉の運動にも繋がります。

3

### 自分のペースで リズムよく噛む

リズムよく噛むことで幸せホルモンとも呼ばれるセロトニンが増加します。日常的に行うことで自律神経バランスを整え、精神の安定に繋がります。

## 千葉ロッテマリーンズ



千葉ロッテマリーンズは千葉県千葉市美浜区のZOZOマリンスタジアムを本拠地とするプロ野球チーム。1969年に「東京オリオンズ」から「ロッテオリオンズ」に改名。1970年に10年ぶりのリーグ優勝。1974年には24年ぶり日本一を達成。1992年に川崎球場から本拠地を千葉県に移し、球団名が「千葉ロッテマリーンズ」となる。千葉県に本拠地を移してから2005年と2010年に日本一を達成している。現監督は2023年より、吉井理人が監督を務める。

## 噛むスポプロジェクト



「噛むスポプロジェクト」は、ロッテが「噛むこと」の必要性や「噛むこと」がもたらす意外なチカラを通じて社会に貢献したいという想いのもと、これまで培ってきた知見や研究を活かし、プロアスリートから子どもたちまで多くのスポーツを頑張る人のパフォーマンスを「噛むこと」を通じてサポートするプロジェクトです。「研究」「情報発信」「噛む力測定」「ガム提供」など様々な活動によって「噛むこと」の重要性を普及してまいります。スポーツにおける「噛むこと」の重要性など、スポーツと「噛むこと」の関係性に関する情報発信を行い、日常から「噛むこと」やガムトレを取り入れていただくことで、一人でも多くの方のスポーツにおけるパフォーマンス向上を目指し、「噛むこと」によるサポートを注力しています。

詳しくは：<https://www.lotte.co.jp/kamukoto/>

### ▼実施チーム、アスリート、団体一覧

千葉ロッテマリーンズ／川崎フロンターレ／レディイーグルス北海道／岩手ビッグブルズ／鹿児島ユナイテッドFC／レバンガ北海道／アスルクラロ沼津／ジュビロ磐田／千葉ロッテマリーンズ・ベースボールアカデミー／ゴルフ（池田勇太プロ・中嶋常幸プロ・高柳直人プロ・西脇まあくプロ・トミーアカデミー）／日本スポーツ協会／NSGグループ等