

人はみな眠る……

# 睡眠は、人間の もっとも基本的で 大切な行動です

——ヤマザキマリさん(漫画家・随筆家・画家) [前編]

日本とイタリアを行き来し、作家活動、メディア出演とマルチに活躍するヤマザキマリさん。「私の人生には寝具とお風呂が一番大事」と言い切るのは、日々100%の力を発揮したいから。マニフレックスとの出会いも眠りへの強いこだわりからでした。

(撮影:赤尾昌則/ヘアメイク:田中一恵(TRUE)/スタイリスト:平澤雅佐恵/取材・文:角田奈穂子)

**やまざき・まり** 東京都出身。1984年に渡伊。国立フィレンツェアカデミア美術学校で油絵と美術史を専攻。97年から漫画家として活動。『テルマエ・ロマエ』などの漫画のヒット作に加え、著書も多数。



## 速攻で深く眠れるマットレスが、私の創作活動を支えています

ヤマザキマリさんは、睡眠時間が4、5時間というショートスリーパー。でも、毎日、ストンと寝てしまい、夢を見ることもなく、朝はふっと気持ちよく目覚める、キレのいい眠りを得ています。

「私が人生で一番こだわるのが、寝具とお風呂。とくに寝具は、旅先で体に合わない、早く家に帰りたと思うくらい。マニフレックスを愛用しているのは、数多くの寝具から選びに選んだ結果なんです」

ヤマザキさんのマニフレックスとの出会いは、10代の頃に留学していたフィレンツェです。子どもの頃から睡眠への関心が人一倍高かったヤマザキさんは寝具店をめぐり、いろいろなマットレスを試すのが好きでした。そして、マニフレックスの寝心地にいつまで魅了されたのです。

「言葉にはしにくいんですけど、『最高に気持ちいいって、こういうこと!』って、すごい説得力を身体で感じました。『ついに出会った!』って。でもその頃は、経済的な余裕がなくて……。願いがかなったのは『テルマエ・ロマエ』がヒットしたとき。真っ先に買いました。ずっと憧れていたマットレスが手に入って本当にうれしかった」

### 速攻チャージの快眠マットレスが 疲れた体をリセットしてくれる

ヤマザキさんが睡眠を大切にするのは、創作活動にも大きく影響するからです。21歳で椎間板ヘルニアを患ったことに加え、作画や執筆はデスクワークが長時間。同じ姿勢を保ち続ける肉体的な負担は相当なものです。そんなときもマニフレックスで眠ると、マットレスの高反発素材が身体をしなやかに支えてくれるので、朝はリセットされた感覚で目覚められるそう。ときどきは昼寝もするそうですが、午前中の疲れがやわらいで、1日が2回あるような効率のよさを感じるそうです。

「仕事で疲れてくると、『一刻も早くあのマットレスに寝転びたい!』と思うほど、マニフレックスで寝るのが好き。寝具は、携帯電話でいえばバッテリーのような存在だと思います。充電が不足したり、古くなって

十分に充電できなかつたりすると、動作が悪くなりますよね。人間も同じ。若い頃は無理もききませんが、年齢を重ねるとクオリティの高い睡眠が欠かせません。だから、すーっと深く眠れて、速攻チャージできるようなマットレスが必要なんです」



イタリアの自宅の寝室に置かれているマニフレックス

### 未来の危機を体感したことが 環境問題を自分ごとに変えた

「体感で理解することって、とても大切。じつは環境問題もそうなんです。1980年代に住んでいたフィレンツェは大気汚染がひどくて、二酸化炭素の排出量を減らすため、車の通行が制限されたほど。その後移り住んだシリアでも砂漠にポリ袋がたくさん散らかっていて、光景はまるでプラスチックの白い花が咲いたようでした。それを見たイタリア人の友人たちは、長期的な環境への悪影響を心配していました。未来への危機感を覚える体験をしているから、私も澄んだ空気を守ることや温暖化の影響、プラスチックの削減を自分の問題として考えるようになったんです」

そんなヤマザキさんは、60年前の創業時から健康と環境保護を大切にしてきたマニフレックスの企業姿勢にも好感を持っています。

「SDGsの策定は、マニフレックスがきっかけで知りました。イタリアの人たちはエコロジーへの意識が高く、無駄な買い物をしません。私も最近を買うときに、本当に必要かどうか、何度も自問自答しています。私たち一人ひとりの行動も大きく影響しているんですよね」

「何を買うにも慎重に。何年持つのか、捨てる時にどうなるかを考えたい」(ヤマザキさん)

～マニフレックスのSDGs つくる責任 つかう責任～

#### 「マニフレックス オクラホマ」

芯材に17cm厚のエリオセル®を使ったトータル23cmもの厚みが理想の体圧分散を実現。外気温にも強く、1年中、快適な寝心地。耐久性に優れ、寝具では稀な12年間の長期保証。(70,180円～112,200円(税込み))



「シリアの砂漠で花のように落ちていたプラスチックを思い出します」(ヤマザキさん)

分解されるまで何十万年もの歳月を要するプラスチックは、私たちの健康に抜き差しならぬ脅威です。だから、マニフレックスのマットレスは、プラスチックを一切使っていません。



[商品のお問い合わせ]

☎️ 0120-008-604 (フリーダイヤル) 受付時間:10:00～12:15、13:15～18:00 (平日)

マニフレックス

検索

www.magniflex.jp

