

もこと

腰痛予防のためのトレーニングチェア



紀州材を使ったトレーニングチェアで元気な毎日を



気軽に楽しく体力づくり

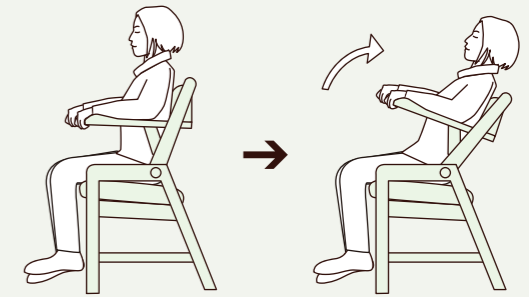
思いついたときすぐに始められる、人に優しいトレーニングチェアです。座りながら足腰を動かすことで、簡単に基礎的な運動ができ、無理なく続けられます。

高齢者にやさしいトレーニングチェアです。

背筋を伸ばし、背筋力を強化することで美しい姿勢を保ちます。

「もこと」は、背中で背もたれを押し倒す運動をすることで、背中の筋肉(背筋)を鍛えます(座位体幹伸展運動)。椅子に座ると自然と背筋が伸び、美しい姿勢になります。その状態で背もたれを倒すときに負荷がかかります。高齢になれば、徐々に背中が曲がり前屈

姿勢になりがちですが、背筋を鍛えることで、予防することができます。1度に20回程度の運動を1日に3セット行うだけで、背筋が伸び腰が丈夫になります。また、小型で軽量なので移動も簡単です。場所を選ばず、どこでも安全にお使いいただけます。



▲背筋を伸ばします。

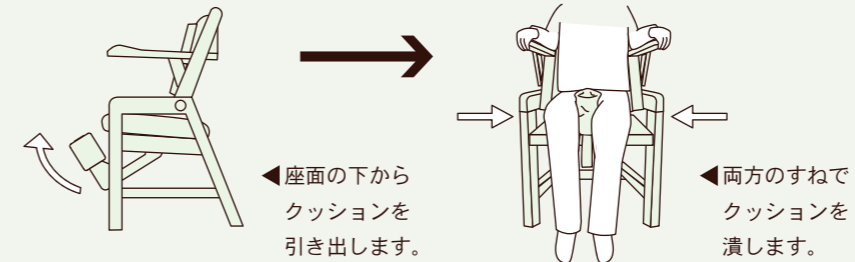
▲背中を倒します。

色々なところにこだわって作りました。

B型は股関節の筋肉が鍛えられます。(レッグアクション)

普段は座面の下に格納されているアクションアームをトレーニングするときは、90度回転させ太ももの膝のところ固定させます。両膝で、アクションアームのクッションを力を入れて挟み込むこと

で股関節の筋肉(内転筋)を鍛えることができます。内転筋を鍛えることで、バランスよく歩行できるようになり、また骨盤底筋群も一緒に鍛えることができるため尿失禁予防にもなります。

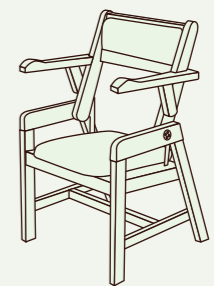


◀座面の下からクッションを引き出します。

◀両方のすねでクッションを潰します。

広島大学と共同開発しました。

「もこと」は広島大学大学院医歯薬保健学研究科スポーツリハビリテーション学研究室 浦辺幸夫教授の長年の高齢者の介護予防に関する研究成果にもとづき、ネイチャー・コア・サイエンス株式会社が設計を行い開発した商品です。



シートと本体、お好きな組み合わせを。

バリエーション豊かなカラー展開

シートは5種類のバリエーションがあり、使用される場所に合わせて選ぶことが可能です。椅子本体に使用している塗料は身体に影響がない天然系のものを使用しているので、安心してお使いいただけます。



- シート素材
- ・ウール
- ・レザー(オレンジ)
- ・レザー(赤)
- ・レザー(緑)
- ・レザー(青)

森の音 もこと

(A型)
アクション機能なし



<本体仕様>
寸法: 高さ515×幅565×奥行890mm
(座面高420mm)
重量: 9kg (A型)
材質: フレーム…無垢紀州檜
シート…ポリエチレン・アクリル
負荷: スプリング式

(B型)

アクション機能付き



スローライフ・スロートレーニングの健康づくり支援

ネイチャー・コア・サイエンス株式会社

〒642-0011 和歌山県海南市黒江733

TEL: 050-3638-2682 FAX: 020-4662-2637

HP: <http://www.morinone.net/> Eメール: info@morinone.net