

ベストセラーのセルフトレーニング本 日本から続々と到来

テリ・タン 2017年8月25日

『どんなに体がかたい人でもベターッと開脚できるようになるすごい方法』(以下『開脚』)は、日本のヨガインストラクターEikoが書いたストレッチと柔軟体操の本だ。こんなタイトルの本があると知ったら、顔をしかめる人がいてもおかしくないだろう。しかし、整理収納法を紹介した近藤麻理恵著の大ヒットシリーズの版元であるサンマーク出版は、Eikoのこの本が、世界で700万部を売り上げた『人生がときめく片づけの魔法』や150万部を突破した『イラストでときめく片づけの魔法』に勝るとも劣らないほど売れる力を持っていると信じている。

「4週間で達成できる驚異のプログラム」という副題のこの192ページの本は、もともとは日本で出版された。アメリカでは12月5日にロデール(Rodale)から刊行予定。これまでのところ、フランス、ドイツ、イタリア、ノルウェー、韓国、スウェーデン、イギリスなど、10カ国あまりの出版社が版權を取得している。

英語以外の言語で書かれた書籍を取り扱うエージェント、グドヴィッツ&カンパニー・リテラリーエージェンシー(Gudovitz & Company Literary Agency)のニール・グドヴィッツ(Neil Gudovitz)は、このタイトルを初めて耳にしたとき、売れるかどうか疑わしいと感じた。しかし、日本では100万部以上を売り上げ、Eiko本人がメソッドを紹介する動画の再生回数はYouTubeで600万回を超えるほど大ヒットしていると知り、印象が変わった。

「5年前に初めて『人生がときめく片づけの魔法』を知ったとき、この本はいけると感じましたが、『開脚』にも同じ感触をおぼえました」とグドヴィッツは語る。エクササイズを楽しく行うにはどうすればよいかという誰もが抱える問題に対して、独創的で面白いアプローチを行っているという。

グドヴィッツは次のようにも言っている。「体が硬かったり、凝りに悩まされたりしていて、開脚なんて器械体操をやっている16歳やヨガの専門家がするものだと思っている30歳以上の人は、この本を読んだら考えを改めるでしょう」『開脚』には短編小説「開脚もできないやつが、何かを成せると思うな」が収められている。ずいぶん手厳しいタイトルではあるが、読者に開脚プログラムを始める気にさせる小説だ。

この奇抜なタイトルの本の版權を取得したロデールの編集主任、マリサ・ヴィジランテ(Marisa Vigilante)は、「興味深く面白い」本だと評している。ヴィジランテは、アメリカではフィットネスの次なるブームはストレッチであり、スピנקラス(訳注:スポーツジムのエクササイズ用自転車を漕ぐトレーニング)やクロスフィット(訳注:歩く、走る、など日常的な動作を高い負荷をかけて行い身体を鍛えるトレーニングプログラム)のように激しいトレーニングから「穏やかで体を回復させるようなトレーニング」へとトレンドが移るのではないかと考えている。「『片づけの魔法』シリーズの大ヒット以降、よりよ

い暮らしを求める日本的アプローチを受け入れたアメリカのライフスタイルのマーケットに、この本はぴったりなのです」とヴィジランテは語る。

ヴィジランテはさらに、こう続ける。「開脚トレーニングはアメリカで紹介するのにふさわしいトピックです。この本の情熱的な語り口、シンプルなプログラム、Eikoの一風変わった短編小説、どれも私たちは気に入っています。それぞれが『開脚』の魅力をさらに高めているのです。このトレーニングを行えば、楽しみながら体の柔軟性や活力や健康を保つことができるでしょう」

原稿が届いたときに妊娠中だったヴィジランテは、すべてのトレーニングに目を通したという。「どれも取り組みやすいと思います。出産後、普通のエクササイズができるようになって開脚を行うのが、いまから楽しみです」

サンマークからやってくるベストセラーのライフスタイル本は『開脚』だけではない。日本では、セレブやモデルのパーソナルトレーナーを務める佐久間健一が体幹を整えて体重を減らすダイエット法を紹介する本、『モデルが秘密にしたがる体幹リセットダイエット』が、発売後4カ月で50万部以上を売り上げている。

サンマークの翻訳書編集部部长の武田伊智朗氏によると、サンマークの海外版權チームはこの本の版權をすでに4カ国に売っているという。「『体幹リセットダイエット』は、当社にとって8冊目のミリオンセラーになるでしょう。間もなく、日本だけでなく、海外のより多くの方の健康的な体づくりにこの本が役立つと思います」

『パブリッシャーズ・ウィークリー』2017年8月28日号に掲載。掲載時の見出しは「日本からさらなるセルフトレーニング本のベストセラーが到来」。