

# TOP BALANCER

## 操作マニュアル

### 目次

|                      |     |
|----------------------|-----|
| ■ システムの紹介・特徴         | P1  |
| ■ 使用する機器の名称と説明       | P2  |
| ■ システムの起動・トップメニューの説明 | P3  |
| ■ ユーザー登録             | P4  |
| ■ 計測モードの使用方法         | P5  |
| ■ フィットネスモードの使用方法     | P6  |
| ■ トレーニングの開始          | P7  |
| ■ スピニングバトルモード        | P8  |
| ■ CoMa作成ツール          | P9  |
| ■ CoMaの作成手順          | P10 |
| ■ 終了方法・Q&A           | P11 |

## システムの紹介 - Top Balancerとは

「Top Balancer」は、バランスディスクという器具を使ったトレーニングを、楽しみながら続けてもらうことを目的とした支援システムです。



システムの利用の様子

### システムの特徴

トレーニングの効果を視覚的に確認できるのでやる気が向上します。

退屈なトレーニングもゲーム感覚で楽しみながら続けることができます。

バランスディスクを使用し、本格的にバランス能力を鍛えることができます。

# 使用する機器の名称と説明



## 【フロントディスプレイ】

トレーニングの映像や、各機能の説明などが表示されます。ユーザーはこの画面を見ながらトレーニングを行います。

## 【タッチディスプレイ】

トレーニングのメニュー選択などシステムの操作は、この画面をタッチして行います。

## 【セーフティ・バー】

転倒防止用のバーです。ディスクに乗るとき、ディスク上でバランスを崩したときなどにつかまってください。

## 【TB-Disc】

トレーニングに使用する自作バランスディスク型デバイスです。ユーザーのトレーニングをシステムに入力する装置として使用します。

TB-Disc



これに乗りトレーニングを行います



ディスクに乗ると大変不安定になります。ディスクに乗るときは「セーフティ・バー」につかまり、**転倒に注意して**乗ってください。

## トレーニングを行うにあたっての注意事項

- 本システムは健康な方を対象としています。身体に異常を感じている時はご使用を控えてください。
- トレーニングの前には十分な準備運動を行ってください。
- 無理な運動を長時間続けることは避けましょう。
- トレーニング中は捻挫などの怪我に十分ご注意ください。
- ディスク上では飛び跳ねるなどの危険な使用をしないでください。

# システムの起動

「Top Balancer」を起動しましょう。

① タッチディスプレイのアイコンを素早く2回タッチしてください。



Top Balancer  
アイコン

起動音が流れて画面が移行し、下図のようになれば起動完了です。

フロントディスプレイ

タッチディスプレイ

人型のシルエットと  
ロゴが表示されます



この画面が**トップメニュー**となります。

## トップメニューの説明

「Top Balancer」のシステム操作はこの画面を**タッチ**することで行います。

ここに登録ユーザーの一覧  
が表示されます。

使用するユーザーの登録・  
削除などに使用します。

対戦バトルに使うCoMaの  
作成などに使用します。

トレーニングの種類を選択  
するときに使用します。

ユーザーが作成したCoMa  
の一覧が表示されます。



各ボタン上の  をタッチすると、機能の  
説明がフロントディスプレイに表示されます。

※CoMaの解説は9ページへ

# ユーザー登録

## 【ユーザー登録について】

本システムでは、ユーザー登録を行うことによって長期的なトレーニングの記録を行うことができます。

ユーザーの登録をしましょう。



① トップメニューから **新規ユーザー登録** をタッチします。

下図のように、フロントディスプレイに名前入力ボックスが、タッチディスプレイにキーボードが表示されます。



ひらがなやカタカナを入力したいときはShiftキーをタッチしてください。



② キーボードをタッチして名前を入力し、**OK** をタッチすると登録完了です。



登録されたユーザーは、トップメニューのユーザー一覧に表示されます。

ユーザーの削除はトップメニューの削除ボタンで行えます。

# 計測モードの使用法

## 【計測モードとは】

このモードでは、ユーザーの現在の各種バランス能力をチェックすることができます。ユーザー登録をしていれば、計測の結果を残すことができます。

あなたの「両足での安定性」を計測してみましょう。

最初にトップメニューから「計測モード」を起動します。

①  をタッチしてください。



タッチディスプレイ

② TB-Discの上に乗ってください。



このように靴を脱いで  
両足で乗ります

③  をタッチしてください。



タッチディスプレイ

計測が始まったらTB-Disc上で**静止**してください。計測は**10秒間**行われます。

④ それでは  をタッチして計測を開始してください。

⑤ 計測終了と表示されたら終わりです。  
TB-Discから降りてください。

終了すると右図のように計測結果が表示されます。

⑥  をタッチしてください。

赤い軌跡が  
あなたの重心の  
ふらつきです



フロントディスプレイ

# フィットネスモードの使用法

## 【フィットネスモードとは】

バランストレーニングをゲーム形式で楽しみながら行うモードです。

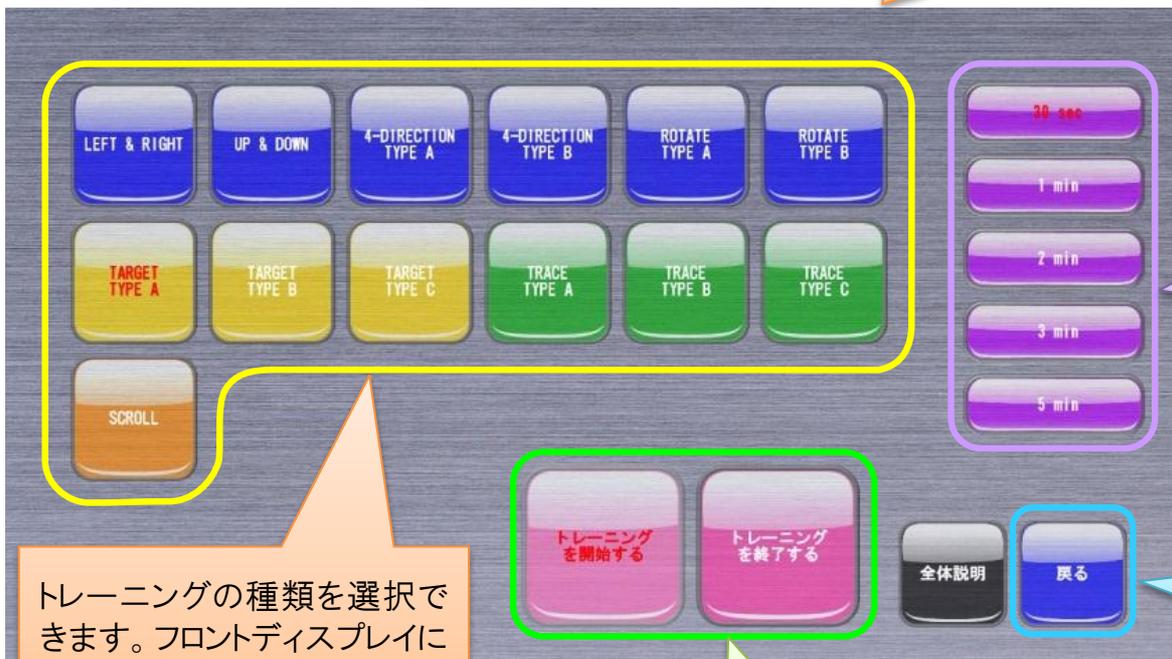
トップメニューから「フィットネスモード」を選択します。

① **フィットネスモード** をタッチしてください。



タッチディスプレイに下のような**トレーニングメニュー**が表示されます。

## トレーニングメニューの説明

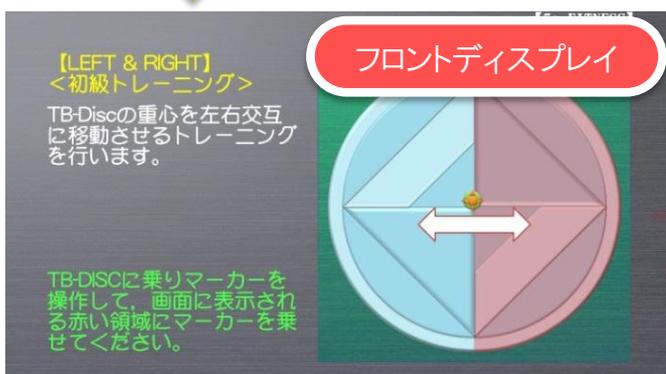


トレーニング時間を設定できます。

トップメニューに戻ります。

トレーニングの種類を選択できます。フロントディスプレイには、各トレーニングの説明が表示されます。

トレーニングの開始・中断をします。



それでは、具体的にトレーニングを開始しましょう。

次のページへ進んでください。

# トレーニングの開始

あなたの「重心コントロール」能力を鍛えるトレーニング「TARGET」を行いましょう。

## 【TARGETとは】

TB-Disc上で重心をうまくコントロールして、以下のような画面に表示されるカーソル  を赤いターゲット  に乗せてください。一定時間乗せるとポイントをゲットできます。



トレーニングは30秒間続きます。それではトレーニングの開始です！

① TB-Discの上へ乗り、  →  の順にボタンを押してください。

② “TIME UP”と表示されたら終了です。TB-Discから降りてください。

③  をタッチしてください。



次は、対戦バトルに挑戦してみましょう。

次のページへ進んでください。

# スピニングバトルモード

## 【スピニングバトルモードとは】

ディスクに乗りながら画面上に表示されるコマ(CoMa)をコントロールし、コマ回しバトルをしながら2人でトレーニングを行う対戦型のモードです。

※CoMaの解説は9ページへ

バトルに使うCoMaはCoMa作成ツール(P9, P10で説明しています)で作れますが、ここではあらかじめ登録されたCoMaを用います。

① **スピニングバトル** をタッチしてください。

右図のような画面になります。

② 対戦相手を選んでください。

③ バトルに使うCoMaを選んでください。

TB-Disc上で体重移動をするとその方向にCoMaも動きます。相手のCoMaをバトルフィールドの外にはじき出せば勝利です。

④ 各ユーザーはTB-Discに乗り、**バトルスタート** をタッチしてバトルを開始してください。

バトル終了後は対戦相手選択画面に戻ります。

⑤ TB-Discから降りて **戻る** をタッチしてください。



対戦相手選択画面

バトルの時間変更ができます。



上図は対戦中の様子です。

# CoMa作成ツール

## 【CoMa, CoMa作成ツールとは】

CoMaとはスピニングバトルモードで使う対戦用のコマです。CoMa作成ツールを使うと線を描くだけで、その線を回転させた回転体(CoMa)が作成できます。

① **新規CoMa作成** をタッチしてください。

タッチディスプレイに下図のようなCoMa作成ツールが表示されます。

## CoMa作成ツール

ボディとパーツの描き分け・軸の選択ができます。

回転させる図形を描きます。

CoMaの素材を選択できます。

図形の回転時に加える変動のパターンを設定できます。

視点変更, CoMaの回転テスト, CoMaの保存などができます。

CoMaの色の変更ができます。

描画, 塗りつぶし, 消去などの切り替えができます。

The screenshot shows a software interface for creating CoMa. At the top, there are tabs for 'ボディ' (Body), 'パーツA', 'パーツB', 'パーツC', and '軸' (Axis). The main drawing area is labeled '描画エリア' (Drawing Area) and contains a green line with a vertical red line indicating the '回転軸' (Rotation Axis). A callout points to the '描いた線' (Drawn line). To the right is a control panel with various options: '波形' (Waveform) and '素材' (Material), a vertical scale from 0 to 12, and buttons for '横変化' (Horizontal Change), 'サイン波' (Sine Wave), '縦変化' (Vertical Change), '線変化' (Line Change), '矩形波' (Square Wave), '三角波' (Triangle Wave), 'ノコギリ波' (Sawtooth Wave), '放物線' (Parabola), and '波形リセット' (Reset Waveform). Below the scale is a waveform visualization. At the bottom of the control panel are buttons for '視点変更' (Change Viewpoint), '回転テスト' (Rotation Test), '保存する' (Save), and '戻る' (Back). A color palette is located at the bottom left of the drawing area.

それでは、簡単なCoMaを作成してみましょう。

次のページへ進んでください。

# CoMaの作成手順

① 描画エリア内に自由に図形を描いてください。

右図に描いた図形は一例です。

作られたCoMaは下図のように  
フロントディスプレイに表示されます。



描いた線は回転軸を中心に1回転し、  
CoMaを形成します。



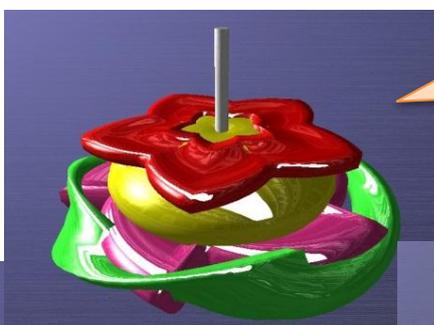
描画エリア内を  
指でなぞると図  
形が描けます

色を変えるときはここを  
タッチします。



② **保存する** をタッチしてCoMaを保存します。

これで簡単なCoMaを作ることができました。パーツや変動のパターンの組み合わせによってCoMaは独創的でカッコよくなります。以下にその例を紹介します。



CoMaは素材を変更することも  
できます。形状や素材によって  
CoMaの強さは変化します。

# 終了方法

【システムを終了するには】

キーボードの **ESC** キーを押すと終了します。

## Q & A

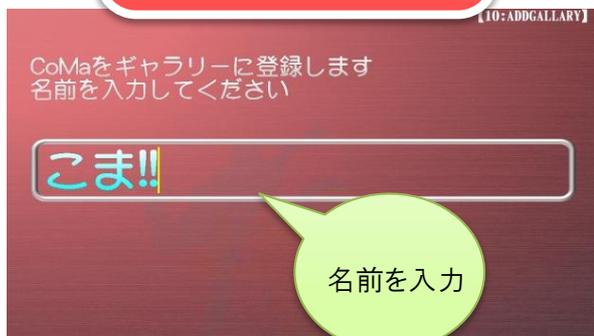
**Q** 計測モードで計測したバランス状態を見たい。

**A** 自分のユーザー名をタッチした後、トップメニューにある  をタッチすると過去に計測したデータを見ることができます。

**Q** 作ったCoMaを他のユーザーに見せたい。

**A** トップメニューにある  をタッチし、追加したいCoMaを選び、タッチディスプレイ内のキーボードで名前を入力します。  をタッチするとCoMaはギャラリーに追加され、他のユーザーも見ることができます。

フロントディスプレイ



タッチディスプレイ



以上でマニュアルによる「Top Balancer」の説明は終了です。