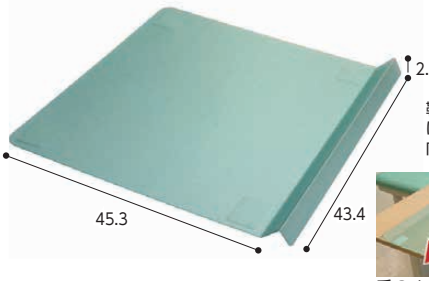
1 運動器具 ゴロン

182601　13,200円(税抜12,000円)

滑らせながら無理なく機能訓練ができる

●三角形状の突起が脚の動きをガイドする運動器具。
●寝たまま繰り返すだけで、正しいフォームでの反復運動を無理なく続けられます。





靴下を履けばさらに滑り運動効果が向上



手のひらを乗せて動かすことで、肩関節の可動域を広げます

●材質／ポリカーボネート　●重量／475g

日晴金属 在

2 NBRストレッチマット

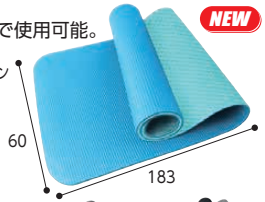
415111 10mm厚　3,850円(税抜3,500円)
415112 15mm厚　4,950円(税抜4,500円)

転倒の不安を減らす、やわらか安心マット

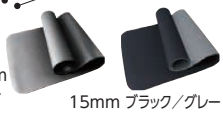
●厚手クッションが硬い床の負担を吸収。関節や骨盤にやさしく、床に座っての運動も安心して続けられます。
●クッション性と耐久性を両立し、表裏リバーシブルで使用可能。
●ゴムマット特有の匂いも抑えた設計。

NEW






10mm ネイビー


10mm グレー

15mm ブラック／グレー
15mmはリバーシブル

●サイズ／約幅60×長さ183cm　●重量／10mm=950g、15mm=1200g
●材質／NBR　●カラー／10mm=グレー・ネイビー、15mm=ブラック／グレー・ブルー／グリーン

カーボーイ 在

3 ソーラーポール フィット

786103 sp-005　14,960円(税抜13,600円)

NEW

姿勢を整え、正しい動きを学べる室内運動器具

●転倒リスク解消を目指し、立っても座ってもできます。
●自分に合った長さに調整できます。
●持ち運び簡単。収納便利。室内靴可。

身体が硬い方も ぐ〜んと伸びる



足腰が弱い方でも痛めにくい・疲れにくい



ソーラーポールエクササイズ
・スタイル維持
・ストレッチ
・猫背矯正
・筋力アップ
・体幹力アップ

同側運動はインナーマッスルを刺激し、脳や神経の働きを高めます





●材質／グリップ=PU、ポール=アルミ合金、レバーロック=ナイロン、フットベルト=合成繊維、SP球=メチルビニルシリコンゴム
●重量／400g　●カラー／シャンパンゴールド

YAK-OH 直

4 EPPエクササイズポール

415114 TEP90BK　5,720円(税抜5,200円)

頭・背中・腰を支え、転ばぬ安心のストレッチ習慣

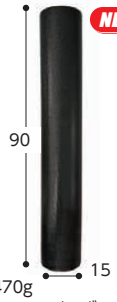
●ハードタイプで頭・背中・腰をしっかり支え、身体全体を無理なくストレッチ。
●背骨周りをやさしく伸ばし姿勢を整えます。
●軽量なEPP製で耐久性、耐水性に優れています。





耐水性に優れた素材だからお手入れ簡単

NEW



●サイズ／直径15×長さ90cm　●重量／470g
●材質／発泡ポリプロピレン

カーボーイ 在

5 長息生活(吹き戻し)

687009 レベル0・1・2(10本入り)　各4,070円(税抜3,700円)
レベル3(10本入り)　4,400円(税抜4,000円)

健康の秘訣は、実は呼吸にありました!
楽しみながら口腔機能回復訓練ができます

●自分に合ったレベルで幅広い年代への口腔周囲筋・口呼吸の予防訓練に。



レベル0
ティッシュペーパーを1枚吹いて揺らせる程度



レベル1
日常生活をはっきりした声で話せる程度



レベル2
普通の風船を膨らませる程度



レベル3
パースデーケーキのロウソクを一気に消せる程度



※左記ガイドブックは書店にてお買い求め下さい。

1.大きく腹式呼吸を行い息を整えます。
2.長息生活を口にくわえ、一気に吹き伸ばします。
3.吹き伸ばしたまま5〜10秒程度、巻紙が巻き戻らない程度の息で吹き続けます。
上記の動作を1回として1セットは10〜30回を目安に朝・昼・夕1日3セットを無理のない程度に続けて頂く。

●材質／袋状部=グラシン紙、18-8ステンレス、専管部=中芯原紙、口吹部=ポリプロピレン

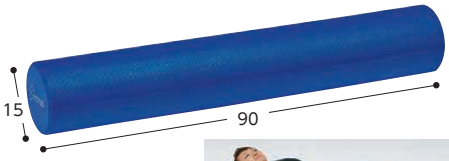
ルピナス 在

6 ストレッチローラー900

622096 H-7280　7,920円(税抜7,200円)

正しい姿勢の体得とストレッチの補助に。

●ローラーの上に、仰向けになって体幹保持。
●おしりや腰をゴロゴロして、筋肉を和らげます。





直径15cm・長さ90cmの安定したサイズで、はじめての方でも安心して使える

●サイズ／直径15×長さ90cm
●重量／約700g　●材質／EVA

トーエイライト 在

7 Dr.PRO 骨盤底筋キュットレエクサ

822327　3,278円(税抜2,980円)

挟むだけの簡単トレーニングで、全身のセルフケアにぴったり

●挟むだけ・スイッチひとつ。バイブレーション機能で骨盤底筋と内転筋にアプローチ。
●コードレスで場所を選ばず使えます。

NEW









挟む+振動で内転筋・骨盤底筋にアプローチ

●サイズ／直径27.5×直径10cm　●重量／280g　●材質／本体カバー=ポリエステル100%、中材=ポリウレタン樹脂　●電源／単三アルカリ乾電池×2本(別売)

ニーズ 在

8 Dr.PRO EMSフットパッド

822326　5,478円(税抜4,980円)

座ったまま20分、足裏EMSで下肢筋肉に電波の刺激

●素足で両足乗せるだけ、足裏EMSで始めるトレーニング。
●電気刺激が足裏・ふくらはぎ・すねの筋肉に働きかけ、テレビや読書のながら時間に無理なく下肢筋肉に刺激をあたえる。
●6モード×9段階の細かい強度設定。USB充電式。

NEW







「EMS」のはたらきとは?
電気の微弱電流が皮膚を通じ筋肉を収縮。自分で動かすときと同じメカニズムで下肢にアプローチ。

●サイズ／幅33.5×奥行28.5×高さ2cm　●重量／約160g　●材質／コントローラー=ABS樹脂、パッド通電部=ナイロン100%、パッド表側=ポリエステル・ポリウレタン、パッド内側=ポリウレタン樹脂、パッド裏側=スチレン-ブタジエンゴム　●電源／リチウムポリマー電池(150mAh)

ニーズ 在