

はなまる イチオシ

商品

日常生活で困っていませんか？

- ✓ 重い物を長時間持てない
- ✓ フタなどが開けられない
- ✓ 物をよく落としてしまう



そんなあなたには、いろいろなシチュエーションでできる「にぎりっち」を使った「手指トレ」がおすすめ！

にぎりっちの特徴

■ 握りやすい形なので力も入りやすく簡単に握力強化できます。



指の形に合わせた縦長のくぼみが入った握りやすいハンドグリップです。力が入りやすい設計なのでケガの後のリハビリにも適しています。ご年配の方は、指先を動かすだけでも運動になります。運動不足の方にもとってもオススメです。

■ こんな方にオススメします！



ご年配

ケガ後のリハビリやロコモ対策に！

～ご年配の方は末端の指先を動かすことで脳に刺激が伝わります。空いている時間にグリップをコロコロ指先で転がしてください～

■ 様々な場面でお使いください！



好きな音楽のリズムに合わせて



本・新聞・テレビを見ながら



足踏みしながら

■ 運動イメージ 「にぎりっち体操マニュアル」付き
～脳力アップ編～

右手・左手、1日各10往復いしましょう。



1. 全部の指先を使って、にぎりっちを持ちます。



2. 親指と「①人差し指→②中指→③薬指→④小指」の順番に、指先を使ってつまんでいきます。

～血圧対策編～

左右2回ずつ、週3回行いましょう。



1. にぎりっちを全力の3割程度の力で2分間握ります。
※手で握ることで筋肉が縮み、血管が圧迫され血流が低下します。



2. 手の力を緩めて1分間休めます。再び2分間握り、1分間休めます。
※手を緩めると血流が戻り、一酸化窒素という物質が放出し、血管が広がります。

にぎりっち

指の形に合わせたくぼみで握りやすい



●アルインコ

厚さ2.6cm

ピンク(柔らかめ)

オレンジ(硬め)

- 重量/90g
- 材質/TPR(熱可塑性ゴム)

- ピンク(柔らかめ)とオレンジ(硬め)の2色展開でお好みでお選び頂けます。
- 体操マニュアル付き。



4つのくぼみと4つの突起が指にしっかりフィット

注文番号	商品名	価格
456236	にぎりっち(柔らかめ)	1.020円(税込)
456236	にぎりっち(硬め)	1.020円(税込)



はなまるレンタルサービス

* 福祉用具貸与・販売
* 住宅改修

2772404477

TEL: 072-805-0870
FAX: 072-805-0875

〒573-1162
大阪府枚方市田口1丁目19番3号

ホームページ→<https://time-get.com>
Twitter →@hanamarurental

