

肌魅せの季節にほんやら堂を贈る



3月発売予定
かわいいキャラクターがエクササイズのお手伝い。カカトのない5本指のスリッパです。

人気のエクササイズスリッパが6つのキャラクターで大きく展開。お家で洗濯ができるのでいつも清潔にお使いいただけます。



Sales point

リラックスしながらエクササイズもできる5本指エクササイズスリッパです。しっかりした作りなので、プレゼントとしても好評をいただいております。

5本指がしっかり開いて、きもちい〜!!

足のかかと部分がないから、足の後ろがピン!

土踏まずにじんわり!

エクササイズ5本指スリッパぶた
FOT72098 4991936 720987
¥1,365 (税抜 ¥1,300) 入数 12/24
 約260×270×65mm 約150g
 表地：ポリエステル100%
 底面：ポリエステル100%
 すべり止め：合成皮革
 芯材：ウレタンフォーム、発泡ポリエチレン、ポリエチレン樹脂、EVA樹脂使用

エクササイズ5本指スリッパくま
FOT72101 4991936 721014
¥1,365 (税抜 ¥1,300) 入数 12/24
 約260×270×65mm 約150g
 表地：ポリエステル100%
 底面：ポリエステル100%
 すべり止め：合成皮革
 芯材：ウレタンフォーム、発泡ポリエチレン、ポリエチレン樹脂、EVA樹脂使用

エクササイズ5本指スリッパねこ
FOT72099 4991936 720994
¥1,365 (税抜 ¥1,300) 入数 12/24
 約260×270×65mm 約150g
 表地：ポリエステル100%
 底面：ポリエステル100%
 すべり止め：合成皮革
 芯材：ウレタンフォーム、発泡ポリエチレン、ポリエチレン樹脂、EVA樹脂使用

エクササイズ5本指スリッパハート
FOT72102 4991936 721021
¥1,365 (税抜 ¥1,300) 入数 12/24
 約260×270×65mm 約150g
 表地：ポリエステル100%
 底面：ポリエステル100%
 すべり止め：合成皮革
 芯材：ウレタンフォーム、発泡ポリエチレン、ポリエチレン樹脂、EVA樹脂使用

エクササイズ5本指スリッパぱんだ
FOT72100 4991936 721007
¥1,365 (税抜 ¥1,300) 入数 12/24
 約260×270×65mm 約150g
 表地：ポリエステル100%
 底面：ポリエステル100%
 すべり止め：合成皮革
 芯材：ウレタンフォーム、発泡ポリエチレン、ポリエチレン樹脂、EVA樹脂使用

エクササイズ5本指スリッパおやすみ羊
AMR84478 4991936 844782
¥1,365 (税抜 ¥1,300) 入数 12/24
 約260×270×65mm 約150g
 表地：ポリエステル100%
 底面：ポリエステル100%
 すべり止め：合成皮革
 芯材：ウレタンフォーム、発泡ポリエチレン、ポリエチレン樹脂、EVA樹脂使用

肌魅せの季節にほんやら堂を贈る

専門家が作った安心設計のエクササイズバランスクッション

仕事場でも自宅でも座っているだけで自然と体幹(ウエスト)周りの運動ができるで大評判。



Profile
 指導・監修
 東海大学体育学部 講師
今村貴幸氏
 体育学修士
 日本体育協会認定基礎地域指導員、東海大学体育学部一般体育研究室講師、体育会水泳部トレーナー。ライフワークとして「楽しく継続的にできる運動方法の探求」に取り組んでいる。

バランスをとりながら座ってお腹回りの筋肉をトレーニング

「家庭で気軽に、楽しく継続してできる運動」をテーマに考案したのが、エクササイズバランスクッションです。従来の類似品に比べ、座面をあえて不安定な形状にし、座った人がバランスをとらないと姿勢が保てないように工夫しています。このクッションでバランスをとると、お尻からお腹にかけて体幹周りの筋肉(腹筋、腹斜筋群(横腹)、背筋など)を意図的に使うようになります。また、腰部から股関節を経て太ももにつながる腸腰筋という大きな筋肉があり、正しい姿勢を維持し、歩く時に脚を引き上げる重要な役割を果たしています。腸腰筋が衰えると、ちょっとした段差でつまずき、転倒してしまうことがあります。転倒が原因で高齢者は寝たきりになってしまうこともあります。力を落とさないためには、適度な筋力トレーニングが重要になりますが、そうした体幹周りのトレーニングにバランスクッションは有効でしょう。継続することにより筋力が向上し、姿勢にも好影響を与えられると思います。

日常生活の中で無理なく継続できる運動で効果を得る

普段運動をしない人の多くの理由は、「時間がない」です。座るという動作は生活の中に必ずあるものですから、座布団がわりのクッションは無理なく取り入れることができます。運動になじみがない人やお年寄りも、足をついた状態で使うと簡単ですし、筋力のある「上級者」は、足を浮かして使い方をランクアップしてみてください。継続性のある運動の入り口として活用してほしいと思っています。



エクササイズバランスクッション
 ピンク
EXS58000 4991936 580000
 アイボリー
EXS58002 4991936 580024
¥2,625 (税抜 ¥2,500) 入数 1/6
 約400×350×100mm 約1170g
 本体生地：ポリエステル100%
 中身：わた(ポリエステル100%)
 クッション：PVC



Sales point

- エアのクッションが不安定なので、座っているだけでお腹まわりの運動が自然にできますよ。(今村先生)
- 専用の空気入れが付いていて、空気調節が自分でできます。カバーは外して洗濯が可能。長く愛用することができます。

約33cmのコンパクトサイズ