



たい かん きん

骨盤

姿勢

体幹筋サポーター

骨盤と肋骨を“^{エックス}X”連結!

不安定な腰椎を安定させ、腰の負担を軽減。

POJIの骨盤姿勢体幹筋サポーターのご紹介です。
このPOJIサポーターは腰まわりの筋力を補うことができる、世界初の構造を持ったサポーターです。

その構造とは、強伸縮バンドによって骨盤と肋骨をX連結し、不安定な腰椎を安定させ、腰の筋肉の負担を軽減しつつなおかつパワーアップするものです。



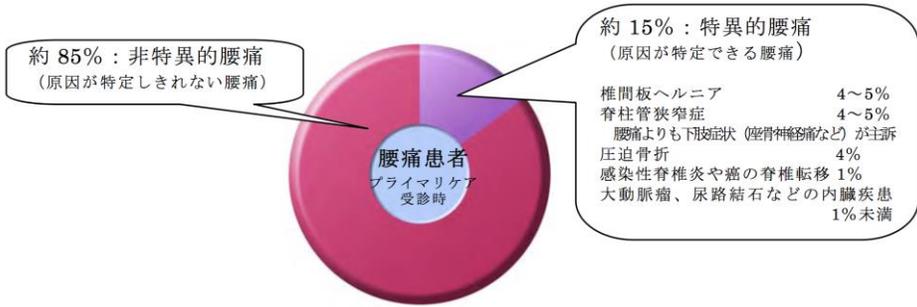
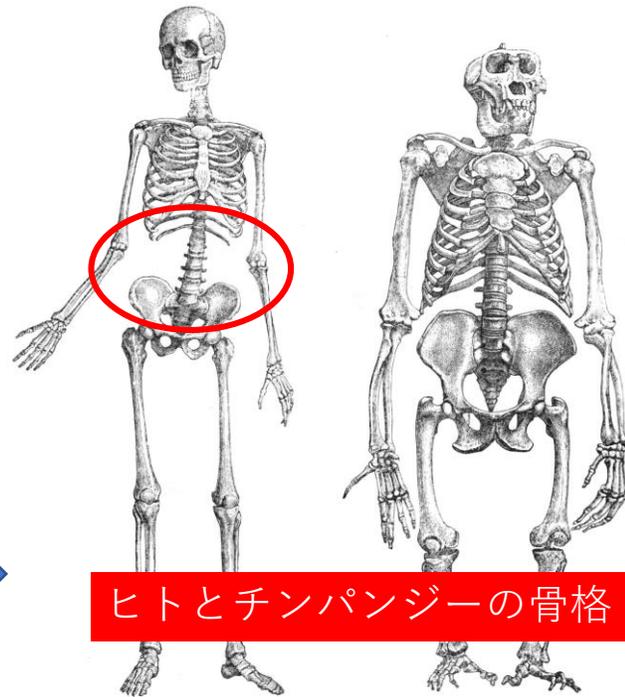


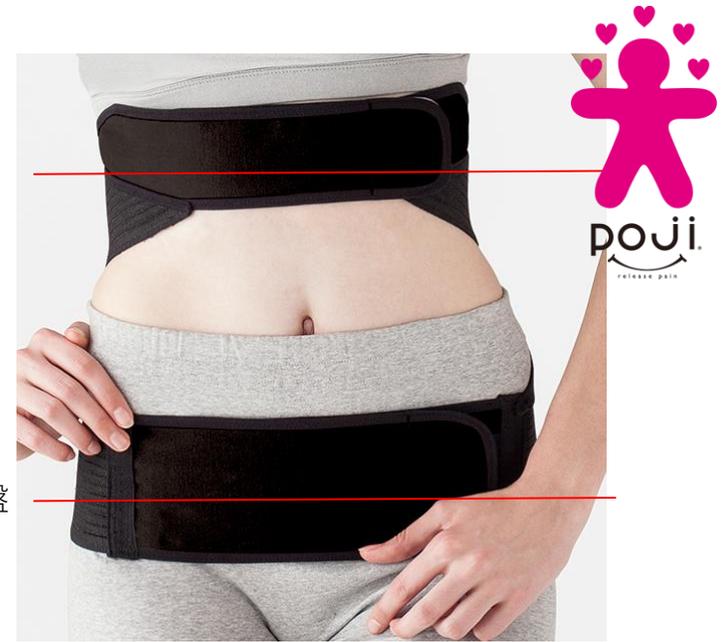
図 2-1-2 腰痛の原因

(資料出所 : What can the history and physical examination tell us about low back pain?
JAMA 268: 760-765, 1992)

腰部・腹部は腰椎とその周りの筋肉で支えられている



ヒトとチンパンジーの骨格



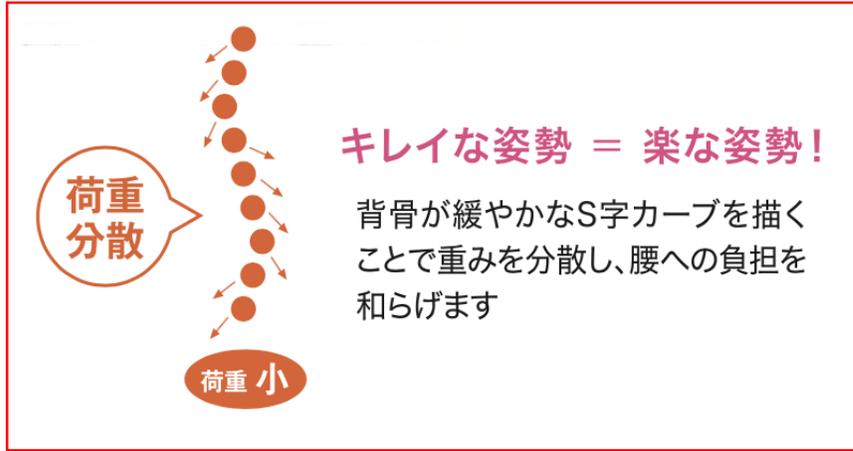
●今日、腰の悩み (腰痛) の85%は原因不明の非特定腰痛とされており、一因としては「筋肉への負担」が原因ではないかと考えられています。

人間は二足歩行であることから上体重をすべて腰まわりの筋肉で支えており、立位、座位とも、生活姿勢において常に腰に負担がかかっているといえます。そのため、腰痛は人類における、生物学上の宿命的疾患であると言われていています。

●我々はこの宿命的疾患に対して、人間の骨格、筋肉のはたらきを考察し、腰まわりの骨格安定と体幹筋力を補うよう考えました。それがPOJI骨盤姿勢体幹筋サポーターです。

腰には骨格として腰椎1本しかない不安定な構造であり、上体重を支えるためには腰まわりの体幹筋を常に収縮させなければならず、大きな負担がかかっています。

●この構造に対して、POJI体幹筋サポーターを装着することで、腰部に最も近い外骨格の骨盤と肋骨をX連結することで不安定な腰椎を安定させることができ、また強伸縮性のバンドが左右から引き合うことで、脊柱のゆがみをまっすぐに整える力が働きます。

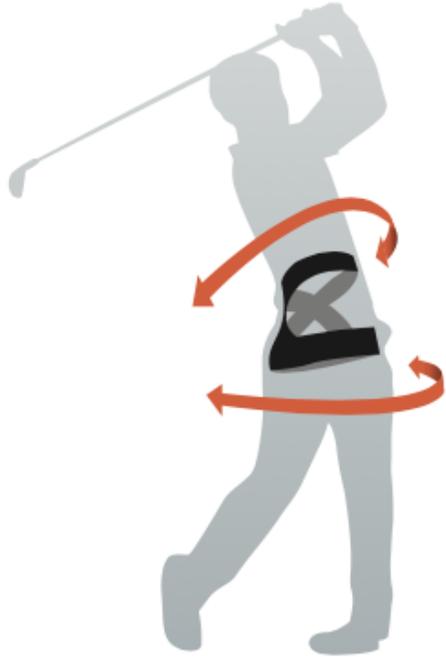


● POJI体幹筋サポーターは、クロスの強伸縮バンド部が真横よりもやや前方から始まります。やや前方から始まることによって、腰椎の生理湾曲部分に後ろから押す力が働き、最も上体重を分散しやすい背骨の生理湾曲をサポートします。

● また、強伸縮バンドが引き合うことで、骨盤を立て、胸を引き上げ、かつサポーターが筋力を補うため、腰周りの体幹筋そのものを脱力させても上体を支えることができます。

加えて屈曲（前に曲げる）、伸展（後ろに反らせる）、側屈（横に曲げる）、回旋（捻る）といった動作においても強伸縮バンドの張力によって筋力をサポートし負担を軽減します。

● 腰の悩みの原因の一つが、筋肉における疲労蓄積ではないかと考えられています。そのため、筋肉の筋収縮そのものを弱め脱力させてあげることで、動作の負担を軽減することで筋肉の回復をより促すことが重要であるという理論の元に考えたのが、POJI体幹筋サポーターです。



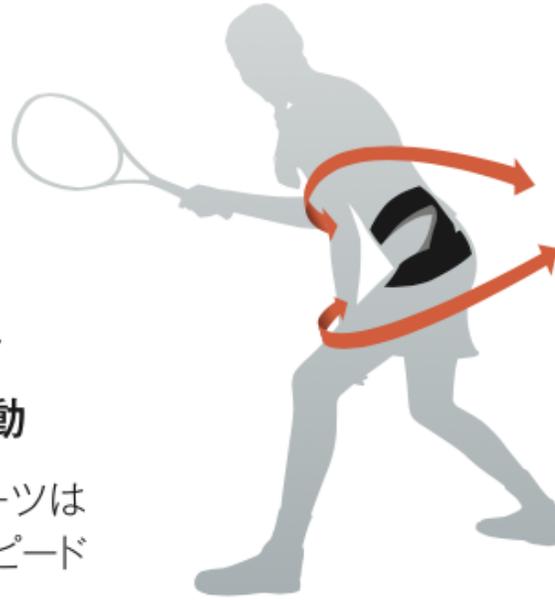
回旋

捻る

[スポーツに]

ゴルフ・野球・テニスなど
上体の回旋運動を伴う運動

腰を捻転してボールを打つスポーツは
強伸縮バンドの力により飛距離・スピード
アップが期待できます

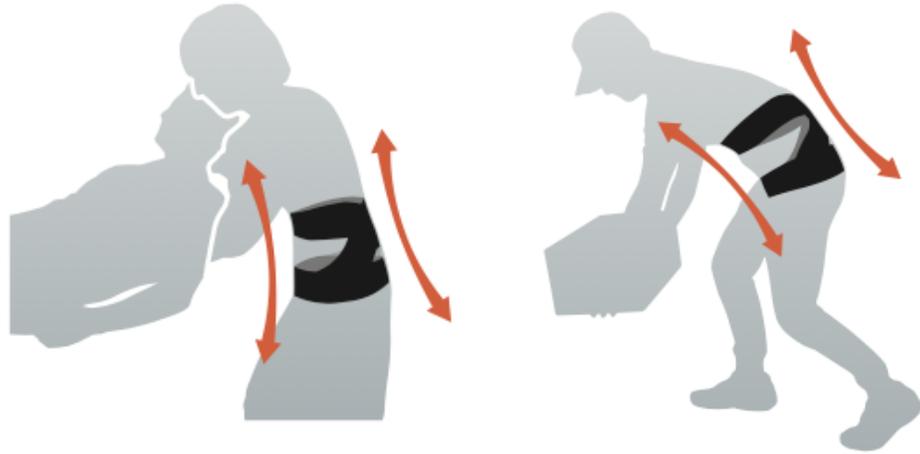


●ゴルフや野球、テニスといった捻転動作を伴うスポーツにおいては特に強伸縮バンドが筋力をサポートします。腰をとどめながら状態をひねる。このポーズはゴルフ、テニス、野球などでよく行われる回旋（捻転）運動です。

●背中の中のバンド部分が腰と上体のひねり動作で引っ張り合います。引っ張り合っている時には元に戻ろうとする力が働いているため、強伸縮バンドのパワーそのものが自分の筋力そのものにプラスされるということになります。

●その結果、データで見て分かるように、当然個人差はありますが、ゴルフであればヘッドスピードが数%上がり、基本的な体幹筋そのものの強化、パワーアップというものが強伸縮バンド分だけプラスになるということの証明になります。

介護職や運送・宅配業の方



事務などの座り作業はもちろん家事にも



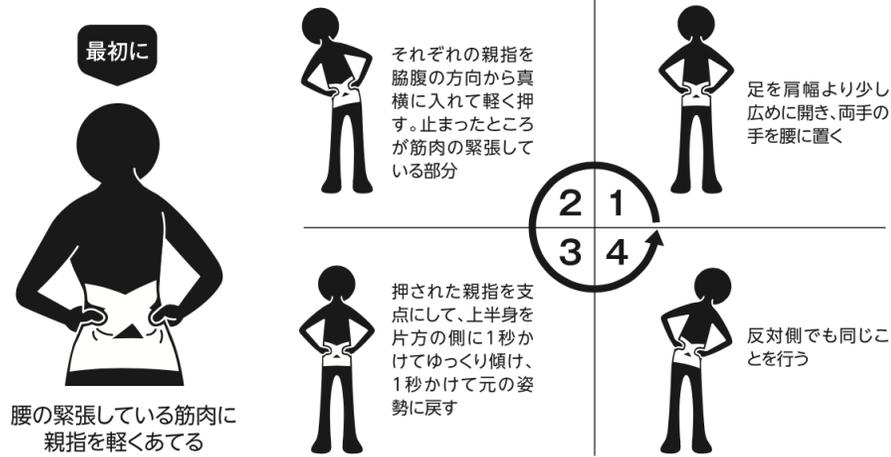
●スポーツだけではなく、職務腰痛にも非常に適しています。

重いものを持つ、前屈運動、また腰に負担がかかることが問題になっている介護職などにおいても、筋力を補うことで腰の動きそのものの負担軽減、なおかつパワーアップが可能です。

●装着時は腹部を圧迫しないので、座ってする作業や食事などのときの今までの苦しさなどは軽減され、動きそのものも阻害しません。また、高齢になればなるほど腰痛の発症しやすく、筋トレをして筋力を高めるというのも一つの方法とされていますが、このPOJI体幹筋サポーターは装着するだけで腰の筋力補助ができるので、日常的にすぐその効果が実感できます。

●これまでのサポーターの概念は圧迫固定という「筋肉を動かさない」、「安静にさせる」という考え方が一般的でした。一部で圧迫固定タイプのサポーターを使い続けると筋力が弱まるという意見が聞かれますが、POJI骨盤姿勢体幹筋サポーターは筋肉を休めたいときには休めさせることができ、なおかつ動くときには動きを阻害せず筋肉そのものの負担を軽減する、筋力の補助をしてくれる構造をもっているため、生活活動をしていれば筋力低下の恐れはありません。

骨盤・姿勢体幹筋サポーターを付けた状態で、以下のエクササイズを行うとより効果的に腰部の筋肉をリラックスさせることができます



①～④の動作を、途中で止めずに全部で10往復行う

温 冷 効果に役立つ！
カイロやアイスジェルが入れられる
「ポケット付」

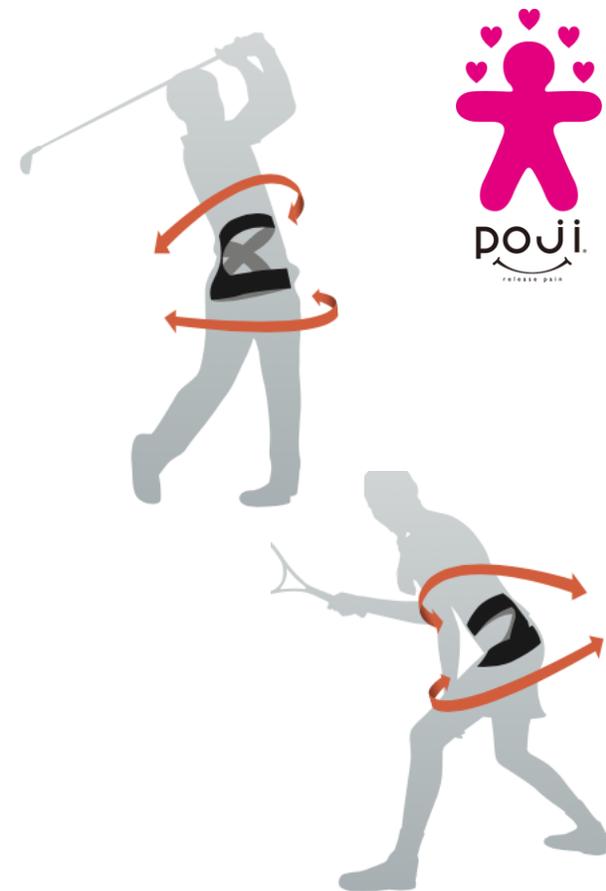
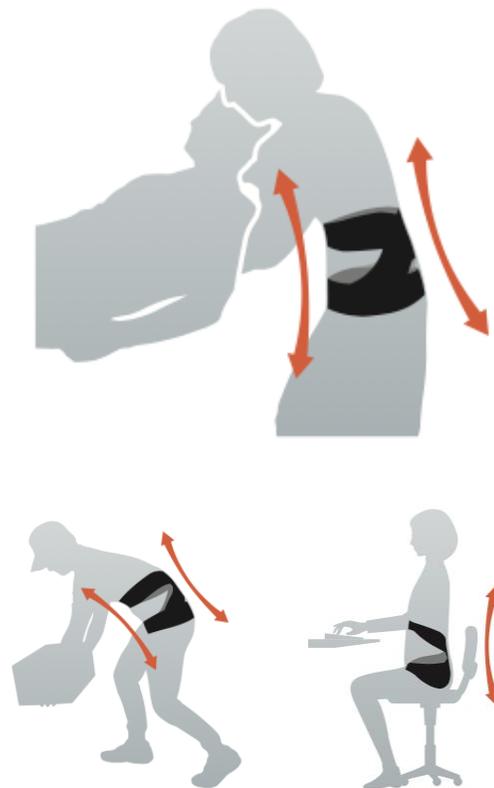


常時使用OK！

腰に負担を感じられた際に1時間程度使用していただくだけでも効果を感じていただけます。

- また、筋肉の血流を復活させること、血流を改善させることが筋肉の疲労を取るための良法とされているので、このクロス部分の左右を軽く押しながらストレッチすることで腰の負担を軽減できるため、おすすめです。
- 本体にはカイロポケットがあり、市販の使い捨てカイロ、または冷却ジェルを差し込めるため温熱療法にも最適です。
- POJI体幹筋サポーターは、常時使用していただいても問題はありませんし、腰に負担を感じられた際に1時間程度使用していただくだけでも効果を感じていただけます。
- 結局、腰痛は自分の疲労蓄積、筋肉にかかる負担がある一定を超えてしまった場合にブラジキニンなどの痛み物質が発生することによって発症すると考えられているため、逆に負担がその一定を超えないように、負担を和らげ、なおかつパワーアップを同時に図れるように開発したのがPOJI体幹筋サポーターです。

●日常生活・仕事
スポーツに



POJI骨盤姿勢体幹筋サポーターは、肋骨と骨盤を強伸縮バンドでX連結し、不安定な腰椎を安定させ、腰の筋肉の負担を軽減しつつパワーアップする、今までになかった全く新しいサポーターです。

お仕事やスポーツなどで腰に負担を感じられている数多くの方のお役に立てる商品です。

是非一度お試しください。