

カテゴリー別ランキング それぞれの人気ナンバーワンは、コレ!!

● フィットネスムービーを見ながらRelax&Workout

フィットネス リラクシングワーク No.1



安定感のあるダブルローラー構造の
ロック付き腹筋ローラー!

自在にブレーキでストップできる
トルネードロック機能付きです。
ダブルローラー トルネードロック
NH3550 本体価格 ¥2,500+税

● かんたん運動メニュー付き 筋トレ&ストレッチ

フィットネス ロコレッチ No.1



みんな大好き
やわらかバランスボールで楽しく筋トレ!

シニアの体型にフィットするコンパクト
仕様。破裂したときにゆっくりしぼむ
アンチバースタイプです。
小さいバランスボール20cm
NH3000 本体価格 ¥900+税

● 初めてでも安心! ラクに始める全身運動

ノルディック・ウォーク No.1

エッググリップを搭載し、
自然な手の握りて
らくらくウォーク!

初めてでも握りやすいグリップと、
安定性の高いボールキャップを
備えた使いやすいモデルです。

DFP
プログレッシブズーム (2本組)
WH1120
本体価格 ¥9,800+税



● 健康の秘訣は遊びながら楽しむこと

ニュースポーツ No.1



カコーン!
と打って、
わーっと
盛り上がる♪

赤チーム、白チームに分かれ
て、スティックでボールを穴に
入れ、得点を競うゲームです。

スコットボールセット
NH4100
本体価格 ¥78,000+税

- 印刷工程上の関係で、実際の商品の色と異なる場合がございます。
- 規格および仕様等を改良のため予告なく変更する場合がございます。
- 価格はすべてメーカー希望小売価格です。表示価格は全て税抜価格となっています。
- メーカー希望小売価格は消費税の改定や素材の価格変動その他の事情により予告なしに変更する場合がございます。

- カタログで表示の重量などは設計値です。実測値が設計値と若干異なる場合がございます。
- やむをえない事情により、価格の変更・生産完了となる場合がございます。
- カタログ有効期限2020.9.30

● ご注文・お問い合わせはこちらまで

楽レク 楽トレ

みんなの “健康づくり”

- ✓ フィットネス
- ✓ 健康増進支援サービス
- ✓ ウォーキング
- ✓ レクリエーション

総合カタログ
2019-2020

HATACHI



楽しもう、 好きなだけ。

だからずっと健康でいたいんだ。

世界を
健康で楽しくする
PROJECT

好きなことに熱中し続けられるって楽しい。
それを歳を重ねてもずっと続けられるなんてもっと楽しい。
そんなステキな生き方ができるのも「健康」だからこそ。
ハタチはそんなお手伝いをし続けています。
今までも、これからも。そして世界へ。
みなさんもこのPROJECTに参加しませんか。



健康に

楽5<レRAKUREKUク
楽5<トRAKUTOREル

- ✔ フィットネス
- ✔ 健康増進支援サービス
- ✔ ウォーキング
- ✔ レクリエーション

フィットネス
Fitness

P03

リラクシングワーク P03

ロコレッタ P16 筋トレ&ストレッチ P23



ノルディック・ウォーク
Nordic Walk

P24

ポール P24

アクセサリ P28



健康増進支援サービス

Wellsmile

P32

自立体力全国検定 P34

健康かみしばい P38

健康づくりトレーナー認定講座 P40

自立体カトレーニング P41



ニュースポーツ
New Sports

P42



卓上レク
Recreation

P51

かるた P51 卓上ゲーム P54

創作レク P60



フィットネス



Relaxing Work
LIFESTYLE FITNESS

なりたいたい自分をあきらめない、
35歳からのライフスタイルフィットネス。

リラクシング ワーク
「Relaxing Work」とは？
なりたいたい自分をあきらめない、35歳からのライフスタイル
フィットネスシリーズです。フィットネスムービーを見ながら、
ホームリビングの中でRelax&Workoutにおすすめです。

Webサイト



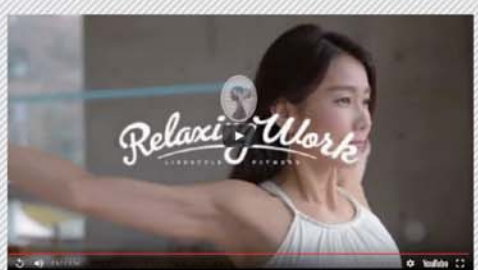
PLAY MOVIE



Relaxing Workは羽立工業㈱の登録商標です。商標登録番号 第5974450号

POINT 1 ライフスタイル&自己実現提案の新しいフィットネスデザイン

好きなものに囲まれたホームリビングでRelax&Workout。
カラダの部位にアプローチするフィットネスプロダクトと
ホームリビングフィットネスムービー。



POINT 2 ブランドの世界観を構築・浸透し購買価値を高めるコンテンツ

こだわりのパッケージ。
部屋の片隅にあってインテリアに溶け込むスタイリッシュなデザイン。
ライフスタイル&自己実現をパッケージデザインでも表現。



Relaxing Work

LIFESTYLE FITNESS

似合う服は、私が決める。

Fitness Movie

好きなものに囲まれたホームリビングの中でフィットネスムービーを見ながらRelax&Workout.

Product

女性のしなやかな筋肉のサポートにマッチするプロダクト。



1 グリグリ もちもち ローラー

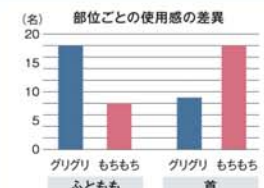
NH3800

本体価格 ¥3,500 + 税

- サイズ:長さ約31.5cm×φ12cm
- 重量:約545g
- 材質:フォーム部/エチレン・酢酸ビニル共重合樹脂 中芯部/アクリロニリル・ブタジエン・スチレン共重合樹脂
- 原産国:台湾

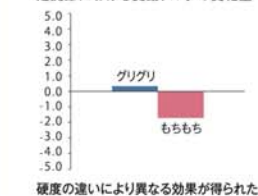
中京大学との共同研究

荒牧 勇 教授
中京大学 スポーツ科学部
スポーツ健康科学科



ふとももではグリグリ面、首ではもちもち面が気持ちよいと答えた人が多い

足関節における受動トルクの変化量



フォームローラーは、コンディショニングに役立つため多くのアスリートが使っています。フォームローラーの面の硬さは重要です。カラダの部位ごとに、フォームローラーの面の硬さで効果に差がでます。カラダの部位によって、また体型によって使用する面を変えると良いです。



「しっかり押す」でリフレッシュ
ふともも、足裏、おしりなど

2 スッキリ チューブ HARD

NH3500

本体価格 ¥1,000 + 税

- サイズ:長さ約45cm
- 重量:約100g
- 材質:サーモプラスチックラバー
- 強さの目安:約2kgの引っ張り力で約20cm伸びる(当社測定値)
- 原産国:台湾



二の腕・背中にちょうどいい長さ

3 スッキリ チューブ SOFT

NH3501

本体価格 ¥1,000 + 税

- サイズ:長さ約45cm
- 重量:約100g
- 材質:サーモプラスチックラバー
- 強さの目安:約2kgの引っ張り力で約48cm伸びる(当社測定値)
- 原産国:台湾



二の腕・背中にちょうどいい長さ

4 スッキリ コアボール 30cm

NH3600

本体価格 ¥1,000 + 税

- サイズ:約φ30cm
- 重量:約190g
- 材質:非フタル酸ポリ塩化ビニル
- 耐荷重の目安:約100kg
- 付属品:空気入れ用ストロー、空気栓(2ヶ)
- 原産国:台湾



大きめサイズで安定感アップ

5 スッキリ コアボール 20cm

NH3601

本体価格 ¥1,000 + 税

- サイズ:約φ20cm
- 重量:約120g
- 材質:非フタル酸ポリ塩化ビニル
- 耐荷重の目安:約100kg
- 付属品:空気入れ用ストロー、空気栓(2ヶ)
- 原産国:台湾



コンパクトサイズでちょうどいい

6 スッキリ ボール HARD

NH3700

本体価格 ¥1,000 + 税

- サイズ:約φ6.5cm
- 重量:約125g
- 材質:サーモプラスチックラバー
- 耐荷重の目安:約100kg
- 原産国:台湾



気持ちいいイボイボ付き

7 スッキリ ボール SOFT

NH3701

本体価格 ¥1,000 + 税

- サイズ:約φ6.5cm
- 重量:約100g
- 材質:サーモプラスチックラバー
- 耐荷重の目安:約100kg
- 原産国:台湾



気持ちいいイボイボ付き

※使用感には個人差があります

Relaxing Work

LIFESTYLE FITNESS

カッコつけて、いいんだぜ。

Fitness Movie

Product

やさしいガイドナビでトレーニング強度をステップアップ。ホームリビングでフィットネスムービーを見ながらRelax&Workout.

ネイビー×オフホワイトの西海岸テイストデザイン。遊び心とカシュレ感の雰囲気もいい感じ。



腹

「週末は、モテるパパ。」

離れて歩いて、なんて言わせない。
なんてたって腹回り、スッキリですから！
スマートなら外出も楽しい。



体幹

「媚びない自分を、つくる。」

ムリはムリって、ちゃんと言えます！
まっすぐな姿勢は自信を生む。
強い体幹で、まっすぐな自信



腕

「だんぜん、Tシャツ。」

腕むくのはさだけじゃない。
夢もこの手で掴むんだ。
たくましい腕だから、Tシャツも着こなせる



NH3550 本体価格 ¥2,500 + 税

- サイズ:長さ約36×φ17cm ●重量:約580g
- 材質:タイヤ/エチレン・酢酸ビニル共重合樹脂
ホイール/ポリプロピレン
ロック部分/アクリロニトリル、ブタジエン、スチレン共重合樹脂
グリップ/ハイデンシティーフォームラバーウレタン、鉄
- 使用回数目安:約10000回
- 原産国:台湾

ロック付 腹筋ローラー



自在にプレーキで
ストップできる
トルネードロック機能



握りやすさを
入れやすい
クッション性のある
グリップを採用



NH3750 本体価格 ¥1,500 + 税

- サイズ:約16×12×2cm
 - 材質:グリップ/ポリプロピレン、サーモプラスチックラバー パネ/鉄
 - 使用回数目安:約10000回 ●原産国:台湾
- soft **NH3750** 本体価格 ¥1,500 + 税
- 重量:約170g ●カラー:ネイビー×グレー ●重量:約180g ●カラー:ネイビー×ブラック
 - 強さ(設計値)目安:5-20kg ●強さ(設計値)目安:10-40kg

カウンター付き グリップ



ダイヤルで
負荷を調整



回数をカウント
できるカウンター



NH3650 本体価格 ¥15,000 + 税

- サイズ:ボール/約58×40cm チェア/約59×49×30cm
※ボールのサイズは空気の入れ方によりばらつきがあります
- 重量:約2.8kg
- 材質:ボール/チタン酸ポリ塩化ビニル チェア/ポリエチレン キャスター/ナイロン
- 【セット内容】
①バランスボール1ヶ、②チェア1ヶ、③キャスター4ヶ
④空気入れ1ヶ、⑤空気栓2ヶ
- 耐荷重の目安:約100kg
- 原産国:台湾

チェア付き バランスボール



安定感のある
バランスボール



安定感バツグンの
キャスター付きチェア

ストッパーで
しっかり固定

Relaxing Work

LIFESTYLE FITNESS

たのしく、仲良く、かっこよく。

Fitness Movie

Product

アクティブフィット×テンボリズム=めっちゃたのしい！
ホームリビングでフィットネスムービーを見ながらRelax&Workout.

ネイビー×オフホワイトのデザイン。
遊び心とカシュレ感の雰囲気もいい感じ。



FUN × FAMILY × FITNESS



胸

優しさは、強さ。

いつも微笑みを絶やさず
どんなことでも受け止める
「優しいね」って言われるのは弱さじゃない
さあ、胸を張れ！

2WAY形状
プッシュアップバー



腕だして、気分上々。

太陽がサンサンと輝く季節
それなのにコンコンするのは、らしくない
ノースリーブにTシャツも格くない
さあ、今日もアゲて行こう！

高速回転
エアなわとび



NH3510 本体価格 ¥3,500 + 税

- サイズ:約21×15×13cm ●重量:約525g/個
- 材質:パイプ/スチール、ポリプロピレン グリップ/ハイデンシティーフォームラバー
- 耐荷重の目安:約100kg ●原産国:台湾

ベーシック&ラウンド、
選べる2WAY形状



安定感のある
ベーシック面

トレーニング強度を
高めるラウンド面



NH3511 本体価格 ¥3,000 + 税

- サイズ:全長/約50cm ボール/約φ5cm グリップ/約φ3.8cm ●重量:約290g/個
- 材質:ボール/サーモプラスチックラバー ロープ/ポリ塩化ビニル グリップ/スチール、ポリプロピレン
- 原産国:台湾

高速回転
エアなわとび



高速回転ベアリングで
2重跳びもラクラク

ターボコアウエイト内蔵で
安定したグリップ重心

3

かっこいいは、自分でつくる。

スマートにナチュラルに広い胸で受け止めるのがいい
思いつき行こう
世界の中、ワクワクだ

胸

角度調整付きアームバー

4

薄着も、こわくない。

太陽も夏も味方
Tシャツもノースリーブもこわくない
ワタシは、ワタシのびやかに、生きていく

ニの腕

やわらか素材のスタイリッシュダンベル

5

伸ばせば、夢ふくらむ。

今日も1日お疲れ様
家族や仕事と背負うものは多くても伸ばせば広がる、たくさん入ってくる
今日も明日も、夢だらけ

背中

セバレート構造ボール

6

ヒール靴でシャンと。

いつでも楽しみたいわけじゃない
背筋を伸ばして歩きたい
シャンとしたママはきれいでしょ?

首

腰

足

しなやかに曲がってカラダにジャストフィット

7

ゆるめるから、うまくいく。

うまくいかない時は頭で考えるからダメなのよ
ぐっと押して力を抜こう

肩

ピンポイントでもちいい、ラクラクロング設計

8

リラックスが、最強。

日々こなすタスクにお疲れ?
がんばって進むのも大切ですがゆるめると、また入ってくる
リラックスが、ワタシを変える

足

お尻

足

トルネード形状回すたびにきもちいい

3

アームバー Flex

NH3520 本体価格 ¥3,500 +税

- サイズ:約38×17×4cm(伸ばした時)全長約64cm
- 重量:約850g
- 材質:スポンジ/ニトリルゴム
芯材、ネジ/ポリプロピレン パネ/鉄
- 原産国:台湾

グリップの角度で強度調整、トレーニングのバリエーション

トレーニング強度を調整できるダイヤル

しっかり握れるソフトグリップ

4

ソフトグリップダンベル

NH3512 0.5kg 本体価格 ¥2,500 +税

NH3513 1kg 本体価格 ¥2,500 +税

NH3514 1.5kg 本体価格 ¥3,300 +税

NH3515 2kg 本体価格 ¥3,300 +税

●材質:芯材/スチール スポンジ/ニトリルゴム キャップ/ポリ塩化ビニル、エチレン-酢酸ビニル共重合樹脂
●原産国:中国

●サイズ:長さ約19.5×φ8cm(グリップ約φ3.8cm)
●重量:約500g

●サイズ:長さ約22×φ8cm(グリップ約φ3.8cm)
●重量:約1kg

●サイズ:長さ約24×φ8cm(グリップ約φ4.2cm)
●重量:約1.5kg

●サイズ:長さ約26.4×φ8cm(グリップ約φ4.5cm)
●重量:約2kg

やわらか素材のスタイリッシュダンベル

やわらかい素材のカバーで握りやすい

スタイリッシュなデザイン

鉄芯を完全カバーの安心設計

一目で分かる重さ表記

コンパクトに収納できるセバレート構造

半円形状で安定感アップ

5

セバレートボール

NH3810 本体価格 ¥3,500 +税

- サイズ:長さ約45.5×φ約15cm(セバレート時/長さ約45.5×高さ8cm)
- 重量:約330g
- 材質:エチレン-酢酸ビニル共重合樹脂
- 原産国:台湾

セバレート構造採用でコンパクトに収納できる

ショートサイズ 45cm

コンパクトに収納できるセバレート構造

半円形状で安定感アップ

6

ツイストぐりぐりバー

NH3720 ピンク 本体価格 ¥1,000 +税

NH3721 ネイビー 本体価格 ¥1,000 +税

- サイズ:長さ約40×φ5cm
- 重量:約150g
- 材質:サーモプラスチックラバー
- 原産国:台湾

しなやかに曲がってカラダにジャストフィット形状

しなやかに曲がるツイストバー

凹凸形状でぐりぐりきもちいい

7

ぐりぐり Feel

NH3722 ピンク 本体価格 ¥1,500 +税

NH3723 ネイビー 本体価格 ¥1,500 +税

- サイズ:約45×20cm
- 重量:約210g
- 材質:ポリプロピレン
- 原産国:台湾

ピンポイントでもちいい、ラクラクロング設計

ラクラクロング設計で、小さな力でしっかり押し

2つの突起で両側からプレス

気持ちいいところをピンポイントでぐりぐり

8

トリガーローラー

NH3724 本体価格 ¥1,500 +税

- サイズ:長さ約44×φ4cm
- 重量:約230g
- 材質:外皮部分/サーモプラスチックラバー
芯材/ポリアセタール
- 原産国:台湾

トルネード形状回すたびにきもちいい

トルネード形状できもちいいみほぐし

自然な形で握りやすいエッググリップ形状

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

9

ブレないから、楽。

不安定な状況もなんのその
案に動ける身体をつくる
ワタシはワタシ
それでいいんじゃない?

お腹

低重心
ジムボール

10

自分軸で、行こう!

家族や人を優先しがち?
気がつくやと疲れ切っていたり
もっとワガママでもいいんじゃない?
きっと自分は、もっとおもしろい

体幹

ぐらぐらバランス
ステップボード

11

笑って、回せ!

踊るなら躍らせて
食い込め贅肉
燃えよ脂肪
世界はワタシが回してる

お腹

バランス重心
フラフープ

12

人生は、
チャレンジング!

落ち込むこともあるさ
それくらいの方が
人生は、より挑戦的だ
真つすく軸で、自信出せ!

体幹

水流体幹
コアチューブ

13

腹

ワクワクも愛も、
取り戻せ。

知ってますか?
お腹って、出でないだけで
自信でるんですよ
凹めよ腹、ふくらめ愛!

極厚フィットネス
マット

9

ジムボール
StayPlus

●材質:非フタル酸ポリ塩化ビニル ●耐荷重の目安:約100kg ●付属品:空気入れ(ラピッドポンプ)、空気栓(2つ) ●原産国:中国

55cm NH3620
本体価格 ¥3,000 +税
●サイズ:約φ55cm
●重量:本体/約900g 空気入れ/約100g

65cm NH3621
本体価格 ¥3,500 +税
●サイズ:約φ65cm
●重量:本体/約1kg 空気入れ/約100g

ラピッドポンプ
NH3629
本体価格 ¥1,000 +税

2倍速で空気を入れることができる
空気入れ(当社比)

デザイン性の高いリビングスタイル、
転がりにくい低重心設計

すべりにくい表面加工で
カラダをしっかりとサポート

空気入れ
(ラピッドポンプ)
付

安定感バツグンの
低重心設計

10

体幹
ステップボード

NH3622 本体価格 ¥9,800 +税

●サイズ:約60×40×10cm
●重量:約2kg
●材質:ボード本体/ラワン合板、ポリ塩化ビニル、ナイロン 脚クッション/ニトリルゴム、ナイロン
●原産国:台湾

デザイン性の高いリビングスタイル、
衝撃を吸収する静音設計

すべりにくい
表面加工

移動に便利な
持ち手付き

ぐらぐらバランス設計
& 静音設計

取外し可能で
コンパクト収納

11

フラフープ
PremiumTwist

NH3623 本体価格 ¥3,500 +税

●サイズ:約φ90cm ●重量:約1.1kg
●材質:外皮部分/ポリ塩化ビニル、ニトリルゴム
芯材/ポリプロピレン 重り/スチール
●原産国:台湾

回しやすいバランス重心設計の
凸凹形状フラフープ

回しやすい
バランス
重心設計

室内で使いやすい
もちもちカバー

お腹まわりをきもちよく
刺激する凸凹形状

分割してコンパクトに
収納できる組み立て式

12

AQUA
コアチューブ

NH3610 本体価格 ¥9,800 +税

●サイズ:長さ/約80×φ20cm 容量の目安/2~5リットル
●重量:約1.2kg
●材質:本体/ポリ塩化ビニル、ポリプロピレン 持ち手/ナイロン
●付属品:空気入れ、取扱説明書 ●原産国:中国

水の動きで体幹にアプローチ
重さを調整できる目盛り付き

水の動きで体幹にアプローチ

水の量で負荷調整できる
目盛り付き

専用
空気入れ
付

13

プレミアム
フィットネスマット

NH3611 本体価格 ¥5,800 +税

●サイズ:マット/長さ約180×幅60×厚さ1cm ストラップ/長さ約48cm
●重量:約1.2kg
●材質:マット/熱可塑性エラストマー バイビング/ポリエステル ストラップ/ナイロン
●原産国:台湾

極厚仕様で
超気持ちいい!

厚み10mm
縦180×横60cmの
ロングサイズ

波模様の超グリップ
すべりにくい
TPE素材採用
環境にもやさしい

おしゃれな
バイビング仕立て

ハンドキャリアー付きで
持ち運びしやすい

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

Relaxing Work

LIFESTYLE FITNESS

おうちでオフィスで、旅気分。

Concept

TABI YOGA MOVIE

がんばるあなたを、旅気分ですっきりリフレッシュ。なりたいたい自分をおきあめない、35歳からのライフスタイルフィットネス。

旅先の開放感を感じるアイテム&ムービー。かんたんヨガポーズで極上リラックス&爽快リフレッシュ。



背中

ビビ島ビーチで、
極上お昼寝

ここはまさに南国の島
コーラルブルーの美しい海が
身も心も開放してくれる
人の機嫌より自分の機嫌を取ろう

首

太極礼拝の
ポーズ

ビビ島
コーラルブルーの海の色

キューケンホフ
チューリップの色

脇

夕日が、
一日を浄化する

モンサンミッシェルの対岸に立ち
紫色に染まる空を眺めながら
夕日に包まれる
明日はちゃんと来るから大丈夫

三角の
ポーズ

背中
鎖骨
まわり

足

モンサン
ミッシェル
夕暮れの色

ユカタン半島
ピンク
ラグーンの色

ジャズシール
シャーナ
のポーズ

手
顔

1 旅する お昼寝ピロー NEW

●サイズ: 約26×27×14cm
●重量: 約415g
●材質: 本体 / 低反発ポリウレタンフォーム、ナイロン カバー / 綿、ポリエステル、スパンデックス ぐりぐり玉 / エチレン・酢酸ビニル共重合樹脂
●原産国: 中国

からだにフィットするオリジナル形状 & 低反発フォームで包みこまれる気持ちよさ

NH3830-35
本体価格 **¥4,500**+税
●カラー
グリーン

位置が調整できる
ぐりぐり玉内蔵で
心地よい刺激

取り外して洗えるカバー

NH3830-66
本体価格 **¥4,500**+税
●カラー
ワイン

2 旅する スッキリナッツ NEW

NH3731 本体価格 **¥1,000**+税

●サイズ: 本体 / 約10.5×φ5.5cm ストラップ / 約7.5cm
●重量: 約110g
●材質: サーマンプラスティックラバー、ポリプロピレン
●原産国: 台湾

コンパクトな
手のひらサイズ

からだにフィットする
ナッツ形状

ストラップ付きで
持ち運びに便利

3 旅する 星砂 NEW

NH3732 本体価格 **¥1,000**+税

●サイズ: 大 / 約5.8×4.7×4.7cm 小 / 約5×3.9×3.9cm
●重量: 大 / 約45g 小 / 約20g
●材質: 大 / サーマンプラスティックラバー 小 / ポリスチレン
●硬さの目安: 大 / soft 小 / hard
●原産国: 台湾

大きさ・硬さの異なる
2個入り

小さな突起で
ピンポイントに刺激

ソフトな感触で
やさしく刺激

手のひらにすっぽりおさまるサイズ



Relaxing Work

LIFESTYLE FITNESS

日々の中に、余白を。

Fitness Movie

Product

頭と心のスイッチを切り替える、ON/OFFムービーを見ながら、1分で私をリセット。

大人の女性を美しく見せる、肌なじみのよいナチュラルでシックなカラーのプロダクト。

シーンにあわせて選ぶ
冷温2way機能



リフレッシュ

冷蔵庫で冷やし、ひんやりリフレッシュ。

お風呂で温め、じんわりリラックス。

【冷やし方: 冷蔵庫に約60分入れる】 【温め方: 40度以下のお湯に約30分つける】

1 思考をカラッポ、
そしてリセット。

首



2 立ち止まる、
見つめ直す。

足の裏



3 誰にも気兼ねしない、
贅沢。

もも



繋がらない、
そんな時間も大切。

肩甲骨 まわり



一瞬でもいい、
すべてを忘れる。

首



1 リセットローラー STICK NEW

NH3712 本体価格 ¥1,800 +税

- サイズ: 長さ約18×幅8cm (ボールφ約5cm)
- 重量: 約120g
- 材質: ボール/ステンレス、ジェル 持ち手/ポリプロピレン
- 原産国: 台湾

COOL ⇄ HOT

温度が持続する
ジェル内蔵のボール

まっすぐ転がしやすい
持ち手付き



2 リセットローラー SMALL NEW

NH3710 本体価格 ¥1,800 +税

- サイズ: 高さ約6×φ約7cm (ボールφ約5cm)
- 重量: 約140g
- 材質: ボール/ステンレス、ジェル
台座/ポリ塩化ビニル、アクリロニトリル・ブタジエン・スチレン共重合樹脂
- 原産国: 台湾

COOL ⇄ HOT

温度が持続する
ジェル内蔵のボール

細かな部位にちょうどいい
スモールサイズ



3 リセットローラー LARGE NEW

NH3711 本体価格 ¥2,000 +税

- サイズ: 高さ約7×φ約8cm (ボールφ約6cm)
- 重量: 約250g
- 材質: ボール/ステンレス、ジェル
台座/サーモプラスチックラバー、ポリプロピレン
- 原産国: 台湾

COOL ⇄ HOT

温度が持続する
ジェル内蔵のボール

広い部位にちょうどいい
ラージサイズ



4 リセットバー SHOULDER NEW

NH3713 本体価格 ¥1,500 +税

- サイズ: 約43×19×4cm (折り畳み時/約28×19×4cm)
- 重量: 約230g
- 材質: ポリプロピレン、スチール
- 原産国: 台湾

気持ちいいところを
ピンポイントでぐりぐり

持ち手の突起で
手の平も心地よくプッシュ



折りたたみ式でコンパクト



5 リセットバー NECK NEW

NH3714 本体価格 ¥1,500 +税

- サイズ: 約13×44×4cm (折り畳み時/約25×19×4cm)
- 重量: 約210g
- 材質: ポリプロピレン、スチール
- 原産国: 台湾

気持ちいい角度に調整できる

持ち手の突起で
手の平も心地よくプッシュ



折りたたみ式でコンパクト



おうちでカンタン習慣

ロコレッチ

40才 50才 60才 70才代



筋トレ & ストレッチ

「ロコレッチ」とは？

健康づくり・ロコモ対策に特化した、かんたん運動メニュー付きの筋トレ&ストレッチシリーズです。40代からのロコモ対策におすすめです。

POINT 1

軽い・やわらかい・コンパクトな道具だから運動初心者にも親しみやすい!



POINT 2

健康づくり・ロコモ対策に特化した運動メニューつきだから中高年・高齢者でも、かんたん・やさしい・はじめてでもできる!

POINT 3

わかりやすく親しみやすいデザインだからたのしく筋トレ&ストレッチができる♪

ロコレッチ® は羽立工業株式の登録商標です。商標登録番号 第5628194号

肩とストレッチの要

肩こり編

どうすればいいの？

「肩こり」対策ならココをトレーニング!

肩 肩甲骨 背中

肩、肩甲骨まわりの柔軟性がポイントです

36 LINE-UP

全商品ミニブック付き



YouTube

ロコレッチ 検索 動画チャンネル開設しました。

1 ロコチューブ 背中でギュッ



つばさをひろげるように。



肩甲骨

背中

2 ダンベルボール 8の字ぶらぶら

肩まわり



手で水をかくように。



3 ロコチューブダブル 胸でギュッ

胸

肩甲骨



アコーディオンをひらくように。



4 ダンベルリング スローボクサー

肩



ボクサーのように。



1 ロコチューブ

●サイズ:長さ約35cm ●重量:約85g
●材質:サーモプラスチックラバー ●原産国:台湾



よわめ NH3001

本体価格 ¥900 +税

●強さの目安:2kgの引っ張り力で約30cm伸びる(当社測定値)
●カラー:グリーン

つよめ NH3002

本体価格 ¥900 +税

●強さの目安:2kgの引っ張り力で約20cm伸びる(当社測定値)
●カラー:ブルー

2 ダンベルボール

●サイズ:約φ12cm
●材質:コア部分:スチール、外皮部分:非フタル酸ポリ塩化ビニル ●原産国:台湾



500g×2コ NH3206

本体価格 ¥2,500 +税

●重量:約500g/個
●カラー:ライトグリーン

1kg×2コ NH3207

本体価格 ¥2,800 +税

●重量:約1kg/個
●カラー:レッド

3 ロコチューブダブル

●サイズ:長さ約40cm ●重量:約115g
●材質:サーモプラスチックラバー ●カラー:ピンク ●原産国:台湾



NH3006

本体価格 ¥1,800 +税

●指にフィットする握りやすいグリップ
●ダブルチューブで安定の操作性

4 ダンベルリング

●材質:ポリエステル合成繊維、鉄粉 ●カラー:ブルー
●原産国:台湾
※重さは多少前後する場合があります。



225g 2コ NH3200

本体価格 ¥2,200 +税

●サイズ:約φ7.5cm
●重量:約225g/個

450g 2コ NH3201

本体価格 ¥2,200 +税

●サイズ:約φ8cm
●重量:約450g/個

5 サークルチューブ

●サイズ:長さ約90cm ●重量:約130g
●材質:フォームラバー、サーモプラスチックラバー ●カラー:イエロー ●原産国:台湾



NH3007

本体価格 ¥1,800 +税

●手にやさしいソフトグリップ
●ループ形状のロングタイプ

6 ロコレラバー

●サイズ:長さ1.2m×幅15cm ●重量:約30g
●材質:天然ゴム ●原産国:台湾



よわめ NH3008

本体価格 ¥1,800 +税

●強さの目安:2kgの引っ張り力で約100cm伸びる(当社測定値)
●カラー:イエロー

つよめ NH3009

本体価格 ¥1,800 +税

●強さの目安:2kgの引っ張り力で約50cm伸びる(当社測定値)
●カラー:グリーン

ポイント

●弱テンション 中高年・女性向け
●コンパクトで手軽に使える
●握りやすいグリップ

●強テンション 男性向け
●コンパクトで手軽に使える
●握りやすいグリップ

●やわらか球状ウエイト
●方向性なしでかんたん
●選べる2種の重さ

●指にフィットする握りやすいグリップ
●ダブルチューブで安定の操作性

●リング形状で持ちやすい
●やわらか素材
●選べる2種の重さ

●手にやさしいソフトグリップ
●ループ形状のロングタイプ

●弱テンション 中高年・女性向け
●コンパクトにためる薄型ラバー
●広い範囲に力を分散する幅広タイプ

●強テンション 男性向け
●コンパクトにためる薄型ラバー
●広い範囲に力を分散する幅広タイプ

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

▼トレーニングが動画で見られます。

ロコレッチ 検索

検索

YouTube

https://www.youtube.com/user/locoretch





腰痛編

間トレス
ストレッチ爪の
ニ

どうすればいいの？



「腰痛」対策ならココをトレーニング!

- お腹
- お尻
- 背中

腰を支えるお腹、お尻、背中をバランスよくトレーニングすることがポイントです

36 LINE-UP 全商品 ミニブック 付き

YouTube [ロコレッチ](#) [検索](#)
動画チャンネル開設しました。

1 ロコチューブカルテット 脚あげひらき

- お腹
- ももの内側



2 大きいバランスボール バランスX

- 背中
- お尻



3 ロコチューブリング ヒップアップ

- お尻



4 ロコリング 座って腹筋

- お腹



ひざ痛編

間トレス
ストレッチ爪の
三

どうすればいいの？



「ひざ痛」対策ならココをトレーニング!

- もも
- ひざまわり

もも全体のトレーニングとひざまわりの柔軟性がポイントです

36 LINE-UP 全商品 ミニブック 付き

YouTube [ロコレッチ](#) [検索](#)
動画チャンネル開設しました。

1 小さいバランスボール ボールはさみ

- ももの内側



2 ロコチューブ大きいグリッ プ押し上げギョツ

- ももの後ろ
- ふくらはぎ



3 ロコチューブロング どっこいしょ

- もも



4 洗える巻きウエイト ヒザの曲げのぼし

- ももの前
- ひざまわり



<p>1 ロコチューブカルテット</p> <ul style="list-style-type: none"> ●サイズ:長さ約44×幅13cm ●重量:約120g ●材質:サーモプラスチックラバー ●原産国:台湾 <p>よわめ NH3020 本体価格 ¥2,000 +税</p> <p>ふつう NH3021 本体価格 ¥2,000 +税</p>	<p>2 大きいバランスボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ●材質:非フタル酸ポリ塩化ビニル ●耐荷重の目安:最大約100kg ●付属品:空気入れポンプ、空気栓 ●原産国:台湾 <p>45cm NH3030 本体価格 ¥3,000 +税</p> <p>55cm NH3031 本体価格 ¥3,300 +税</p>	<p>3 ロコチューブリング</p> <ul style="list-style-type: none"> ●サイズ:約φ20cm ●重量:約111g ●材質:サーモプラスチックラバー ●カラー:ピンク ●原産国:台湾 <p>NH3005 本体価格 ¥1,800 +税</p>	<p>4 ロコリング</p> <ul style="list-style-type: none"> ●サイズ:約φ38.5cm ●重量:約195g ●材質:グリッ / フォームラバー ●パイプカバー / フォームラバー、芯材 / 繊維強化プラスチック ●原産国:台湾 <p>よわめ NH3010 本体価格 ¥2,700 +税</p> <p>つよめ NH3011 本体価格 ¥2,700 +税</p>
--	--	--	--

<p>1 小さいバランスボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ●サイズ:約φ20cm ●重量:約90g ●材質:非フタル酸ポリ塩化ビニル ●カラー:ブルー ●耐荷重の目安:最大約100kg ●付属品:空気入れ用ストロー、空気栓 ●原産国:台湾 <p>20cm NH3000 本体価格 ¥900 +税</p>	<p>2 ロコチューブ大きいグリッ プ</p> <ul style="list-style-type: none"> ●サイズ:長さ約40cm ●重量:約145g ●材質:サーモプラスチックラバー ●カラー:ピンク ●原産国:台湾 <p>NH3012 本体価格 ¥1,500 +税</p>	<p>3 ロコチューブロング</p> <ul style="list-style-type: none"> ●サイズ:長さ約68cm ●重量:約175g ●材質:サーモプラスチックラバー ●原産国:台湾 <p>よわめ NH3003 本体価格 ¥1,800 +税</p> <p>つよめ NH3004 本体価格 ¥1,800 +税</p>	<p>4 洗える巻きウエイト</p> <ul style="list-style-type: none"> ●材質:本体 / ポリエステル合成繊維、鉄粉、ナイロン、鉄 ●洗えるパッド / ポリエステル合成繊維、ストレッチタングゴム ●カラー:ブルー ●付属品:洗えるパッド2枚 ●原産国:台湾 ※重さは多少前後する場合があります。 <p>250g 2コ NH3211 本体価格 ¥2,400 +税</p> <p>500g 2コ NH3212 本体価格 ¥2,400 +税</p> <p>1kg 2コ NH3213 本体価格 ¥2,800 +税</p>
--	--	---	--

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

ポイント

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

ポイント

手先編

どうすればいいの？

「手先」対策ならココをトレーニング!

指 手のひら 手首

✓ 手指を動かし刺激することがポイントです

1 ハンドグリップリングをギュッ 指1本つなひき

握力をはかるイメージ。

お菓子の袋をあけるように。

指 手のひら

36 LINE-UP 全商品ミニブック付き

YouTube ロコレッチ 検索

2 ソフトハンドボール ニギニギ まるくコロコロ

手首 手のひら

おだんごを握ったりころがすように。

3 ソフトハンドグリップα 指ひねり グリップのばし

指 手首

おもちをちぎったりのばすように。

4 コロコロボール 前へのびーる

手首

先にあるものをとろうとするように。

1 ハンドグリップリング

2コ NH3100 本体価格 ¥900 + 税

- サイズ: 約φ7cm
- 重量: 約38g/個
- 材質: サーマンプラスティックラバー
- カラー: イエロー
- 原産国: 台湾

2 ソフトハンドボール

S NH3103 本体価格 ¥900 + 税

M NH3104 本体価格 ¥1,200 + 税

L NH3105 本体価格 ¥1,500 + 税

- 材質: サーマンプラスティックラバー ●原産国: 台湾
- ※カラーは異なる場合があります。

3 ソフトハンドグリップα

NH3106 本体価格 ¥1,500 + 税

- サイズ: 約φ8cm
- 重量: 約100g
- 材質: サーマンプラスティックラバー
- カラー: ピンク
- 原産国: 台湾

4 コロコロボール

S NH3101 本体価格 ¥900 + 税

M NH3102 本体価格 ¥1,200 + 税

- 材質: 非フタル酸ポリ塩化ビニル
- カラー: ブルー
- 原産国: 台湾

ウォーキング Good編

どうすればいいの？

「ウォーキング」にはココをトレーニング!

肩 もも 股関節 体幹

+ 脚のケア ✓ 肩と股関節の柔軟性と体幹がポイントです

1 ウォーキングジムバー 腕ふり・前へ一歩

腕のふりをスムーズに・姿勢をまっすぐに保つ

芯が一本通るイメージ。

ふりこのように。

36 LINE-UP 全商品ミニブック付き

YouTube ロコレッチ 検索

2 ロコチューブカルテット つよめ 四つばい蹴り出し

力強く蹴り出す

大きな岩を動かすように。

3 コロコロパッド じんわりプッシュ

脚の運びをスムーズに

あたたかいものが湧きでるイメージ。

4 ロコナッツ 足裏コロコロ

脚の疲れをやわらげる

ブランコがゆれるイメージ。

1 ウォーキングジムバー

NH3210 本体価格 ¥3,800 + 税

- サイズ: 長さ約62×φ4.5cm (分割時長さ約31.5cm)
- 重量: 約900g/個
- 材質: コア部分/スチール、外皮部分/ニトリルゴム
- ジョイントパーツ/ポリプロピレン
- カラー: レッド ●原産国: 台湾

2 ロコチューブカルテット

つよめ NH3022 本体価格 ¥2,000 + 税

- サイズ: 長さ約44×幅13cm ●重量: 約120g
- 材質: サーマンプラスティックラバー
- カラー: ブルー
- 強さの目安: 2kgの引っ張り力で約10cm伸びる (当社測定値)
- 原産国: 台湾

3 コロコロパッド

NH3110 本体価格 ¥1,800 + 税

- サイズ: 約φ17×高さ約9cm ●重量: 約380g
- 材質: 非フタル酸ポリ塩化ビニル
- カラー: ピンク
- 耐荷重の目安: 最大約100kg
- 原産国: 台湾

4 ロコナッツ

NH3120 本体価格 ¥1,800 + 税

- サイズ: 長さ約13×高さ約6cm ●重量: 約150g
- 材質: 非フタル酸ポリ塩化ビニル
- カラー: レッド
- 耐荷重の目安: 最大約100kg
- 原産国: 台湾

ポイント

- 手のひらサイズの握りやすいグリップ
- イボイボが気持ちいい
- 2個入り
- 手のひらサイズのやわらかボール
- 程よい柔らかさ
- 選べる3種のサイズ (強さは共通)
- 手のひらサイズのやわらかグリップ
- 程よい柔らかさ
- イボイボが気持ちいい
- 程よい硬さ
- 選べる2種のサイズ (硬さは共通)
- 連結分解できるセパレートバー
- 手触り快適ソフトグリップ
- 程よい重さ900gタイプ
- 強伸男性向け
- 4方向自由自在
- 持ち方を変えてつよめ調整
- 半円だから安定、使いやすい
- 寝るだけストレッチ
- イボイボが気持ちいい
- 手にフィット
- 手におさまやすいナッツ形状
- コンパウンドで手軽に使える

ロコレッヂ 全79種の筋トレ&ストレッチでお悩み解決!

お悩み	シリーズ	小さいバランスボール 20cm	大きいバランスボール	ロコチューブ	ロコチューブ ロング	ロコチューブ リング	ロコチューブ ダブル	ロコチューブ カルテット	ロコチューブ カルテット (つよめ)	ロコチューブ 大きいグリップ	ロコレバー
「肩こり」 詳細は P16	わきほきみ ボール投げまね			肩わきぎゅっ 背中ぎゅっ 腕押し アームカール	腕押し アームカール	腕押し アームカール	腕押し アームカール	腕押し アームカール	腕押し アームカール	腕押し アームカール	腕押し アームカール
「腰痛」 詳細は P18	お尻バランス	バランスX 股関節ほぐし		ウエストひねり	ヒップアップ			平足ぎ 脚あげひらき	脚あげ腹筋	バランス お尻をぎゅっ	
「ひざ痛」 詳細は P19	ボールはさみ	ヒザの曲げのばし バレリーチ		どっこいしょ	座ってどっこい			壁押しぎゅっ ヒザ押しぎゅっ	のばしてぎゅっ	ひざ押しぎゅっ 押し上げぎゅっ	
「手先」 詳細は P20											クシュクシュ
「ウォーキング」 詳細は P21					スクワット			四つばい置り出し 横バランス			お尻で確認 スクワット

お悩み	シリーズ	ロコリング	ハンドグリップ リング	コロコロ ボール	ソフトハンド ボール	ソフト ハンドグリップα	ロコナッツ	コロコロパッド	洗える香きウエイト	ダンベルボール
「肩こり」 詳細は P16	どっこいしょ ハンドル体操 8の字体操						肩たたき	胸ひろげのばし		8の字ぶらぶら 横でスイング
「腰痛」 詳細は P18	座って腰筋 腰筋リング							お尻をぎゅっ		はさんで腰筋タッチ
「ひざ痛」 詳細は P19							ひざの後ろプッシュ	ふくらはぎプッシュ		ヒザの曲げのばし
「手先」 詳細は P20	リングをぎゅっ 指でぎゅっ 指1本つなひき 指2本つなひき	手のひらコロコロ 指へのびる まるくコロコロ	ニギニギ 手のひらでぎゅっ 指でぎゅっ 指へのびる まるくコロコロ	グリップのばし 指つなひき グリップをぎゅっ 指ひねり						
「ウォーキング」 詳細は P21		足裏コロコロ	アキレス腱 ふくらはぎのばし じんわりプッシュ	足踏み 脚ふりこA 脚ふりこB	座ってどっこい					

ロコレッヂ Life Style

気持ちよくなって、もっとずぼらになっちゃった♪
ずぼらなワタシの新しい健康生活雑貨。

足ぶらし ウォッシュ NH3111

泡立てて足を洗う

本体価格 ¥1,500 +税

- サイズ:長さ約28×幅13×高さ3cm
- 重量:約270g
- 材質:非フタル酸ポリ塩化ビニル
- 原産国:台湾

猫あるき NH3112

本体価格 ¥2,500 +税

- サイズ:長さ約10×幅11×高さ6cm
- 重量:約450g/個
- 材質:サーモプラスチックラバー
- 入数:2コ
- 原産国:台湾

癒しの猫ほぐし NH3130

フェイスラインにそって

本体価格 ¥900 +税

- サイズ:長さ約10.5×幅7×高さ8.5cm
- 重量:約65g
- 材質:ポリスチレン
- 原産国:台湾

癒しの猫ほぐしローラー NH3131

身体の先から中心へ

本体価格 ¥1,500 +税

- サイズ:長さ約12×幅7×高さ8.5cm
- 重量:約85g
- 材質:ポリスチレン
- 原産国:台湾

かんたん体力づくり 筋トレ&ストレッチ

好きな長さにカットして使える25mロールタイプ。

ロールタイプ トレーニングラバー
スーパーソフト25m

介護予防に!
強度の目安 弱

NH5465
本体価格 ¥9,800 +税

- サイズ:長さ25m×幅15cm
- 材質:天然ゴム
- 強さの目安:2kgの引っ張り力で約100cm伸びる(当社測定値)
- カラー:イエロー
- 原産国:台湾、総重量:約880g

ロールタイプ トレーニングラバー
ソフト25m

筋力UPに!
強度の目安 強

NH5466
本体価格 ¥12,800 +税

- サイズ:長さ25m×幅15cm
- 材質:天然ゴム
- 強さの目安:2kgの引っ張り力で約50cm伸びる(当社測定値)
- カラー:グリーン
- 原産国:台湾、総重量:約1.2kg

断面が楕円形で手にくい込まず、
手に重ねて巻き付けることができる。

トレーニングチューブ
ソフト

NH5451
本体価格 ¥2,000 +税

- サイズ:長さ3m
- 材質:新素材(無臭特殊合成ゴム)使用
- 原産国:台湾、総重量:約195g

※カラーはカタログと異なる場合があります。



弾力に優れた
厚手タイプ6mm。

ストレッチマット
(ケース付)

NH5600
本体価格 ¥4,200 +税

- サイズ:174×61cm/厚さ6mm
- 材質:ポリ塩化ビニル
- 原産国:台湾

※カラーはカタログと異なる場合があります。



(専用ケース)

清潔に洗える!

ノルディック・ウォーク

☆☆ **歩き方スタイル** をみつけよう! ☆☆

「ノルディック・ウォーク」とは?

2本のポールを持って歩く、北欧生まれの新しいウォーキングです。手軽さと高い運動効果が注目されています。

体への負担を減らしながら、上半身を使う **ディフェンシブスタイル**

1 MEDICAL WALK メディカルウォーク

腰・ひざ・股関節に痛み、体力に自信がないなど、運動をすることに對して不安がある人向け。転倒防止・介護予防・運動療法での活用にも。



運動強度
弱 中 やや強い 強い

腕の振り方

前に手を押し出すように自然に出す。

ポールのつき方

拇指球から土ふまずの間に垂直につく。

2 HEALTHY WALK ヘルシーウォーク

最近、運動不足気味で、徐々に身体を動かしたいが、どんな運動をしたらいいか迷っている人向け。また無理なく続けられる運動をしたい人にも。



運動強度
弱 中 やや強い 強い

腕の振り方

前方を意識して手を押し、ひじをしっかりと引く。

ポールのつき方

つま先から拇指球の間に垂直につく。

上半身を積極的に使い、運動効果が高い **アグレッシブスタイル**

3 SPORTS WALK スポーツウォーク

健康維持のウォーキングじゃ物足りない筋肉を使って運動していることを感じたい人向け。エクササイズ・フィットネスとしてもオススメ!



運動強度
弱 中 やや強い 強い

腕の振り方

肩を支点に振り子のように振る。

ポールのつき方

拇指球から土ふまずの間に斜めにつく。

4 HARD WALK ハードウォーク

体力強化のためのトレーニングだという姿勢で臨み、もっとハードに身体に負荷をかけた人向け。アスリート向けスポーツとしても楽しめる。



運動強度
弱 中 やや強い 強い

腕の振り方

肩を支点に大きく振る。

ポールのつき方

拇指球から土ふまずの間に斜めにつく。

HATACHI
オリジナル
DEFENSIVE
POLE

初めてでも安心!
ラクに始める全身運動

ディフェンシブポール

運動療法からフィットネスまで幅広く対応!
初めてでも握りやすいグリップと、安定性の高いポールキャップを備えた使いやすいモデル。

POINT 1 カンタン装着でしっかりフィット

マジックテープでカンタンに手にフィット手をしっかりと包み込む。取り外して洗うことができ、清潔に保つことができる。右手用はオレンジ色、左手用は黒色と、左右がわかりやすい。



POINT 2 握りやすさを追求したたまご形状

新開発のエッググリップを搭載! 握りやすさを追求したたまご形状が、手の中ですっぽりと収まる。自然な手の引っ掛かりを感じることができるため、無理のない自然な手の形で握ることができる。



フィット型ゴム

特許第5785726号

POINT 4 接地面積1.8倍の安心先ゴム

ポールの突き角度に合わせて地面に追従する首ふり設計で、地面に広い接地面積を確保。突き損じや滑りを軽減し、安心なウォーキングをサポート。

※当社比較



- 05 ガンメタリック
- 45 イエロー
- 62 レッド
- 64 ピンク
- 68 パープル

DFP プロGRESSIVズーム (2本組)

WH1120 本体価格 ¥9,800+税

素材	シャフト	アルミ
	グリップ	ナイロン、エラストマー
	ストラップ	ポリエステル、ポリプロピレン
重さ	約250g/本	
原産国	台湾	

■ グリップタイプ: エッググリップ ■ ポールキャップ: フィット型

伸縮タイプ
対応身長 約131cm~約190cm
調節範囲 約85cm~約124cm
サイズ調整できます。
最短時収納サイズ: 約83cm

※身長は体格に個人差がございますので、あくまでも目安となります

HATACHI
オリジナル
AGGRESSIVE
POLE

もっと元気に!
推進力を使って

アグレッシブポール

フィットネスからトレーニングによる基礎体力強化まで。本格的なグリップ機構と斜め突きで地面を捉えるポールキャップにより、推進力が高まるスポーツモデル。

一体感が
高い設計で、
グングン歩ける
スポーツモデル!



POINT 1 カチッと押せば手は自由に

グリップトップのボタンを押すことで、ストラップをワンタッチで着脱し手の一体感が高いストラップでも、取り外しが簡単。

身体にやさしいサイズ
調整設計でみんなにピッタリ
フリーサイズ設計で、微妙なサイズ調整が可能。ストラップのフィット感がアップ。



POINT 2

POINT 4 逆V字ソールが安定して地面を捉える

接地面の逆V字ソールが地面を捉え、優れたグリップ力を発揮。地面に追従するくびれがポールの突き角度に合わせてフィット。



垂直でもフィット



斜めでもフィット



POINT 3 腕が振りやすくストレスフリー

グリップ本体とストラップを連結するパーツが単独で可動。ストラップとのロスを軽減し、ポールを突く時に一体感が向上、腕が振りやすい!



AGP アドバンスズーム2 (2本組)

WH1331 本体価格 ¥12,000+税

素材	シャフト	アルミ
	グリップ	ナイロン、エラストマー
	ストラップ	ポリエステル、ナイロン
重さ	約230g/本	
原産国	中国	

■ グリップタイプ: ネクスフォートグリップ
■ ポールキャップ: ライフラインブーツ型

伸縮タイプ
対応身長 約131cm~約195cm
調節範囲 約85cm~約127cm
サイズ調整できます。
最短時収納サイズ: 約85cm

※身長は体格に個人差がございますので、あくまでも目安となります

折りたたむためのシャフトが、旅をもっと自由にする!

ディフェンシブボール

バッグの携帯性が持ち運びのストレスを軽減! 旅好きのライフスタイルにおすすめのボール。

POINT 1 ハタチ最小のコンパクトボール

最短時で約34cm~約37cmという短さ! 最長時の約1/3のサイズです。

POINT 2 連結部分のロックで手軽に安心

組立後、ボールの関節をロックできるので、使用中にバラバラになる心配がありません。

POINT 3 クイックロックで長さ調節が簡単ワンタッチ

レバーの開閉でサイズ調節のロックができ、簡単に確実に固定できます。



DFP ポータブルセクター 2 (2本組) Sサイズ / Lサイズ

WH1181 本体価格 ¥18,000+税

素材	シャフト アルミ グリップ ナイロン、エラストマー
ストラップ	ポリプロピレン、ポリエステル
重さ	Sサイズ 約270g/本・Lサイズ 約280g/本
原産国	日本

■ グリップタイプ: エッググリップ ■ ボールキャップ: フィット型

セパレートタイプ S サイズ 対応身長 約131cm~約162cm 調節範囲 約85cm~約105cm サイズ調整できます。

最短時収納サイズ: 約34cm

セパレートタイプ L サイズ 対応身長 約154cm~約185cm 調節範囲 約100cm~約120cm サイズ調整できます。

最短時収納サイズ: 約37cm

※身長は体格に個人差がございますので、あくまでも目安となります

アグレッシブボール



AGP ツアーセクター 2 (2本組) Sサイズ / Lサイズ

WH1481 本体価格 ¥18,000+税

素材	シャフト アルミ グリップ ナイロン、エラストマー
ストラップ	ポリエステル、ナイロン
重さ	Sサイズ 約235g/本・Lサイズ 約250g/本
原産国	日本

■ グリップタイプ: ネクスフォートグリップ ■ ボールキャップ: ライフラインブーツ型

セパレートタイプ S サイズ 対応身長 約138cm~約169cm 調節範囲 約90cm~約110cm サイズ調整できます。

最短時収納サイズ: 約40cm

セパレートタイプ L サイズ 対応身長 約162cm~約192cm 調節範囲 約105cm~約125cm サイズ調整できます。

最短時収納サイズ: 約43cm

※身長は体格に個人差がございますので、あくまでも目安となります

介護予防・運動療法での活用におすすめ!

ディフェンシブボール

フリーアルミDフィット2(2本組)

WH1022 本体価格 ¥9,800+税

素材	シャフト アルミ グリップ エラストマー
ストラップ	ポリプロピレン、ポリエステル
重さ	約250g/本
原産国	日本

■ グリップタイプ: 自然体グリップ ■ ボールキャップ: フィット型

伸縮タイプ 対応身長 約133cm~約187cm 調節範囲 約85cm~約120cm サイズ調整できます。

※身長は体格に個人差がございますので、あくまでも目安となります

ポータブルアルミDフィット(2本組)

WH1050 本体価格 ¥15,000+税

素材	シャフト アルミ グリップ エラストマー
ストラップ	ポリプロピレン、ポリエステル
重さ	約260g/本
原産国	日本

■ グリップタイプ: 自然体グリップ ■ ボールキャップ: フィット型

3段伸縮タイプ 対応身長 約141cm~約180cm 調節範囲 約90cm~約115cm サイズ調整できます。

※身長は体格に個人差がございますので、あくまでも目安となります

収納にスペースをとらない三段伸縮モデル!

ディフェンシブボール

DFP コンパクトズーム(2本組)

WH1150 本体価格 ¥15,000+税

素材	シャフト アルミ グリップ ナイロン、エラストマー
ストラップ	ポリエステル、ポリプロピレン
重さ	約250g/本
原産国	中国

■ グリップタイプ: エッググリップ ■ ボールキャップ: フィット型

3段伸縮タイプ 対応身長 約138cm~約183cm 調節範囲 約90cm~約119cm サイズ調整できます。

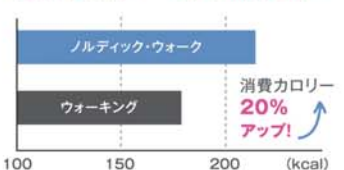
※身長は体格に個人差がございますので、あくまでも目安となります



POINT 1 ウォーキングよりも消費カロリーがアップ!

ノルディック・ウォークは、2本のポールを交互に地面について歩くため、自然と上半身を使います。ウォーキングよりも効率的な有酸素運動です。

酸素摂取量 12%アップ! 心拍数 8~10拍アップ!



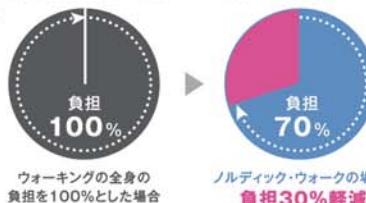
POINT 2 全身の筋力アップ・引き締めが期待できる!

ランニングやウォーキングは、下半身の筋肉が主体となる運動ですが、2本のポールを交互に地面について歩くノルディック・ウォークは、体を支えるために上半身を積極的に活用します。体の約90%の筋肉を使う全身運動ができるほか、全身の筋肉を無理なく強化することで、首や肩の血行を促進させる効果にも期待できます。身体のバランス性も向上するので、安全で効率的な良い有酸素性運動を行うことができます。



POINT 3 全身運動なのに、ひざ・腰への負担が軽減!

手軽に楽しめるウォーキングも、やり方を間違えれば、ひざ・腰を痛めてしまう可能性があります。しかし、ポールを使うノルディック・ウォークは、四点歩行になるため、ウォーキングと比べてひざ・腰にかかる負担が歩につき5kg、全体で3割程度軽減されると言われています。身体にやさしいウォーキングです。



ポールの長さを決める



かけたい負担に応じて、お好みの長さを見つけましょう!!

- ① ひじを直角に曲げる。
- ② 2cm程度手を下げると、基本の長さになる。(イラスト参照)
- ③ 負担を小さくする場合は、②から手の位置を低くする。大きくする場合は高くする。

この合わせ方は、あくまでも目安です。ポールの長さは使用状況や歩き方、体型により変化しますので、より快適に感じる長さを選んでください。

身長	ポールの長さ (身長×0.60)	基本の長さ (身長×0.63)	ポールの長さ (身長×0.66)
180 cm	108 cm	113 cm	119 cm
175 cm	105 cm	110 cm	116 cm
170 cm	102 cm	107 cm	112 cm
165 cm	99 cm	104 cm	109 cm
160 cm	96 cm	101 cm	106 cm
155 cm	93 cm	98 cm	102 cm
150 cm	90 cm	95 cm	99 cm
~145 cm	87 cm	91 cm	96 cm

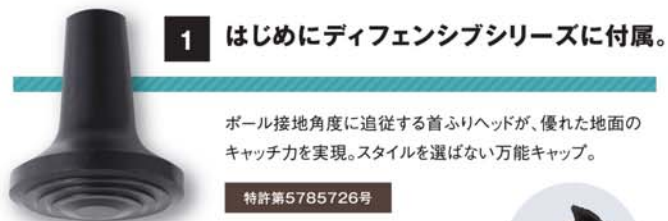


ポールをつく角度で、 ポールキャップを ★ 変えよう!! ♡

ポールキャップは消耗品なので、
定期的に変換を。



垂直つきタイプ 垂直でも斜めでも、面でしっかりグリップ!



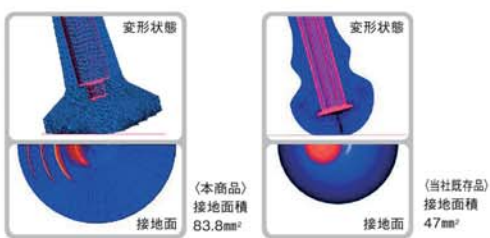
本カタログ掲載のポールにはすべて取り付け可能。

※先端直径10mm未満のポールに取り付ける場合は別途WH5039を2個お買い求めください。弊社ポールの先端直径は約11mmです。

接地面積が 約1.8倍に進化!

首ふりヘッドが接地角度に追従し、丸型の当社既存品に比べ1.8倍の接地面積を確保。突き出しの不安を解消する抜群の安定感。

接地面積比較(当社比)



セットタイプ

ポールキャップ2個と調整キャップ2個が付属したセットモデル。



サイズ調整キャップ

先端サイズ直径約10mm未満のポールに装着する場合に必要なパーツ。



小型タイプ

ピーチ、雪道での使用や歩道の穴への突きさし事故防止に。

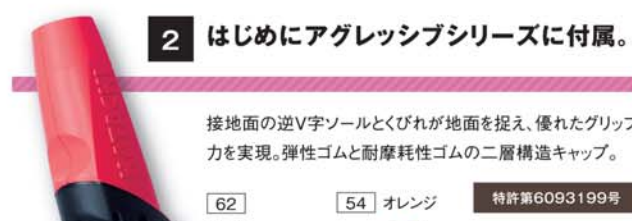


大型タイプ

雪面に有効な大型タイプ。スノーウォークの際、突きささりを防ぐ。



斜めつきタイプ やわらかゴムが変形して、地面に「ビタッ」!



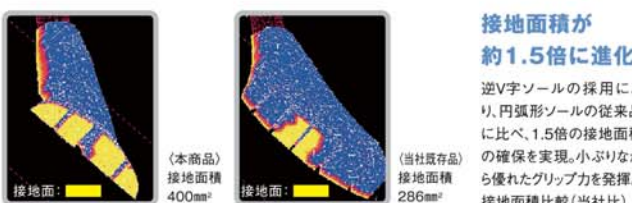
本カタログ掲載のポールにはすべて取り付け可能。

※先端直径10mm未満のポールに取り付ける場合は別途WH5039を2個お買い求めください。弊社ポールの先端直径は約11mmです。



本カタログ掲載のポールにはすべて取り付け可能。

※先端直径10mm未満のポールに取り付ける場合は別途WH5039を2個お買い求めください。弊社ポールの先端直径は約11mmです。



軽量設計でアクティブな動きでも
ポーチが揺れにくい。
反射プリントで夜間も安心。



アクセサリで もっとおしゃれに! ★ もっと楽しく!! ♡

実用的でおしゃれなポーチ&ケース&グローブで、
ノルディック・ウォークをもっと楽しく。



柄プリントがオシャレな
ポール収納ケース。
コンパクトに
折りたためるので、
持ち運びがカンタン。



手の平メッシュでムレにくいウォーキンググローブ。
ストレッチ素材により抜群のフィット感。二本の指が出てくるので、装着時でも指先が使いやすい。



1 取り替えポールキャップ

フィット型(1個) **WH5060** 本体価格 ¥400+税

- 素材:合成ゴム ● 重さ:約18g/個 ● 原産国:台湾
- 差し込み部内径:約φ10mm ■ 対応ポール:当社ポール全品番(一部旧品番を除く)
- 消耗目安:約半年(30分/回、15回/月の場合) ※使用状況により異なります。

2 取り替えポールキャップ

ライフラインブーツ型(1個) **WH5080** 本体価格 ¥800+税

- 素材:合成ゴム ● 重さ:約20g/個 ● 原産国:日本
- 差し込み部内径:約φ10mm ■ 対応ポール:当社ポール全品番(一部旧品番を除く)
- 消耗目安:約半年(30分/回、15回/月の場合) ※使用状況により異なります。

3 取り替えポールキャップ

フィット型セットタイプ(2個組)

WH5032 本体価格 ¥1,200+税

- 素材:合成ゴム ● 重さ:約40g/個 ● 原産国:台湾
- 差し込み部内径:約φ9mm~約φ10mm ■ 対応ポール:当社ポール全品番
- 付属品:調整キャップ2個 ■ 特許第5785726号

4 調整キャップ(1個)

WH5039 本体価格 ¥400+税

- 素材:合成ゴム ● 重さ:約2g/個 ● 原産国:台湾
- 差し込み部内径:約φ9mm

5 バスケット50(1個)

WH5100 本体価格 ¥400+税

- 素材:アクリロニトリル・ブタジエン・スチレン共重合樹脂
- 重さ:約7g/個 ● 原産国:台湾
- ネジ部内径:約φ13mm
- 対応ポール:当社ポール全品番(一部旧品番を除く)

6 バスケット90(1個)

WH5101 本体価格 ¥500+税

- 素材:アクリロニトリル・ブタジエン・スチレン共重合樹脂
- 重さ:約18g/個 ● 原産国:台湾
- ネジ部内径:約φ13mm
- 対応ポール:当社ポール全品番(一部旧品番を除く)

7 アクティブ ライトポーチ

WH7110 本体価格 ¥3,500+税

- 素材:(本体)ポリエステル、ポリプロピレン、ポリ塩化ビニル(引手)ポリアセタール、ナイロン
- 原産国:中国
- サイズ:約長35cm×高15cm
- ウエスト周り:約55cm~120cm(調整可能)
- 付属品:交換用ベルトカバー

8 スリム ポールケース

WH7001 本体価格 ¥1,800+税

- 素材:ポリエステル
- 原産国:中国
- サイズ:約長12cm×高81cm、約長12cm×高10cm(折りたたみ時)
- 対応ポールサイズ:77cm~85cm

9 ラージポケット ドリンクポーチ

WH7100 本体価格 ¥2,500+税

- 素材:ポリエステル
- 原産国:中国
- サイズ:約長34cm×高20cm
- ウエスト周り:約60cm~130cm

10 ダブルフィンガーカット グローブ(両手)

WH8130 本体価格 ¥2,800+税

- 素材:(甲)ポリエステル、綿、人工皮革(平)ポリエステル、人工皮革
- 原産国:バキスタン
- サイズ:S・M・L・XL



★紫外線対策から
夜間ウォーキングまで

吸熱・放熱作用のある台湾産翡翠を
織り込んだ特殊生地を使用。



ヒスイ
冷感機能&
UVカット!
(UPF50+)

上腕部にはずり落ち防止の
ゴム&シリコン滑り止め

05 グレー 09 ブラック



吸水性、速乾性に優れたスポーツタオル。
結び目がなく、ほどけにくい。

今治産



巻き方
アレンジ
1 端部分に差し込み
切り込みから出す
巻き方
アレンジ
2 切り込みに
差し込む

暗がり存在を知らせる
広角レンズ搭載のLEDライト。



ボールに装着でき
視認性が向上

ポーチやリュックにも
取り付けられる

ボタンで高速点滅・点滅・
点灯・消灯の4段階に変化

01 ホワイト 09 ブラック

かわいい動物柄の反射シール。
名前が記入でき、マイポールを識別しやすい。



09 ブラック 27 ブルー 37 ライトグリーン
54 オレンジ 64 ピンク

レンタル用ボールの
管理や運搬に



15 ボール10組
収納可能



16 キャリーボールケース
4つ収納可能

11 UVカット
アームクーラー
WH6311
本体価格 ¥2,000+税

●素材:機能性ナイロン、スパandex
●原産国:台湾
■サイズ:SM(腕周約20×長45cm)
ML(腕周約26×長45cm)

12 ネックスポーツ
タオル(今治産)
WH6800
本体価格 ¥2,000+税

●素材:綿
●原産国:日本
■サイズ:約幅8cm×長87cm

13 ラージレンズ
LEDライト
WH6100
本体価格 ¥900+税

●素材:シリコン、プラスチック、LED
●重さ:約23g
●原産国:中国
■サイズ:約縦4.2cm×横3cm
※ボタン電池(CR2032)2枚使用
※連続点灯約50時間

14 ネーム
反射シール
WH6110
本体価格 ¥900+税

●素材:反射シール(アクリル)
●原産国:日本
■サイズ:(大)7.5×5.5cm
(小)5.5×5.5cm
■2サイズ×各2枚

15 キャリーボールケース
WH7900 本体価格 ¥6,000+税

●素材:ナイロン ●原産国:中国
■サイズ:約長105cm×高20cm×厚18cm

16 運搬用ラージボールケース
WH7910 本体価格 ¥8,000+税

●素材:ナイロン ●原産国:台湾
■サイズ:約長105cm×高35cm×厚35cm

安全に歩くためのアフターメンテナンス ポールの調子が気になったら、パーツ交換・修理に出しましょう。



2本のポールを
ジョイントして
まとめられる

使用して
いない時には
折りたたみ可能

17 エッググリップ(左右組)
WH5701 本体価格 ¥2,500+税

●素材:ナイロン、エラストマー ●原産国:台湾

18 グリップD01(自然体グリップ)(左右組)
WH5700 本体価格 ¥2,000+税

●素材:エラストマー ●原産国:日本

20 イージーラップストラップ(左右組)
WH5801 本体価格 ¥1,500+税

●素材:ポリエステル、ポリプロピレン ●原産国:台湾
■対応グリップ:WH5701
※仕様変更になる場合がございます。

22 ユニフィットストラップ(左右組)
WH5822 本体価格 ¥3,000+税

●素材:ポリエステル、ナイロン ●原産国:中国
■サイズ:フリー
■対応グリップ:WH5722

修理交換工賃
●送料はお客様にて負担をお願いします。
●返送料は弊社にて負担いたします。

シャフト交換
(ポール本体アルミシャフトの交換)

上段交換
グリップ代 + ¥3,000 / 1本(工賃含む)+税

中段交換
(スリーブ、ロック部品含む)
¥3,000 / 1本(工賃含む)+税
※三段伸縮タイプのみ

下段交換
(フレックスチップ、ロック部品含む)
¥3,000 / 1本(工賃含む)+税

ロック部品交換
ボールの長さ調整時に、
ボールを固定するロック部品の交換
¥1,000+税

スリーブ交換
シャフトのガタつきを防止する
プラスチックスリーブの交換
¥1,000+税

グリップ交換
ボールの持ち手部分(グリップ)の交換
グリップ代 + 工賃 ¥500+税
※左右組の商品(WH5701、WH5700)は、
左右両方の交換対応のみとなります

グリップD01 / プラパーツ交換
グリップD01に付属している、
プラスチックパーツの交換
¥1,000+税(1つのパーツにつき)

ボール入り込み修理
伸縮式ポールがスライドしなくなったり、
抜けなくなってしまった場合の引き抜き修理
無料

ポールパーツ対応表



●…標準装備品
○…交換可能品
※…引き取り交換が必要なパーツ

	エッググリップ			自然体グリップ		ネックスポートグリップ	
	伸縮	3段	セパレート	伸縮	3段	伸縮	セパレート
WH1120	○	○	○	○	○	○	○
WH1150	○	○	○	○	○	○	○
WH1181	○	○	○	○	○	○	○
WH1022	○	○	○	○	○	○	○
WH1050	○	○	○	○	○	○	○
WH1331	○	○	○	○	○	○	○
WH1481	○	○	○	○	○	○	○
WH5080	○	○	○	○	○	○	○
WH5060	○	○	○	○	○	○	○
WH5701	●	●	●	○	○	○	○
WH5700	○	○	○	●	●	○	○
WH5722	○	○	○	○	○	○	○
WH5801	○	○	○	○	○	○	○
WH5800	○	○	○	○	○	○	○
WH5822	○	○	○	○	○	○	○
WH5100	○	○	○	○	○	○	○
WH5101	○	○	○	○	○	○	○
WH5600	○	○	○	○	○	○	○

健康増進支援サービス

健康づくりのやる気のスイッチON

Wellsmile®
promotion

ウェルスマイル プロモーション

「Wellsmile promotion」とは？

「健康寿命」を延ばすためには、運動習慣や社会参加がとても大切です。ウェルスマイル・プロモーションは、「健康寿命」をテーマに、スマイルあふれる継続的で正しい生活習慣を身につけ、まちや会社を健康にする仕組みを提供するサービスです。

思わず
笑顔に
なっちゃう



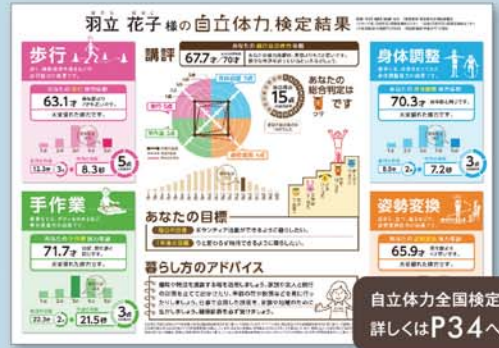
健康づくりのやる気のスイッチを入れる4つのしくみ

しくみ

1 現状を知る

体力・健康度の見える化

日常生活の体力と健康度を、客観的にチェックできる体力測定です。



健康診断だけでは分からない！
体力測定が必要です。

実現
できること



客観的に健康課題が把握できる

目指す成果

- ✓ 健康寿命延伸
- ✓ 社会保障費削減



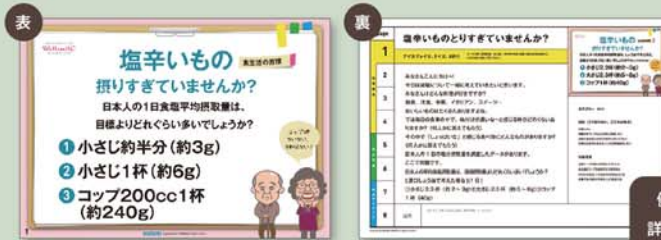
かんたん！
わたしにも
できた♪

しくみ

2 ヘルスリテラシーの向上

健康知識の取得・活用

健康知識を楽しく提供し、行動変容をおこす健康教育ツールです。



実現
できること



健康的な生活習慣が身につく

しくみ

3 推進役をつくる

健康づくりの伴走者の育成

健康づくりを推進しサポートできる、人材を育成します。



実現
できること



伴走者の存在で、健康づくりが継続できる

しくみ

4 アクションにつなげる

健康ソリューションの活用

アタマ・ココロ・カラダを健康にする商品を多数ご用意しています。



実現
できること



健康づくりにもっと取り組みたい

7割の健康無関心層
攻略法

健康づくりのやる気のスイッチ

ON

7割の健康無関心層に /

HATACHI は健康づくりのやる気のスイッチを入れます。

日本は2010年を境に人口減少が進んでおり、高齢化率26.7%(2015年)と高齢化が加速的に進んでいて、健康寿命延伸と社会保障費の削減が急務となっています。要介護の原因は、疾病が5割、体力低下が4割、認知症が1割。体力低下との因果関係が明らかになってきた認知症も含めると、体力の維持向上によって要介護認定者の半分は防止できる可能性があります。HATACHIは、「健康寿命をのばそう」をスローガンに、医療や介護にかかる前のアプローチとして、体力低下による要介護認定を少しでも遅らせる取り組みをしています。

Wellsmile® は羽立工業株式の登録商標です。商標登録番号 第5958954号



クラウドシステム

ご利用の流れ

※インターネット環境が必要



http://hatachi-wellsmile.com/license/

STEP 1 実施前 (10日前)

お申し込み

上記webから、申し込み書をダウンロードして検定実施の10日前までに申し込みます。



STEP 2 実施

体力測定を実施し、公式記録用紙に4種目のタイムと、生活アンケートを記入します。



STEP 3 実施後

ログイン

発行されたIDとパスワードでログインします。

記録入力

約3分(お一人様)で簡単に入力できます。



2 結果をプリントアウト

請求書 記録入力(登録)した件数をご請求いたします。当月末の件数を集計して、翌月に請求書をお届けします。



自立体力®全国検定

「自立体力全国検定」とは? 4つの簡単なテストで日常生活の体力と健康度を客観的に測定できる体力測定です。

クラウドシステム ご利用の場合 (お客様のパソコンで入力・出力できるサービスです)

検定システム 使用料 NH5941 本体価格 ¥600+税
検定システム 初期費用 【初回のみ】本体価格 ¥30,000+税
お一人様 ※なお、2年間システムのご利用がない場合はアカウントは失効し、再度登録が必要となりますのでご注意ください。

セット内容 1~8 全てをご利用いただけます。



3 トレーニングメニュー 4 合格証書



健康づくりのやる気のスイッチON!

羽立 花子 様の自立体力検定結果

あなたの総合自立体力年齢 **67.7才** (実年齢より2才若いです。健康な生活を送っているといえるでしょう。)

あなたの歩行体力年齢 **63.1才** (実年齢より7才も若いです。大変優れた体力です。)

あなたの身体調整体力年齢 **70.3才** (実年齢と同じです。大変優れた体力です。)

あなたの姿勢変換体力年齢 **65.9才** (実年齢より4才若いです。大変優れた体力です。)

あなたの作業体力年齢 **71.7才** (ほぼ、実年齢と同じです。大変優れた体力です。)

あなたの目標: 毎日の目標 ボランティア活動ができるように暮らしたい。 1年後の目標 今と変わらず維持できるように暮らしたい。

暮らし方のアドバイス: 趣味や特技を披露する場を活用しましょう。家族や友人と旅行の計画を立てて出かけたり、季節の花や映画などを見に行ったりしましょう。仕事で会得した技術を、家族や地域のために生かしましょう。健康診断を必ず受けましょう。

約一ヶ月後に印刷した検定結果 お届けの場合 (パソコン・インターネット環境がない方向けのサービスです)

自立体力全国検定料 NH5940 本体価格 ¥1,000+税
お一人様 お届け送料 ¥0

1 公式記録用紙 2 体力診断結果 3 トレーニングメニュー 4 合格証書 5 グループ管理票 6 個人一覧表 7 個人管理票 8 クロス分析・グループ比較の結果

自立体力テスト基本セット

NH5920 本体価格 ¥65,000+税

セット内容	1 測定・評価ハンドブック	1冊
	2 ベグボードセット	1台
	3 ロロリング	1個
	4 ストレッチマット	1個
	5 トレーニングチューブ	1個
	6 コーナーコーン	1セット
	7 ラインテープ	3個
	8 測定記録ファイル	20冊

お客様の方でご用意下さい。
●ストップウォッチ4個
●メジャー(10m以上)
●筆記用具一式
●机
●いす

特許番号:特許第5316984号
特許第5441240号

自立体力全国検定 検定用具レンタル

NH5935 本体価格 ¥5,000+税

レンタルもできます 7泊8日

検定窓口 1日目 2日目 3日目 4日目 5日目 6日目 7日目 8日目

用具到着 1日目 2日目 3日目 4日目 5日目 6日目 7日目 8日目

用具到着 1日目 2日目 3日目 4日目 5日目 6日目 7日目 8日目

事務局

お申し込み・詳細はこちら ▶ http://www.jiritsutairyoku.jp/ ※8のクロス分析・グループ比較結果の料金は、こちらをご覧ください。

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク



自立体力全国検定

「自立体力全国検定」とは?

4つの簡単なテストで日常生活の体力と健康度を客観的に測定できる体力測定です。

歩く、横断歩道を渡るなどの能力を測定

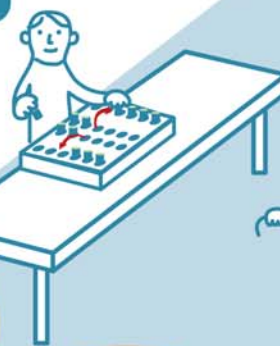
歩行



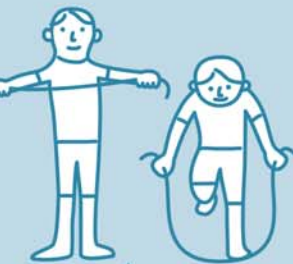
楽しい大人の体力測定

家事をする、ボタンをはめるなどの能力を測定

手作業



一緒に身体を動かすと自然とコミュニケーションが生まれる!



身体調整

着替える、段差をまたぐなどの能力を測定

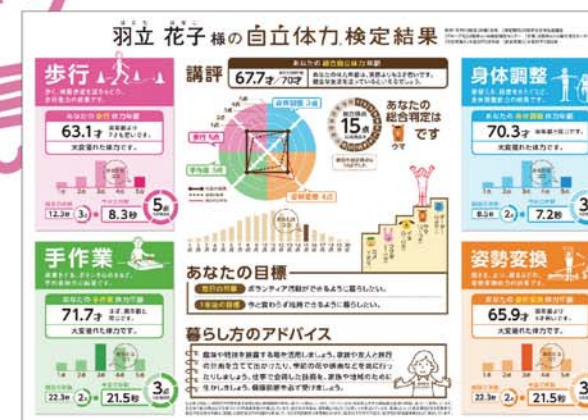
姿勢変換

起きる、立つ、座るなどの能力を測定



体力年齢でチェック
やる気のスイッチが入ります

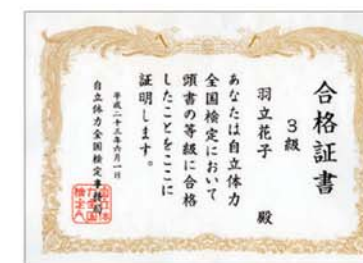
受検者個人へ提供する結果



体力診断結果



トレーニングメニュー



合格証書

スローガンは 健康寿命をのばそう

男女別寿命データ全国平均

※平均寿命は「平成29年度調査」、健康寿命は「平成30年 厚生労働省 発表」の結果を参考にしています。

男性

平均寿命 **81.09**年

その差 **8.95**才

健康寿命 **72.14**才

女性

平均寿命 **87.26**年

その差 **12.47**才

健康寿命 **74.79**才

こんなところで活用されています!

実施者数 **35,000**人

突破!



クロス分析で傾向や特徴を把握

体力データを活用できます



年齢×体力、地域×運動頻度など



地域や事業所ごとの特色を把握できます

エビデンスに基づいたサービスです

開発・監修



静岡大学 名誉教授 中野 美恵子
静岡大学 名誉教授 横山 義昭

第三者評価

「自立体力テストの介護予防対象者への適用可能性の検討」報告書 要旨
自立体力テストは、**介護予防対象者に対して再現性があり、既存の運動指標との相関が見られ、構成概念妥当性があることが確認されました。**

大淵修一、河合 恒、小島基永、三木明子
(東京都健康長寿医療センター) 2010年5月

対象と方法

再現性検証

2回測定の一貫性を検証する

2週間の期間において2度自立体力テストを実施し、テスト・再テストの一致度を級内相関により検討しました(0.6を統計学的に有意を超えることを基準としました)。



妥当性検証

既存の指標との関連を調べる

自立体力テストと、5m歩行時間(通常・最大)、開眼片足立ち時間、Timed Up & Goテスト(TUG:椅子から立ち上がって3m先のコーンを回って再び座るまでの時間)、などの他の運動機能評価項目との相関を調べました。



リスクアセスメント

被験者の自己申告のちに、「測定を実施できたか」、「測定の実施に際して危ないと感じたか」を被験者の判定に基づいて記録しました。実施できなかった理由も記録しました。

併せてリスク解析

厚生労働省基準指標 / 老研式活動能力指標
モーターフィットネススケール / JKOM 転倒リスク尺度

結果

自立体力テストのテスト・再テスト間の級内相関は、0.75以上で、介護予防対象者に対して再現性があることがわかりました。自立体力テストは、歩行速度やTUGとは0.9、開眼片足立ち時間とは0.6の相関を示し、構成概念妥当性があることが確認されたことから信頼性の高いテストであると判断することができました。因子分析では、1つの成分が抽出され、身体的な理由により測定が難しい対象者は、4能力のうちのいずれかで代替可能と考えられました。リスクアセスメントでは、身体調整能力や姿勢変換能力について、特定高齢者や要支援高齢者で実施できない方がおられました。それらの理由は麻痺や痛みであり、虚弱高齢者に用いる場合には、補助者の配置や、測定しない項目の基準などを設ける必要が考えられました。



特許
出願中 健康かみしばいは、埼玉県立大学との
共同研究にもとづいて提供しています。

健康かみしばい

健康てっぱんネタを、
誰でも簡単に提供できる。

健康かみしばい

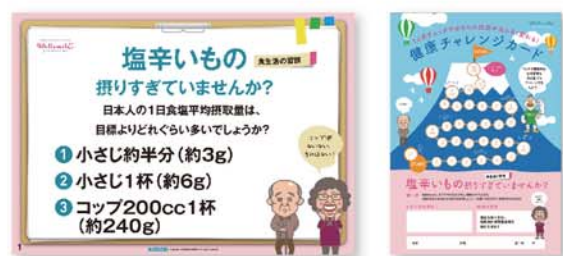
1テーマ 本体価格 ¥3,800+税
■ A3サイズ ■ 8枚組

健康チャレンジカード

1テーマ 本体価格 ¥3,000+税
■ A4サイズ ■ 50枚

食生活の習慣

5種



▲ 健康かみしばい ▲ 健康チャレンジカード

- テーマ1 塩辛いものとりすぎていませんか?**
減塩したい
健康診断でいつも血圧が高く改善したい
塩辛いものが好きでつい食べ過ぎてしまう
かみしばい RH8000 チャレンジカード RH8100
- テーマ2 低栄養になっていませんか?**
低栄養を予防したい
あっさりしたものの中心の食事で肉はほとんど食べない
毎日同じものを食べていて食生活が偏っていると感じる
一人で食事をすることが多い
かみしばい RH8001 チャレンジカード RH8101
- テーマ3 歯ぐきからの出血放っていませんか?**
歯周病を予防したい
健康的な歯を長く保ちたい
特に痛みもないのでしばらく歯医者に行っていない
かみしばい RH8002 チャレンジカード RH8102
- テーマ4 朝食をとっていませんか?**
朝食をとらないことが多い
午前中から仕事に集中したい
かみしばい RH8014 チャレンジカード RH8114
- テーマ5 野菜をたくさん食べていますか?**
野菜が不足していると感じる
肉や炭水化物が好きで食生活が偏っていると感じる
かみしばい RH8019 チャレンジカード RH8119

運動の習慣

5種



▲ 健康かみしばい ▲ 健康チャレンジカード

- テーマ6 毎日どのくらい歩いていますか? (シニア向け)**
ウォーキングをはじめたい
運動の習慣がない
運動が三日坊主で続かないことが多い
かみしばい RH8003 チャレンジカード RH8103
- テーマ7 転倒予防の大切さを知っていますか?**
転倒を予防したい
つまずいたり、転倒に不安がある
運動する機会が少ない
かみしばい RH8004 チャレンジカード RH8104
- テーマ8 ストレッチをしましょう**
身体を柔らかくしたい
怪我をしやすくなったと感じる
腰痛を改善したい
かみしばい RH8011 チャレンジカード RH8111
- テーマ9 ロコモになっていませんか?**
運動不足を解消したい
仕事や家事が忙しくて運動する暇がない
肩こりや腰痛を改善したい
かみしばい RH8013 チャレンジカード RH8113
- テーマ10 毎日どのくらい歩いていますか? (働き世代向け)**
運動不足を解消したい
日ごろあまり歩かない
健康診断でメタボが気になっている
かみしばい RH8018 チャレンジカード RH8118

休養の習慣

6種

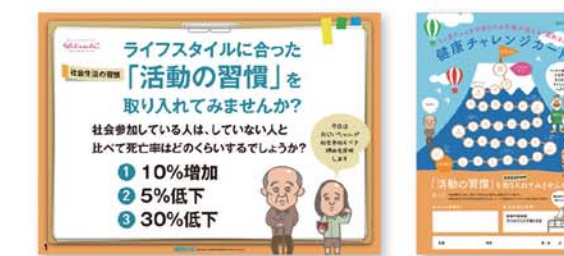


▲ 健康かみしばい ▲ 健康チャレンジカード

- テーマ11 たばこを吸わないようにしましょう!**
そろそろ禁煙したい
受動喫煙をしないようにしたい
かみしばい RH8007 チャレンジカード RH8107
- テーマ12 ストレスをためすぎないようにしていますか?**
ストレスを解消したい
仕事でストレスを感じることもある
ストレスを発散する方法を知らない
かみしばい RH8006 チャレンジカード RH8106
- テーマ13 よい睡眠がとれていますか?**
毎日ぐっすり眠りたい
日中うとうとしてしまうのを改善したい
寝ても疲れがとれない
布団に入ってからなかなか寝付けない
かみしばい RH8005 チャレンジカード RH8105
- テーマ14 ストレスをためすぎないようにしていますか? (シニア向け)**
ストレスを解消したい
環境の変化を不安に感じる
体が昔より動かしにくく、痛みもつらいと感じる
心も体も元気でいたい
かみしばい RH8010 チャレンジカード RH8110
- テーマ15 よい睡眠がとれていますか? (シニア向け)**
毎日ぐっすり眠りたい
夜中に何度も目が覚めることがある
なかなか寝付けないことが多い
朝早くに目が覚める
かみしばい RH8012 チャレンジカード RH8112
- テーマ16 熱中症に気をつけましょう**
熱中症や脱水症状にならないように気をつけたい
水をあまり飲まない時がある
かみしばい RH8017 チャレンジカード RH8117

社会生活の習慣

4種



▲ 健康かみしばい ▲ 健康チャレンジカード

- テーマ17 ライフスタイルに合った「活動の習慣」を取り入れてみませんか?**
社会参加している人は、していない人と比べて死亡率はどのくらい違うのでしょうか?
10%増加
5%低下
30%低下
かみしばい RH8008 チャレンジカード RH8108
- テーマ18 家庭内に役割を持っていますか?**
家庭内に自分の役割を増やしたい
家庭内に役割をあまり持っていない
かみしばい RH8009 チャレンジカード RH8109
- テーマ19 長時間労働になっていませんか?**
仕事もプライベートもどちらも充実させたい
なんとなくいつも疲れていると感じる
日中眠くなることがある
残業しないで、定時に帰る日を増やしたい
かみしばい RH8015 チャレンジカード RH8115
- テーマ20 認知症について知っていますか?**
認知症にならないために予防したい
最近なんだか忘れっぽくなったと感じる
かみしばい RH8016 チャレンジカード RH8116



GOAL

フィットネス
ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

フィットネス
ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

短期間で即戦力に

健康づくり トレーナー認定講座

健康づくりを推進しサポートできる
人材を育成する認定講座です。

学ぶ コト 2 自立体力検定の運営スキル

日常生活の体力と健康度を客観的にチェック。



学ぶ コト 1 健康教育スキル

健康かみしばいを使って健康知識を提供。



学ぶ コト 3 運動啓蒙スキル

簡単な運動の提供。



健康づくり教室が開催できるようになります



認定資格を発行



1.健康講話
てっばん!健康豆知識。



2.体力測定・評価
自分の体力の衰えを
客観的に知る。



3.運動啓蒙
かんたんにできる
運動メニュー。



講座受講後、【認定資格】を
発行します。

健康づくりトレーナー 認定講座

地域で健康づくり・体力づくりの教室
が開催できる人材を育成しませんか?
体力評価と体力づくり啓蒙の方法を
学ぶ認定講座です。

講座
内容

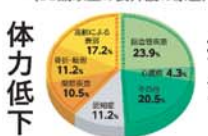
健康かみしばいを使って健康づくり教室を
運営するスキルを学びます。

- 講義1…超高齢社会における健康づくりトレーナーの役割
- 講義2…自立体力テストと評価方法【実習】
- 講義3…健康づくりのための運動方法【実習】
- 講義4…健康づくりセミナーの運営方法【実習】

※本講座の全てのカリキュラムを修了した方に
「健康づくりトレーナー認定証」をお渡しします。

あなたのカラダ、
健康診断だけで
大丈夫?

(65歳以上の要介護の原因)



病気

健康
寿命

健康づくりに特化した
即戦力人材育成

資料請求は
こちらから▶



自立体カトレーニング [1日15分、週1回、3ヶ月間。今日から始める、簡単筋トレ]

開発・監修/静岡大学 中野美恵子 名誉教授 横山義昭 名誉教授

▼ STEP1 基本コース【約7分】 これだけでも効果があります!



▼ STEP2 筋トレコース【約7分】 ここまで続けられるとよいですね!



今すぐ 始められる 自立体カトレーニングスタートセット



自立体カトレーニング基本セット

NH5903 本体価格 ¥6,300 +税 ●原産国:台湾

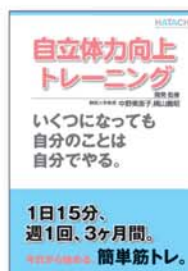
本 ひとつひとつのトレーニングや
指導のポイントをわかりやすく解説。

自立体カトレーニング本

NH5910 本体価格 ¥1,000 +税

[開発・監修]
静岡大学 中野美恵子 名誉教授
横山義昭 名誉教授

■サイズ/A4版38ページ
●原産国:日本



DVD いっしょに見ながらトレーニング。
だからわかりやすい。座位メニュー同時収録。

自立体カトレーニングDVD

NH5911 本体価格 ¥3,800 +税

[開発・監修]
静岡大学 中野美恵子 名誉教授
横山義昭 名誉教授

■基本コース ■筋トレコース ■座位メニュー同時収録
■トレーニング一覧パンフレット ■収録時間 約44分
●原産国:日本



自立体カプランナー 認定講座

自立体力のマネジメントができる
指導者になりませんか?
トレーニングと体力評価の理論と
方法を学ぶ認定講座です。

講座
内容

1日目 生活体力に特化
現場ですぐ使える
トレーニングを学ぶ

- 講義1…健康概論(中野美恵子名誉教授)
 - 講義2…トレーニング概論(横山義昭名誉教授)
 - 講義3…自立体力向上トレーニングの方法と有効性(中野美恵子名誉教授)
- 実技…自立体力向上トレーニング(基本と応用)

※本講座の全てのカリキュラムを修了した方に
「自立体カプランナー認定証」をお渡しします。

2日目 高齢者も参加しやすい
簡単に測定できる
体力テストを学ぶ

- 講義1…自立体力テスト講義
実技…自立体力テスト実技
- 講義2…自立体力テスト
評価方法・結果反映方法

※本講座の全てのカリキュラムを修了した方に
「上級自立体カプランナー認定証」をお渡しします。

認定証
上級
自立体カ
プランナー
認定証
羽立花子

理論と実技で効果的な
実践ができる指導者育成

資料請求は
こちらから▶



ニュースポーツ



スカットボールセットのここがいいね♪

- POINT 1** カラダを動かす要素がある
- POINT 2** わーっと盛り上がるおもしろさ
- POINT 3** ルールがわかりやすい

立位や座位でスティックでボールを打つことで遊びながらカラダを動かすことができます。

「カコーン!」と打つ音が気持ちよく、入りそうで入らないところが大変盛り上がります。

なじみのあるゴルフゲームで、はじめてでも取り組みやすいです。

赤チーム、白チームに分かれて、スティックでボールを穴に入れ、得点を競うゲーム。

●お客様の声/デイサービス・男性

打ったときのスカットした打撃感がおもしろく、ボールが穴に入りそうで入らないところが大変盛り上がりました。



●遊び方



スティックでボールを打撃しスカット台の得点穴に入れます。

赤白交互にボールを打撃し、10個全て打ち終わったら得点を計算します。

先行後攻を交代し全て打ち終わったら合計得点で勝敗を決めます。

「午後のカラダを動かすメインレク」におすすめ

- 【所要時間の目安】 およそ40~60分
- 【利用者の人数の目安】 およそ2~10人
- 【スタッフの人数の目安】 およそ2~4人

1 スカットボールセット

NH4100 本体価格 ¥78,000+税

- 【セット内容】
- ①スカット台(約90cm×90cm)、②スカットマット(全長約5m×幅約90cm)
 - ③スティック2本(75cm)、④ボール10ヶ(φ7.5cm)、⑤遊び方説明書
- 原産国:日本、総重量:約18kg



単品 スカットマット(1枚)

NH4102 本体価格 ¥11,500+税

- 原産国:日本、重量:約4kg

単品 スカット台(1台)

NH4103 本体価格 ¥50,000+税

- 原産国:日本、重量:約9kg

単品 スカットケース(1個)

NH4104 本体価格 ¥6,000+税

- 約90×95×15cm
- 持ち手つき
- 原産国:日本、重量:約2kg

スカットボールセット一式が入るケースです。



※カラーは異なる場合があります。



室内でできるゴルフゲーム。

特殊なボールで床を痛めないため、場所を選ばず楽しめます。

●遊び方



クラブでボールを打撃します。

ホールポストに入れた打数を読みます。

いすに座ってできる木製ミニゴルフセット。

●遊び方



ボールを打ちます。

ホールインワンを狙いましょう。

●お客様の声/デイサービス・男性

普段レクにあまり参加されない利用者さんにも興味をもって取り組んでいました。



2 室内 グラウンド・ゴルフセット

NH7000 本体価格 ¥46,000+税

※ホールはNo.1~3が基本セットになります。

- 【セット内容】
- ①クラブ3本(3色)
 - ②室内ボール小3ヶ(3色)
 - ③ホールポスト/旗セット3本(No.1~3 緑)
 - ④保護シート6枚
 - ⑤スタートマット3ヶ(No.1~3)

- ⑥ホールポストマット3枚
- ⑦スコアカード
- ⑧バンダー
- ⑨鉛筆



※ボールのカラーはカタログと異なる場合があります。

3 グラウンド・ゴルフ 3ホールセット

NH7503 本体価格 ¥23,400+税

- 【セット内容】
- ①ホールポスト/旗セット3ヶ
 - ②スタートマット3ヶ
 - ③ホールポストマット3ヶ

3 ミニ ゴルフセット

NH6315 本体価格 ¥3,600+税

- 【セット内容】
- ①クラブ2ヶ(75×30×530mm)
 - ②ボール2ヶ(φ45mm)
 - ③コース3ヶ(120×120×30mm)
 - ④ボール(120×120×30mm)
 - ⑤ホール旗(55×10×98mm)
 - ⑥コットンバック(140×455mm)

- 原産国:タイ、総重量:約990g

ボールを得点ポケットに入れて 点数を競うゲーム。 テーブルの上でのゲームも可能。

●遊び方



クラブでボールを打撃しポケット台の得点ポケットにボールを入れます。

先行後攻を交代し全て打ち終えたら合計得点で勝敗を決めます。

ボールが入った状態

テーブルの上のせ、手で転がしてゲームを行うことも可能です。歩行や起立が困難な方・車椅子などの方は、テーブルに手をついたり椅子に腰掛けたままクラブを使わずに、手で球を転がしてゲームを行うことができます。



ボールの変則的な動きが面白い。

●遊び方

スタートラインからボールを打撃しラインに沿ってボールを並べる競技です。先行後攻を交代し全て打ち終えたら合計得点で勝敗を決めます。



身長差、車いすの方、みんなが楽しめます。

ゲートを付けたことによりボールの動きが複雑になり面白さがアップ。

押し出し角度自在クラブ

ボール保持部にボールを乗せ、ボールを送り出します。送り出す方向が安定し、押し出す力はさほど強くなく安全にプレイできます。



室内でできるボールゲーム。

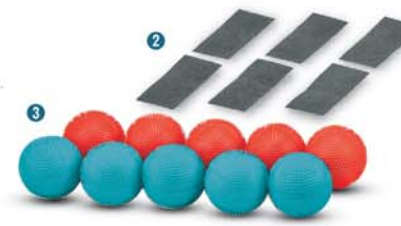
ボールゲームセットと、色々な道具を組み合わせ、オリジナルゲームを作りましょう!アレンジ次第で、様々な室内ボールゲームをお楽しみいただけます。

④マンマリモ
ジュニア(PAT)

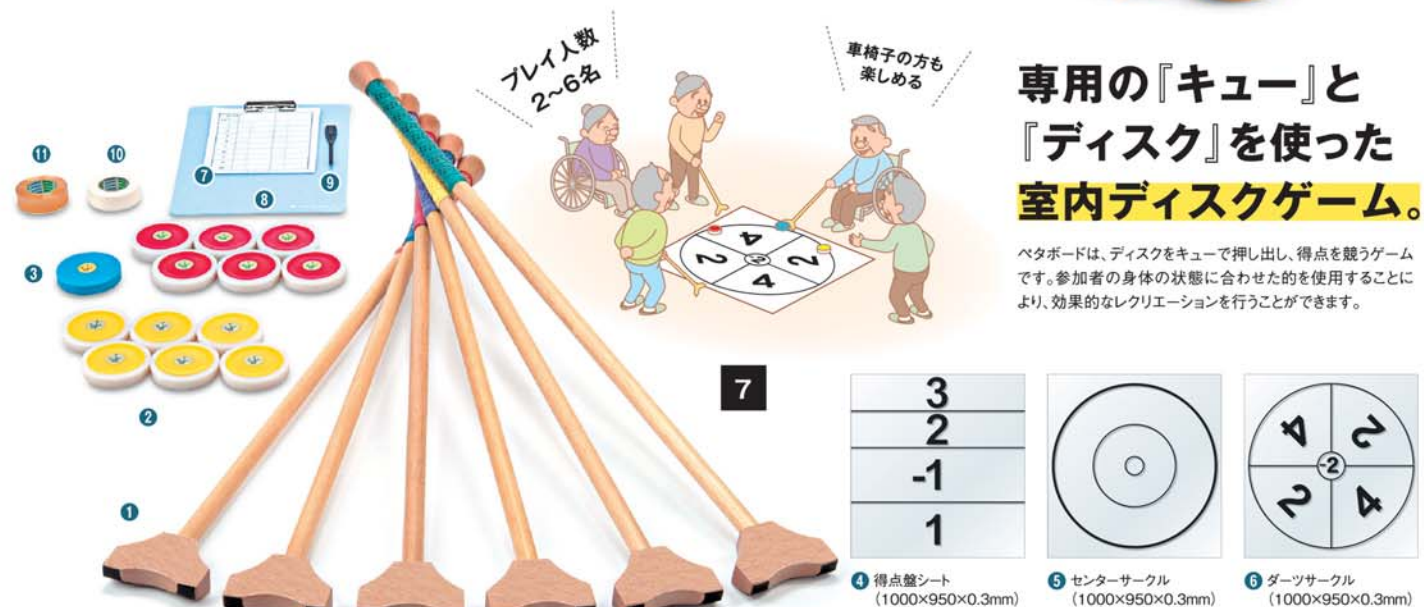
まわりを特殊ゴム成形しているため、床の上でも転がりすぎず、距離感をつかむことができ、床もいたまません。



φ6cm



6



プレイ人数
2~6名

車椅子の方も楽しめる

専用の「キュー」と「ディスク」を使った 室内ディスクゲーム。

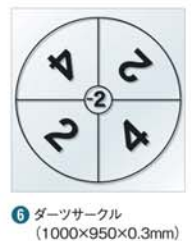
ベタボードは、ディスクをキューで押し出し、得点を競うゲームです。参加者の身体の状態に合わせた使用をすることにより、効果的なレクリエーションを行うことができます。



4 得点盤シート (1000×950×0.3mm)



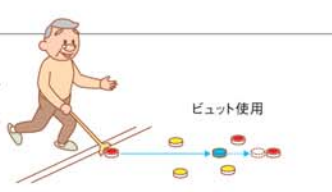
5 センターサークル (1000×950×0.3mm)



6 ダーツサークル (1000×950×0.3mm)

●遊び方①/ベタボード

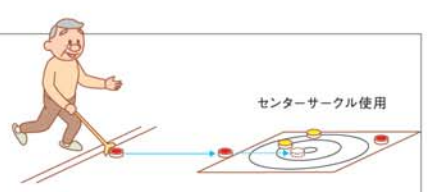
- 1.先攻チームはビュットを2m以上4m以内に押し出す。
- 2.先攻・後攻と交互にディスクを押し出し、ビュットに最も近いチームのディスクが得点権利を得る事ができる。
- 3.相手のどのディスクよりもビュットに近いディスクのみ得点となり、合計得点の多いチームが勝ちとする。



ビュット使用

●遊び方②/ゲットサークル

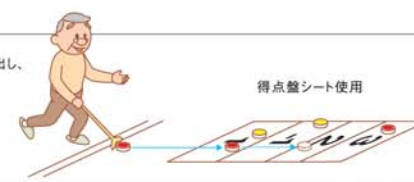
- 1.先攻・後攻と交互にディスクを押し出し、中心サークルに最も近いチームのディスクが得点権利を得る事ができる。
- 2.最外サークルの中に入り、なおかつ相手のどのディスクよりも円内の中心点に近いディスクのみ得点となる。合計得点の多いチームが勝ちとする。



センターサークル使用

●遊び方③/マッチスコアー A

- 1.先攻・後攻と交互にディスクを押し出し、合計得点の多いチームが勝ちとする。



得点盤シート使用

●遊び方④/マッチスコアー B

- 1.先攻・後攻と交互にディスクを押し出し、合計得点の多いチームが勝ちとする。



ダーツサークル使用



4 ポケットボールセット NH4120

本体価格 ¥69,000+税

- 【セット内容】
- ①ポケットボール台(約90×90cm)
 - ②ボール10ヶ(φ6cm)
 - ③マット(全長約2.5m×幅約91cm)
 - ④遊び方説明書
 - ⑤クラブ2本(84cm)

●原産国:日本、総重量:約11.8kg

※ボールのカラーはカタログと異なる場合があります。



5 スカットボールIIセット NH4101

本体価格 ¥90,500+税

- 【セット内容】
- ①スカットボールII 台(約90×90cm)
 - ②スカットボールII マット(全長約5m×幅約90cm)
 - ③スカットボールII 自在クラブ(85cm)
 - ④榎ヘッドスティック(75cm)
 - ⑤ボール10ヶ(φ7.5cm)
 - ⑥遊び方説明書

●原産国:日本、総重量:約20kg

※ボールのカラーはカタログと異なる場合があります。

6 室内ボールゲーム セットA NH7100

本体価格 ¥34,950+税

- 【セット内容】
- ①クラブ2本(2色×1本)(84cm)
 - ②保護シート6枚(10cm)
 - ③室内ボール小10ヶ(φ6cm)

※ボールのカラーはカタログと異なる場合があります。

7 室内ボール 小セット10ヶ NH7300

本体価格 ¥25,000+税

7 ベタボード基本セット NH2000 本体価格 ¥45,000+税

- 【セット内容】
- ①キュー6本(6色×1本)
 - ②ディスク12ヶ(2色×6ヶ;アソート)
 - ③ビュット
 - ④得点盤シート(キュー(6色×1本)6本、キューケース1ヶ)
 - ⑤センターサークル
 - ⑥ダーツサークル
 - ⑦スコアカード
 - ⑧バインダー
 - ⑨鉛筆
 - ⑩テープ(スタートライン用)
 - ⑪テーブ(得点シート固定用)
 - ⑫ディスクケース
 - ⑬キューケース
 - ⑭遊び方説明書

●原産国:日本、総重量:約2.7kg ※カラーは指定できません。 ※カラーはカタログと異なる場合があります。

●キューセット (キュー(6色×1本)6本、キューケース1ヶ)
NH2100 本体価格 ¥27,000+税

●ディスク&ビュットセット (ディスク(アソート)12ヶ、ビュット1ヶ、ディスクケース)
NH2300 本体価格 ¥10,000+税

●得点盤シート (1000×950×0.3mm)
NH2500 本体価格 ¥3,000+税

●センターサークル (1000×950×0.3mm)
NH2510 本体価格 ¥3,000+税

●ダーツサークル (1000×950×0.3mm)
NH2520 本体価格 ¥3,000+税

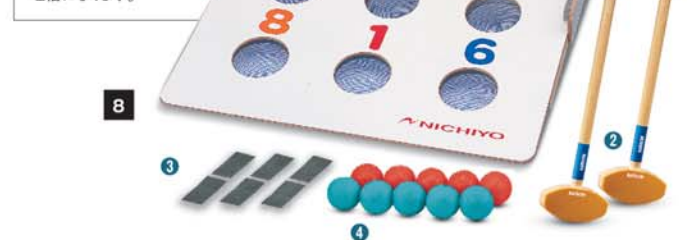
●ベタボードスコアカード (100枚つづり)
NH2600 本体価格 ¥300+税

**ボールを穴に入れ
得点を競う、
グラウンド・ゴルフ
タイプのゲーム。**

●遊び方

クラブでボールを打撃し
ボードの得点穴に入れ
合計得点を競います。

1人5球ずつ打ち、縦横
斜めいずれか1列に
揃った場合は、得点は
2倍になります。



「キュー」で「ディスク」を滑らせ得点を競うゲーム。

●遊び方



「キュー」という細長い
棒を使って、円盤ディ
スクを滑らせます。

マット上の得点エリ
アに入れ、合計得点
を競います。



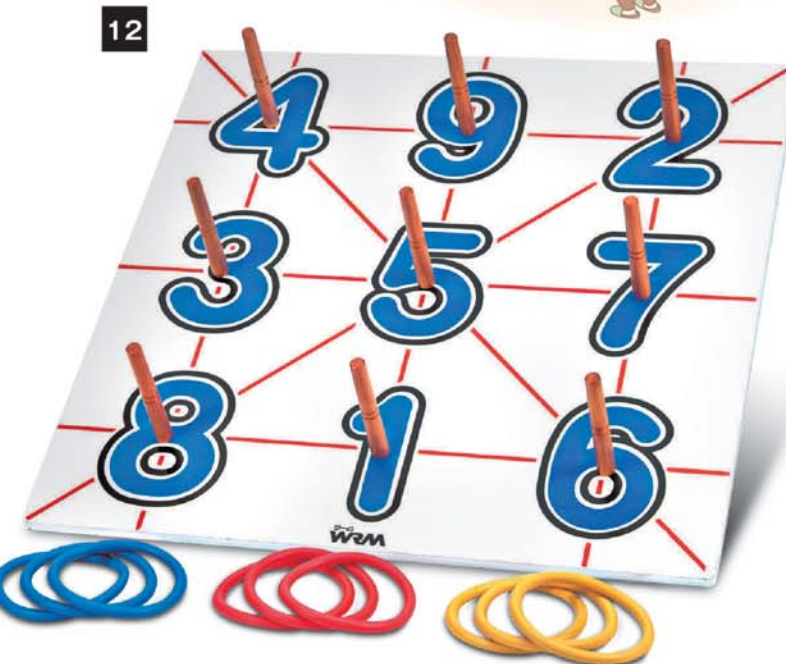
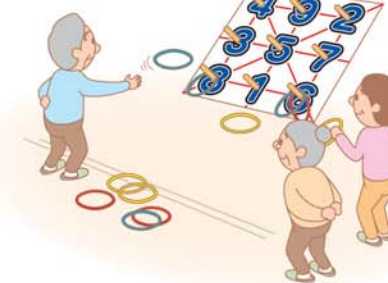
**座位の方も一緒に
楽しむことができる、
低床タイプの玉入れ。**

角度調整できるので、座位の低い
位置からも玉入れができます。

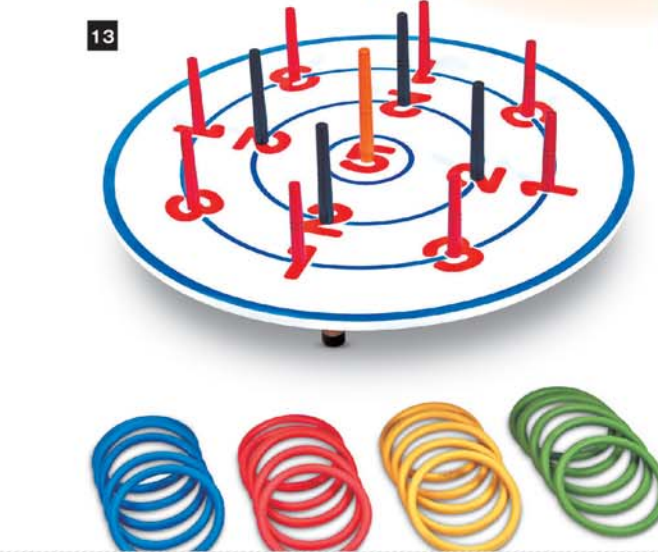
**ネットの高さが
2段階に調整できる、
風船バレーセット。**



**輪投げ本来の
楽しさ満喫。**



**全方向から
対戦できる輪投げ。**



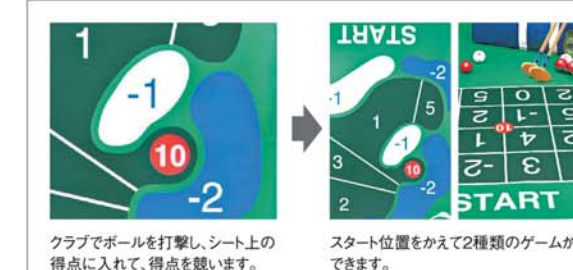
**32面体のボールが意外な方向へ
転がって楽しさ倍増。**



●SGボール32面体



●遊び方



クラブでボールを打撃し、シート上の
得点に入れて、得点を競います。

スタート位置をかえて2種類のゲームが
できます。

**8 ボール・ボードゲームGG
(グラウンド・ゴルフタイプ)**

NH4110 本体価格 ¥58,950 + 税

【セット内容】
①ボール・ボード(80×80cm(穴12cm))、②クラブ2本(約84cm)
③保護シート6枚(10cm) ④室内ボール10ヶ(φ6cm)
⑤遊び方説明書 ※ボールのカラーはカタログと異なる場合があります。

●ボール・ボード

NH4112 本体価格 ¥24,000 + 税

●原産国:日本、重量:約7kg

**9 スマイルシャッフル
ボードセット**

NH4010 本体価格 ¥56,800 + 税

【セット内容】
①ディスク6ヶ(2枚×3) (φ7cm)
②SGマット(全長約3.6m×幅約95cm)
③キュー2本(約100cm)
④セットバッグ(約30×112cm)
⑤遊び方説明書

●原産国:日本、総重量:約5.2kg

※カラーはカタログと異なる場合があります。

**10 低床型
玉入れセット**

NH9110 本体価格 ¥56,600 + 税

【セット内容】
①低床型玉入れ5台(白・赤・緑・青・黄 各1台)
(高さ45~63cm)
②カラー玉50ヶ(白・赤・緑・青・黄 各10ヶ)(直径5cm)
③取扱説明書

●原産国:玉入れカゴ:日本、カラー玉:台湾、
総重量:約10kg

11 風船バレーセット

NH4214 本体価格 ¥44,500 + 税

【セット内容】
①支柱2個(120cm,160cmの2段階)
②ネット(幅約4m)、③風船10個(φ50cm)
●原産国:日本、総重量:約21kg

※風船のカラーはカタログと異なる場合があります。

●ゴム風船φ50cm(10ヶ組)

NH4215 本体価格 ¥3,500 + 税

12 輪投げスタンダードタイプ

(大) **NH4620** 本体価格 ¥24,800 + 税

【セット内容】①ボード(90×90cm)、②サークル大9ヶ(3色×3ヶ)(φ17cm)
●原産国:日本、総重量:約14.5kg

(中) **NH4610** 本体価格 ¥18,500 + 税

【セット内容】①ボード(60×60cm)、②サークル大9ヶ(3色×3ヶ)(φ17cm)
●原産国:日本、総重量:約7.6kg

(小) **NH4600** 本体価格 ¥14,500 + 税

【セット内容】①ボード(45×45cm)、②サークル小9ヶ(3色×3ヶ)(φ14cm)
●原産国:日本、総重量:約4.4kg

13 輪投げ4WDタイプ

(大) **NH4640** 本体価格 ¥32,500 + 税

【セット内容】
①ボード(φ90cm)、②サークル大20ヶ(4色×5ヶ)(φ17cm)
●原産国:日本、総重量:約14.4kg

(小) **NH4630** 本体価格 ¥26,500 + 税

【セット内容】
①ボード(φ65cm)、②サークル小20ヶ(4色×5ヶ)(φ14cm)
●原産国:日本、総重量:約9.1kg

**●サークル大
(1ヶ)(φ17cm,120g)**

NH4615

本体価格 ¥650 + 税

**●サークル小
(1ヶ)(φ14cm,90g)**

NH4605

本体価格 ¥500 + 税

カラーを指定してください。
(青・赤・黄・緑)

14 シャッフル&ゴルフセット

NH4000

本体価格 ¥64,500 + 税

【セット内容】
①SGマット(全長約3.6m×幅約95cm)
②SGボール10ヶ(赤5ヶ、白5ヶ)(約φ7cm)
③クラブ2本(全長約84cm)
④セットバッグ(約24×90×27cm)
⑤ボールケース(約11×23×15cm)
⑥遊び方説明書

●原産国:日本、総重量:約9.6kg

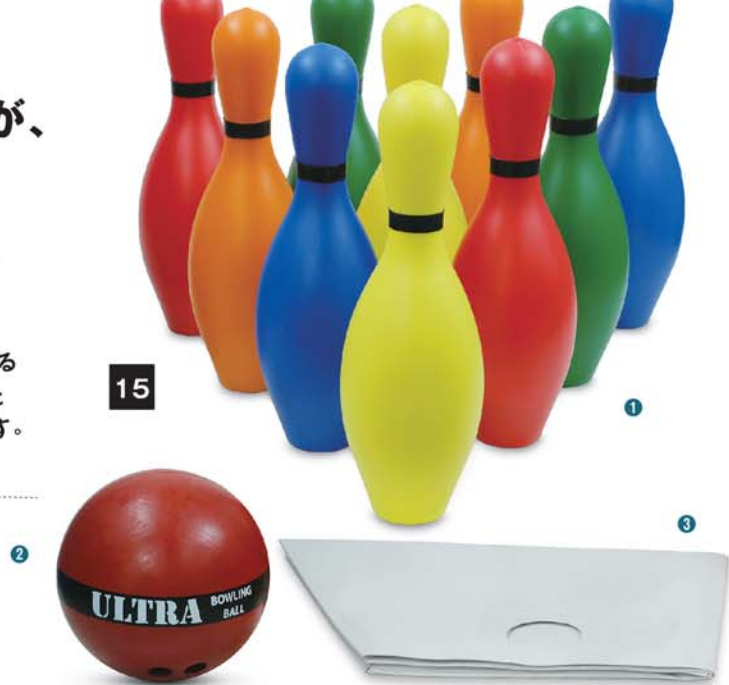
※ボールケース、クラブはカタログと異なる場合があります。

大好評のボウリングゲームのピンが、カラーになってもっと楽しく!



ピンがカラーなので施設の白い壁にも、よく映えてピンが見やすい!

色ごとに得点を変えるなど、変化のあるボウリングゲームを楽しむことができます。



ゲートを通りさせ、10本のピンを倒すボウリングゲーム。



● 遊び方

ゲートを通りさせ、10本のピンを倒すボウリングゲームです。



10本倒すまで投球し、投球回数が少ないチームが勝ちです。

左右の紐を交互に引っ張り馬を進める、コンピュータで行う競馬ゲーム。



馬券を作って優勝するチームを予測して応援しましょう。



● 遊び方



片方の人は輪の部分を持ち、もう一人は2本の紐を交互に大きく前後させます。

手綱側の人はゆっくり大きく腕を動かすのがコツです。馬が暴れると落馬します。落馬したら最初からやり直します。

赤球まできたら馬を逆向きにして速く向こうの赤球に戻った人の勝ちです。

パネルをパタンと倒すタイプの的当てゲーム。



● 遊び方

ボードをねらってカラー玉を投げます。

パネルをパタンと倒します。

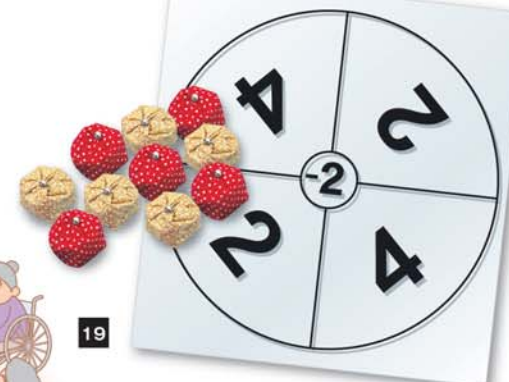


ダーツのかわりに、お手玉で狙う! お手玉得点合戦。

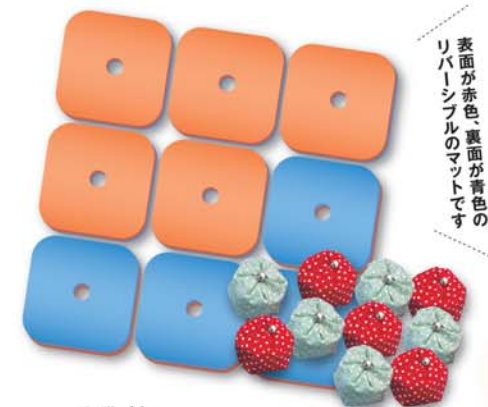


● 遊び方

ダーツの代わりにお手玉で的を狙います。お手玉を交互に投げ入れていき、全て投げ終えたときの合計得点で勝敗を決めます。



相手陣地にお手玉を投げ入れ、マットを裏返していく陣取りゲーム。

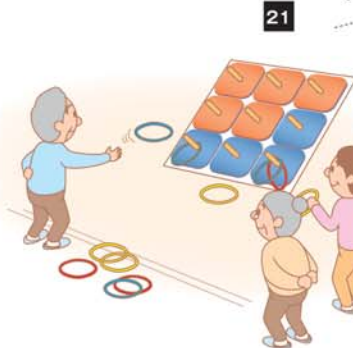


● 遊び方

相手チームの色のマットにお手玉を投げ入れて、自分のチームの色にマットを裏返していく陣取りゲームです。



輪投げと陣取りゲームの2種の遊び。



● 遊び方

相手チームの色のマットにサークルを投げ入れて、自分のチームの色にマットを裏返していく陣取りゲームです。

15 カラーボウリングゲーム

NH4310

本体価格 ¥36,000 + 税

- 【セット内容】
- ①ピン10本(120×381mm)
 - ②ボール2ヶ(約φ11.5cm)
 - ③ピンセッター
 - ④スコアシート
- 原産国:アメリカ、総重量:約5.5kg

16 スマイルゲートボウリングセット

NH4300

本体価格 ¥82,000 + 税

- 【セット内容】
- ①ピン10本(高さ約25cm)
 - ②ボール2ヶ(約φ11.5cm)
 - ③ゲート(高さ約20×幅約90cm)
 - ④リストゼッケン2組(約4.5×7cm)
 - ⑤マット(全長10m×幅約90cm)
 - ⑥収納バッグ(約23×42×28cm)
 - ⑦遊び方説明書
- 原産国:日本、総重量:約15.5kg



17 競馬でGO

NH4800

本体価格 ¥27,000 + 税

- 【セット内容】
- ①馬本体5ヶ(290×220×25mm)
 - ②ロープ5本(2600mm)
 - ③スタンド5ヶ
- 原産国:日本、総重量:約800g

18 ストライクボードセット

NH9101

本体価格 ¥52,100 + 税

- 【セット内容】
- ①ストライクボード(幅70cm×奥行80cm×高122cm)
 - ②カラー玉10ヶ(φ5cm)
 - ③取扱説明書
- 原産国:台湾、総重量:約14kg

19 お手玉リズム体操&ダーツサークル

NH9000

本体価格 ¥4,000 + 税

- 【セット内容】
- ①お手玉10ヶ(2色×5ヶ)(約7cm)
 - ②ダーツサークル(1000×950×0.3mm)
 - ③遊び方説明書
- 原産国:日本、総重量:約500g
- ※お手玉の色はカタログと異なる場合があります。

● 商品 お手玉セット(10ヶ)

NH9005 本体価格 ¥1,500 + 税

20 お手玉リズム体操&陣取りマット

NH9020

本体価格 ¥4,700 + 税

- 【セット内容】
- ①お手玉10ヶ(2色×5ヶ)(約7cm)
 - ②陣取りマット9枚(285×285×10mm)
 - ③遊び方説明書
- 原産国:日本、総重量:約765g
- ※お手玉の色はカタログと異なる場合があります。

● 商品 ダーツサークル(1枚)

NH2520 本体価格 ¥3,000 + 税

21 輪投げ&陣取りマット

NH9030

本体価格 ¥28,000 + 税

- 【セット内容】
- ①輪投げスタンド大(90×90cm)
 - ②陣取りマット9枚(285×285×10mm)
 - ③遊び方説明書
- 原産国:日本、総重量:約15kg

● 商品 陣取りマットセット(9枚)

NH9025 本体価格 ¥3,600 + 税

太鼓を叩く要領でバチを使って 取り組む大型相撲ゲーム。



力士の手足の角度や取り付け位置を工夫してください。手には凹凸があるので、粗んで使用することもできます。ご利用者の顔写真を張り付けてMY力士を作って遊んでも楽しいです。

遊び方



太鼓を叩く要領でバチを使って土俵を叩きます。

星取表などを作って優勝力士を決めています。

もぐらたたきゲーム 手動式の対戦型



もぐらを出す人とたたく人にわかれて行う、対戦型もぐらたたきです。軽くて軟かいハンマーなので安全です。もぐらを叩くとピコッという音がします。

遊び方



レバーを押してもぐらをランダムに出します。相手にできるだけもぐらをたたかれないように作戦をたてましょう。

もぐらが出てくるタイミングを見て、もぐらをたたきます。できるだけたくさんたたきましょう。

お客様の声/デイサービス

わかりやすいので手軽に短時間でも楽しむことができました。

昔遊んだ輪ゴム鉄砲を取り入れた、 的当てゲーム。

的が二つあるので打ち合ったり、対抗戦にしたりして遊ぶことができます。倒れた的は斜めに本体を傾けると元に戻せます。

遊び方



裏に水性マーカーで得点を書いた的をねらってうちます。

倒れた的の合計得点の高い人の勝ちです。

だるま落としの 大型版。



高さ90cm

ジェンガの大型版。 ブロックをくずさない様に抜いて、 上に積み上げていくゲーム。

ブロックを高い所に積んだり、低い位置にしゃがんだりするので自然に身体をつかいます。



22
たいこ相撲
NH4803
本体価格 ¥34,000 +税
【セット内容】
①土俵(600×600×100mm)
②力士6ヶ(150×90mm)
③バチ4本(φ40×400mm)
④脚4本(φ40×430mm)
●原産国:日本、総重量:約5.5kg

23
もぐら7兄弟
NH4804
本体価格 ¥27,000 +税
【セット内容】
①本体(400×600×140mm)
②ハンマー2ヶ(370×100mm)
●原産国:日本、総重量:約5kg

24
スマイル射的
NH4802
本体価格 ¥27,000 +税
【セット内容】
①的2ヶ(110×570×180mm)
②輪ゴム鉄砲2ヶ(400mm)
●原産国:日本、総重量:約3kg
※輪ゴムはお客様にてご用意ください。

25
だるま落とし
NH4212
本体価格 ¥59,800 +税
【セット内容】
①だるま頭(φ300×高さ300mm)
②だるま胴4個(φ300×高さ150mm)
③ハンマー2個(長さ500mm)
●原産国:日本、総重量:約1.7kg

26
大型バランスゲーム
NH4210
本体価格 ¥38,000 +税
【セット内容】
①ブロック18個(3色、各6個)(150×150×450mm)
②サイコロ(250×250×250mm)
●原産国:日本、総重量:約8.3kg

卓上レク



認知症予防レクリエーション

脳げんき。

「脳げんき。」は羽立工業株式の登録商標です。商標登録番号 第5147109号

「脳げんき。」とは?

右脳・左脳・前頭葉を積極的に使う要素を、レクリエーションの中に取り入れることにより、効果的な認知症予防を目指します。

POINT 1 脳を元気にする要素を盛り込むこと

POINT 2 高齢者が使いやすいように工夫すること

POINT 3 懐かしさの要素を盛り込むこと

シリーズ一覧 / 唱歌カルタ ▶ P49 あいうえおカード ▶ P51 影絵カルタ ▶ P51 しりとりにブロックくずし ▶ P56

50年以上前の童謡から歌曲までを幅広く選曲して描いたカルタを、メロディーを聴いて取るゲーム。

原寸大

遊び方



読み札の替わりに、CDから流れる曲のメロディーを聴きます。

歌の情景と歌い出しの頭文字を描いてあるカルタを見つけ、取ります。

カルタを取ったら皆で楽しく歌います。

お客様の声/デイサービス

メロディーを聞き始めると、その曲を思い出して、皆で楽しく唄い始めることができた点が良いと感じました。その間、落ち着いて唱歌カルタに熱中されていました。



【収録曲】

- | | | | | |
|-------------|--------------|-------------|------------|---------------|
| 1. 青い目の人形 | 9. おうま | 17. さくら | 25. 月 | 33. 日の丸の旗 |
| 2. 赤い靴 | 10. お正月 | 18. しゃぼん玉 | 26. 鉄道唱歌 | 34. 富士の山 |
| 3. 赤とんぼ | 11. かかし | 19. 証城寺の狸囃子 | 27. てるてる坊主 | 35. はたる来い |
| 4. あめふり | 12. かたつむり | 20. 雀の学校 | 28. 通りゃんせ | 36. 紅葉 |
| 5. 雨降りお月 | 13. かめめの水兵さん | 21. 青くらべ | 29. 七つの子 | 37. 雪 |
| 6. 一番星みつけた | 14. こいのぼり | 22. 僕はごころ | 30. 人形 | 38. 振り袖のうた |
| 7. うさぎとカメ | 15. 莞城の月 | 23. 茶つみ | 31. はと | 39. りんごのひとりごと |
| 8. うれしいひな祭り | 16. 黄金虫 | 24. ちょうちょう | 32. 春よ来い | 40. われは海の子 |



1
唱歌カルタ 脳げんき。
NH8003 本体価格 ¥3,300 +税
【セット内容】
①カルタ40枚(105×90mm)
②CD1枚
③歌詞カード(説明書)
●原産国:日本、総重量:約330g

2
カルタ(40枚)
NH8002
本体価格 ¥2,000 +税

遊びの効果としてねらったこと
● 曲を聴き、歌詞を思い出して、情景をイメージし、曲と絵に感動することにより右脳を刺激します。
● どこにどんな曲のカルタがあるか見直し、素早く反応し、取ることで、右脳と前頭葉を刺激します。
● みんなで楽しく歌うことで右脳を刺激します。

※唱歌カルタは、毎月脳活性化デザイン研究所と、浜松職業能力開発短期大学校産業デザイン科13期生~18期生の作品を商品化したものです。

切り絵で描かれた魚介類の絵合わせカルタ、魚あわせ。



2 全国の魚大集合。

日本全国の旬の魚介類が大集合。魚の種類も従来の約30種類から、大増量して52種類に。読み札の文は語呂合わせと洒落込んでみました。

- 遊び方① / 絵合わせ
 - 札を表向きにして重ならないように広げ、左右の札を合わせていきます。
- 遊び方② / 神経衰弱
 - 札を裏返して並べ、表返してペアをそろえます。
- 遊び方③ / カルタ
 - 七五調の文章が入った方を読み札に、もう一方を取り札にして遊びます。
- 遊び方④ / ババ抜き
 - トランプゲーム「ババ抜き」と同じです。骨の札をジョーカーとして使います。



3 シンプルわかりやすい。
京都府北部の丹後地方にすむ魚介類が登場。魚の切り絵はシンプルで、魚の姿がよくわかるので根強い人気があります。



4 色が鮮やかで美しい。
勇壮な断崖絶壁、透き通った透浅の青い海など、変化に富んだ海岸線を持つ島根県の魚介類を集めました。



5 人気の江戸前寿司。
江戸前寿司に登場する魚介類を集めました。江戸の「粋」を表現した、黒い背景が人気です。

昭和の演歌・歌謡曲の大きめサイズのかかるた。

馴染みのある昭和の演歌、歌謡曲を50曲集めました。



6 「さくら」「こいのぼり」「ふるさと」など、日本の童謡・唱歌を題材にしたかるた。

絵札(取札)には歌の曲名と冒頭の歌詞・歌をイメージした絵が描かれています。版画家・伊藤卓美氏による素材で色鮮やかな絵札です。



7 昔の生活どうぐのカルタ&トランプゲーム。
カルタとしてもトランプとしても遊べます。

「あいうえお」の50音が描かれた、いろいろな使い方ができるカード。

- 遊び方① / 「なにぬねの」並べ
 - 7並べの「あいうえお」版で、7の代わりに「なにぬねの」のカードを縦に並べておき、順番にその左右のカードを出して並べていくゲームです。
- 遊び方② / こぼし神経衰弱
 - 全てのカードを裏返して、順番にカードを表向きに開き、言葉になっていけば取れるというゲームです。



<p>2 魚あわせ 〈日本津々浦々〉 NH6010 本体価格 ¥1,800+税</p> <p>【セット内容】 ①読み札52枚、②取り札52枚 ③吉札2枚、④凶札2枚 (札1枚あたり95×67mm) ⑤説明書 ● 原産国：日本、総重量：約480g</p>	<p>3 魚あわせ 〈京都丹後版〉 NH6002 本体価格 ¥1,200+税</p> <p>【セット内容】 ①読み札32枚、②取り札32枚 ③吉札7枚、④凶札1枚 (札1枚あたり95×67mm) ⑤説明書 ● 原産国：日本、総重量：約335g</p>	<p>4 魚あわせ 〈隠岐・出雲・石見版〉 NH6003 本体価格 ¥1,200+税</p> <p>【セット内容】 ①読み札32枚、②取り札32枚 ③吉札7枚、④凶札1枚 (札1枚あたり95×67mm) ⑤説明書 ● 原産国：日本、総重量：約335g</p>	<p>5 魚あわせ 〈江戸前版〉 NH6005 本体価格 ¥1,200+税</p> <p>【セット内容】 ①読み札32枚、②取り札32枚 ③吉札5枚、④凶札1枚 (札1枚あたり95×67mm) ⑤説明書 ● 原産国：日本、総重量：約335g</p>	<p>6 思い出カルタ 昭和の名曲 NH6016 本体価格 ¥6,000+税</p> <p>【セット内容】 ①読み札50枚(165×119mm) ②取り札50枚(165×119mm) ● 原産国：日本、総重量：約1.9kg</p>	<p>7 むかしのどうぐ カルタ&トランプ NH6015 本体価格 ¥850+税</p> <p>【セット内容】 カード54枚(87×57mm) ● 原産国：中国、総重量：約90g</p>	<p>8 木版画 なつかしの歌かるた NH6013 本体価格 ¥2,600+税</p> <p>【セット内容】 ①絵札50枚(80×57mm) ②読み札50枚(80×57mm) ③解説書 ● 原産国：日本、総重量：約600g</p>	<p>9 あいうえお カード ぬげんき。 NH8004 本体価格 ¥1,700+税</p> <p>【セット内容】 ①カード52枚(80×70mm) ②説明書 ● 原産国：日本、総重量：約130g</p> <p><small>※あいうえおカードは、若月麻理子デザイン研究所と、浜松商業大学附属短期大学校産学デザイン科13期生～16期生の作品を商品化したものです。</small></p>
--	---	---	--	---	---	---	--



かわいいどうぶつの 2ピースパズル。

左右・上下に分かれた動物のカードを組み合わせて遊ぶカードです。絵合わせパズル、名前当てクイズ、グループ集めゲームなど楽しく遊べます。



POINT 1 パズルの裏には
どうぶつの名称



POINT 2 2つのピースで
形をあわせる



11

いろいろないきものの2ピースパズル。

● お客様の声 / 社協の介護予防デイ



年齢差や体力差に関係なく皆でたのしめた。つくりもしっかりしていてよい。



12



10

ひよこ豆を つかむゲーム。

「ひよこ豆」と「うぐいす豆」をお箸でつかむ対戦型のゲームです。



● 遊び方



● お客様の声 / デイサービス

ひとつひとついねいに集中してやっていた。きれいに並べられた時に嬉しそうでした。

同じ色のくつ下を探す色合わせゲーム。

13



● 遊び方



色が同じくつ下を5ペア探します。

5ペアそろったら素早くソックスくんを取り、メダルをゲット!

● お客様の声 / 社協の介護予防デイ

思わず椅子から立ち上がるほど熱中して探していました。



10

マナー豆匠

NH1020

本体価格 ¥2,480+税

【セット内容】

- ①お重箱1ヶ (132×132×38mm)
- ②お箸2ヶ (180×8×8mm)
- ③マナー豆50ヶ (10×17×7mm)
- ④作法書1冊 (70×70×1mm)

● 原産国：中国、総重量：約420g



11

どうぶつあわせパズル どうぶつ編

NH6011

本体価格 ¥1,600+税

【セット内容】

- ゴリラ、カピバラ、ふくろう、ライオンなどの
どうぶつパズル50枚 (41~110mm)

● 原産国：日本、総重量：約315g



12

どうぶつあわせパズル いきもの編

NH6012

本体価格 ¥1,600+税

【セット内容】

- かに、かまきり、かぶとむし、いんこなどの
いきものパズル50枚 (62~108mm)

● 原産国：日本、総重量：約270g

13

くつ下ドコドコ?

NH6306

本体価格 ¥800+税

【セット内容】

- ①ソックスくん1匹 (75×82mm)
- ②土台1個 (37×20mm)
- ③くつ下48個 (24足) (36×50mm)
- ④メダル10枚 (φ30mm)

● 原産国：日本、総重量：約70g



日本地図の立体パズル。

● 遊び方①
基本ピース

● 遊び方②
発展ピース

ステップ1

ステップ2

最初は地方別に色分けされた基本ピースにチャレンジします。

基本ピースができた後、次は発展ピースへ。全ての都道府県が同じ色のパズルにチャレンジします。



● お客様の声/サービス

利用者さん同士、出身の県や旅行に行ったことのある県の話で盛り上がった。



フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

フィットネス

ノルディック・ウォーク

健康増進支援サービス

ニュースポーツ

卓上レク

ベルの演奏が簡単にできるベルハーモニー。



テーブルに置いて演奏するデスクタイプ。

テーブルに置いて手でおしてタイミング良く鳴らすことができます。また1人での曲の演奏、和音も可能となりました。

手に持って演奏するハンドタイプ。

ベルは軽量で、軽く振るだけできれいな音が鳴ります。



● ベルハーモニーのレクリエーション例

1人1音ベルを担当します。

譜面へは、自分の担当する音に色を塗ります。このとき、ベルのカラーと合わせて塗って下さい。

一度、ベルを使わずに、声に出して音階で唄います。

次に担当者が指揮を取り、ベルを使って演奏します。

サボテンを倒さないように完成させるバランスゲーム。



手先の訓練ができるピンチ訓練セット。訓練の幅が広がるデザイン集セット付。

指先のピンチ訓練用です。付属の木製ベースに訓練ボードをたてかえたり、デザインカード使用により訓練の幅も広がります。



● 遊び方① デザインカードをセットしてピンチ訓練



カードの色に合わせてピンチを差し込んでいきます。

● 遊び方② デザインカードを見ながらピンチ訓練



デザインカードを横に置き、カード通りにピンチを差し込んでいきます。



ピンチとは人差指と親指の対立運動のことです。

14 くもんの日本地図パズル

NH6231

本体価格 ¥2,800+税

- 【セット内容】
- ①盤1枚(縦305×横530×高さ27.4mm)
 - ②基本ピース47ヶ、③発展ピース47ヶ
 - ④地図2枚、⑤シール1枚、⑥収納袋2ヶ
 - 原産国:中国、総重量:約1.3kg



15 十二支パズル

NH6230

本体価格 ¥53,000+税

- 【セット内容】
- ①12ピースジグソーパズル(両面)6枚(縦275×横190×高さ12mm)
 - ②見本シート12枚、③専用保管箱1ヶ(縦340×横240×高さ210mm)
 - 原産国:日本、総重量:約4kg



16 ベルハーモニー デスクタイプ

NH6101

本体価格 ¥9,800+税

- 【音域】
- 幹音8音 C¹~C²(φ8×9.5cm)
 - 原産国:台湾、総重量:約1.1kg

17 ベルハーモニー ハンドタイプ

NH6100

本体価格 ¥7,000+税

- 【音域】
- 幹音8音 C¹~C²(φ7.5×13cm)
 - 原産国:台湾、総重量:約940g

18 初めての方向けの本ベルでソルフェージュ

NH6109

本体価格 ¥1,500+税

- 【曲数】
- 16曲
 - ※こちらは楽譜で、レクリエーション例のような譜面ではありません。

19 サボテンバランスゲーム

NH6314

本体価格 ¥3,500+税

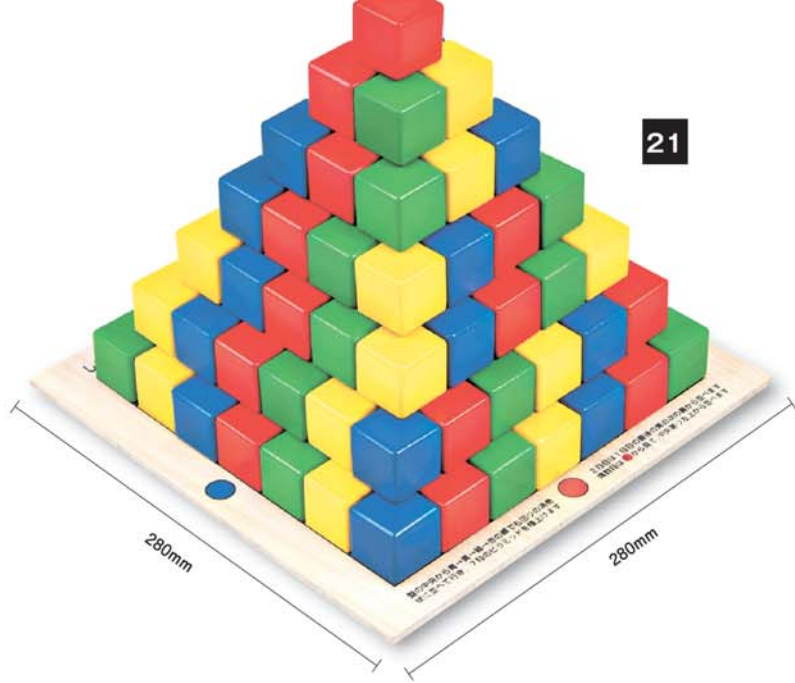
- 【セット内容】
- ①サボテン土台1ヶ(50×40×80mm)
 - ②サボテン(大)3ヶ(40×40×80mm)
 - ③サボテン(中)6ヶ(31×31×67mm)
 - ④サボテン(小)9ヶ(23×23×50mm)
 - 原産国:タイ、総重量:約580g

20 ピンチ訓練セット

NH6201

本体価格 ¥8,800+税

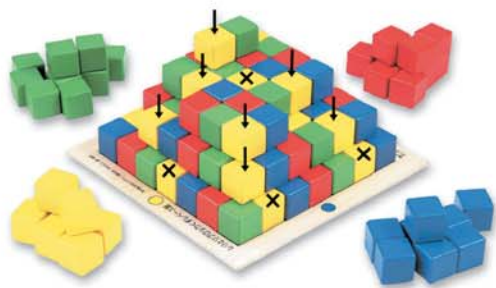
- 【セット内容】
- ①訓練ボード1枚(縦160×横160mm)
 - ②クリップ30本(6色各5本)(約38mm)
 - ③デザインカード12枚
 - ④木製ベース1枚(80×180mm)
 - 原産国:日本、総重量:約560g



21

4人でしりとりをやりながら 取っていくゲーム。

上の図で、黄色の人は↓のブロックを全て取ることができるので、7語以内の長いしりとり言葉で、早くあがることができます。



せんべいを積みあげたり、ひっくり返すゲーム。

お箸を使っておせんべいを積みあげたり、ひっくり返す対戦型のゲームです。

● 遊び方①
にこそせんべいの塔【2~6人用】



カードの通りにせんべいを重ねます。倒した人の負けです。

● 遊び方②
にこそせんべい職人【2人用】



自分の陣地のせんべいを早くひっくり返せた人の勝ちです。



22

絵合わせとかんじ合わせができる マグネット盤。

● 遊び方①
絵合わせ



● 遊び方②
かんじ合わせ



23



マグネット
でピタッ



24

立体の数字のひもとおし トレーニング。

生年月日など様々なパターンで数字を通していきます。

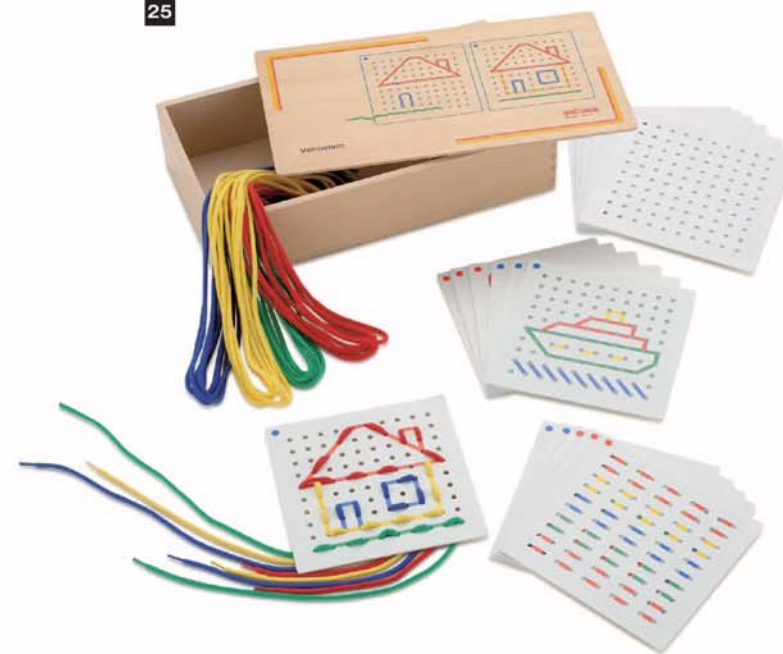
● お客様の声/リハビリ特化型デイ

生年月日の順番で数字をと
おして、楽しく
熱心に取り組
めていました。



無地とデザインの2種類のひもとおし板で、 変化に富んだトレーニングが可能。

25



収納引き出し付きの中型 ペグボードセット。

26



ペグボード・
デザイン集

21

しりとり ブロックくずし

NH8000 本体価格 ¥10,500+税

【セット内容】
①ブロック140ヶ(赤、青、黄、緑各35ヶ)(33×33×33mm)
②ベース盤1枚(280×280×5mm)
③収納ケース、④説明書
● 原産国:タイ、総重量:約2.2kg

22

にこそせんべい あそび

NH1025 本体価格 ¥2,770+税

【セット内容】
①せんべいピース30ヶ(45×45×4mm(はこそん))
②お箸2ヶ(22×5×5mm)
③結合セカード20ヶ(70×70mm)
④網焼きシート1ヶ(310×370×1mm)
⑤巾着袋1ヶ(178×230×3mm)、⑥マニュアルブック1冊
● 原産国:中国、総重量:約500g

23

磁石 かんじ盤

NH6235 本体価格 ¥3,800+税

【セット内容】
①盤1ヶ(269×269mm)
②駒25ヶ(40×40×9mm)
③収納袋
④解説書
● 原産国:中国、総重量:約720g

24

数字の ひもとおし

NH6207 本体価格 ¥7,000+税

【セット内容】
①数字260ヶ(高さ約25×厚さ約10mm)
②ひも15本
● 原産国:中国、総重量:約720g

25

ひも通しと デザイン集セット

NH6200 本体価格 ¥19,800+税

【セット内容】
①ひもとおし板(デザイン付)12枚(幅160×奥行160×厚さ1mm)
②ひもとおし板(無地)6枚(幅160×奥行160×厚さ1mm)
③ひも24本(900mm)
④保管箱1ヶ
● 原産国:中国、総重量:約2.4kg

26

ペグボード(中)セット デザイン集付き

NH6215 本体価格 ¥30,800+税

【セット内容】
①ペグボード中(引き出し付)1台(幅270×奥行270×高さ60mm)、
ペグ244本(直径7×高さ30mm)
②デザイン集152枚(縦140×横140mm)
● 原産国:日本、総重量:約2.3kg

切って貼るだけでできる 世界に一つだけの華やかな ティッシュケースキット。

●お客様の声/デイサービス・女性

千代紙を折る、切る、貼るの作業の繰り返しなので、利用者さん皆が取り組むことができ、完成したときの達成感が大きいようです。



27

折る + 塗る + 貼る + 切る

●作り方



かわいい柄のお花をつなげる モバイルづくり。



28



29

お花のぬり絵はがきづくり。

絵手紙風の下絵を色鉛筆や水彩絵の具で彩色し、余白にメッセージを入れます。ハガキとして使ったり、ミニスタンドに飾ったりしてお楽しみ頂けます。

塗る + 書く



商品名索引

あ あいうえおカード NH8004 53
アクティブライトポーチ WH7110 29
足ふらしウォッシュ NH3111 23
アームバー Flex NH3520 08
洗える巻きウエイト 1kg 2コ NH3213 19
洗える巻きウエイト 250g 2コ NH3211 19
洗える巻きウエイト 500g 2コ NH3212 19

い イーゼラーブストラップ WH5801 31
癒しの猫ほくし NH3130 23
癒しの猫ほくしローラー NH3131 23

う ウォーキングジムバー NH3210 21
運動用ラージボールケース WH7910 30

え エッググリップ WH5701 31

お 大型バランスゲーム(大型ゼンガ) NH4210 50
大きいバランスボール45cm NH3030 18
大きいバランスボール55cm NH3031 18
お手玉セット NH9005 49
お手玉リズム体操&障取りマット NH9020 49
お手玉リズム体操&ダーツサークル NH9000 49
お花の塗り絵はがきセット50枚 RH4202 60
思い出カルタ 昭和の名曲 NH6016 53

か 型抜き折り紙でつくるかんたんモバイル RH4533 60
カラーボールリングゲーム NH4310 48
カルタ NH8002 51

き キャリヤールケース WH7900 30
キューセット NH2100 45
キングコンググリップ hard NH3751 06
キングコンググリップ soft NH3750 06

く くつ下ドココ? NH6306 55
くもの日本地図パズル NH6231 56
クラウドチェア NH3650 06
クラウドゴルフ3ホールセット NH7503 43
グリグリもちもちローラー NH3800 04
ぐりぐりFeel ネイビー NH3723 09
ぐりぐりFeel ピンク NH3722 09
グリップD01 WH5700 31

け 競馬でGO NH4800 48
健康かみしばい(全20種) RH8000~RH8019 38-39
健康チャレンジカード(全20種) RH8100~RH8119 38-39
検定システム使用料 NH5941 34

こ ゴム風船φ50cm(10ヶ組) NH4215 46
ココロパッド NH3110 21
ココロボール M NH3102 20
ココロボール S NH3101 20

さ サポテンバランスゲーム NH6314 57
サークル小 NH4605 47
サークル大 NH4615 47
サークルチューブ NH3007 17

し 磁石かんじ盤 NH6235 58
室内라운드ゴルフセット NH7000 43
室内ボールゲームセットA NH7100 45
室内ボール小セット NH7300 45
ジムボールStayPlus 55cm NH3620 10
ジムボールStayPlus 65cm NH3621 10
シャッフル&ゴルフセット NH4000 47
ジャンプロープAir NH3511 07
十二支パズル NH6230 56
唱歌カルタ NH8003 51
自立体力全国検定 検定用具レンタル NH5935 35
自立体力全国検定料 NH5940 35
自立体力テスト基本セット NH5920 34
自立体力トレーニング基本セット NH5903 41
自立体力トレーニング本 NH5910 41
自立体力トレーニングDVD NH5911 41
しりとりブロックくずし NH8000 58
障取りマットセット NH9025 49

す 数字のひもとおし NH6207 59
スカットケース NH4104 42
スカット台 NH4103 42
スカットボールセット NH4100 42
スカットボールIIセット NH4101 44
スカットマット NH4102 42
スックリコアボール 20cm NH3601 05
スックリコアボール 30cm NH3600 05
スックリチューブ HARD NH3500 04
スックリチューブ SOFT NH3501 04
スックリボール HARD NH3700 05
スックリボール SOFT NH3701 05
ストライクボードセット NH9101 49
ストラップD01 WH5800 31
ストレッチマット(ケース付き) NH5600 23
スマイルゲートボールリングセット NH4300 48
スマイルシャッフルボードセット NH4010 46
スマイル射的 NH4802 50
スリムボールケース WH7001 29

せ セレレートボール NH3810 08
センターサークル NH2510 45

そ ソフトグリップダンベル 0.5kg NH3512 08
ソフトグリップダンベル 1kg NH3513 08
ソフトグリップダンベル 1.5kg NH3514 08
ソフトグリップダンベル 2kg NH3515 08
ソフトハンドグリップα NH3106 20
ソフトハンドボール L NH3105 20
ソフトハンドボール M NH3104 20
ソフトハンドボール S NH3103 20

た 体幹ステップボード NH3622 10
たいご相撲 NH4803 50
ダーツサークル NH2520 45-49
旅するお昼寝ピロー NH3830 12
旅するスックリナッツ NH3731 13
旅する星砂 NH3732 13
ダブルフィンガーカットグローブ WH8130 29
ダブルローラー トルネードロック NH3550 06
だるま落とし NH4212 50
ダンベルボール1kg×2コ NH3207 16
ダンベルボール500g×2コ NH3206 16
ダンベルリング 225g 2コ NH3200 17
ダンベルリング 450g 2コ NH3201 17

ち 小さいバランスボール 20cm NH3000 19
調整キャップ WH5039 28
千代紙ティッシュケースづくり RH4020 60

つ ツイストぐりぐりバー ネイビー NH3721 09
ツイストぐりぐりバー ピンク NH3720 09

て 低床型玉入れセット NH9110 46
ディスク&ビュートセット NH2300 45

と どうぶつあわせパズル いきもの編 NH6012 55
どうぶつあわせパズル どうぶつ編 NH6011 55
得点盤シート NH2500 45
鯉あわせ(江戸前版) NH6005 52
鯉あわせ(隠岐・出雲・石見版) NH6003 52
鯉あわせ(京都丹後版) NH6002 52
鯉あわせ(日本津々浦々) NH6010 52
取り替えボールキャップ フィット型 WH5060 28
取り替えボールキャップ フィット型セットタイプ WH5032 28
取り替えボールキャップ ライフラインプータイプ WH5080 28
トリガーローラー NH3724 09
トレーニングチューブソフト NH5451 23

に にこせんべいあそび NH1025 58

ね ネクスフットグリップ WH5722 31
猫あるき NH3112 23
ネックススポーツタオル WH6800 30
ネーム反射シール WH6110 30

は バスケット50 WH5100 28
バスケット90 WH5101 28
バランスボール用ポンプ NH5529 19
ハンドグリップリング 2コ NH3100 20

ひ ひも通しとデザイン集セット NH6200 59
ピンチ訓練セット NH6201 57

ふ 風船バレーセット NH4214 46
プッシュアップバーラウンドプラス NH3510 07
フラフープPremiumTwist NH3623 11
フリーアルミDフィット2 WH1022 27
プレミアムフィットネスマット NH3611 11

へ ベグボード中セットデザイン集付き NH6215 59
ベタボード基本セット NH2000 45
ベタボードスコアカード NH2600 45
ベルハーモニーソルフェージュ NH6109 57
ベルハーモニー デスクタイプ NH6101 57
ベルハーモニー ハンドタイプ NH6100 57

ほ ポケットボールセット NH4120 44
ポータブルアルミDフィット WH1050 27
ボールジョイント16 WH5600 31
ボールボード NH4112 46
ボールボードゲームGG NH4110 46

ま マナーピーンズ匠 NH1020 54

み ミニゴルフセット NH6315 43

む むかしのどうくカルタ&トラップ NH6015 53

も 木版画 なつかしの歌かるた NH6013 53
もぐら7兄弟 NH4804 50

ゆ ユニフィットストラップ WH5822 31

ら ラージポケットドリンクポーチ WH7100 29
レーザーLEDライト WH6100 30
ラビットポンプ NH3629 10

り リセットバー NECK NH3714 15
リセットバー SHOULDER NH3713 15
リセットローラー LARGE NH3711 14
リセットローラー SMALL NH3710 14
リセットローラー STICK NH3712 14

ろ ロコチューブ大きいグリップ NH3012 19
ロコチューブカルテット つよめ NH3022 21
ロコチューブカルテット ふふう NH3021 18
ロコチューブカルテット よわめ NH3020 18
ロコチューブダブル NH3006 17
ロコチューブ つよめ NH3002 16
ロコチューブ よわめ NH3001 16
ロコチューブリング NH3005 18
ロコチューブロング つよめ NH3004 19
ロコチューブロング よわめ NH3003 19
ロコトレバー つよめ NH3009 17
ロコトレバー よわめ NH3008 17
ロコナッツ NH3120 21
ロコリング つよめ NH3011 18
ロコリング よわめ NH3010 18
ロールタイプトレーニングラバーソフト NH5465 23
ロールタイプ トレーニングラバーソフト NH5466 23

わ 輪投げ スタンドタイプ 小 NH4600 47
輪投げ スタンドタイプ 大 NH4620 47
輪投げ スタンドタイプ 中 NH4610 47
輪投げ 4WDタイプ 小 NH4630 47
輪投げ 4WDタイプ 大 NH4640 47
輪投げ&障取りマット NH9030 49

A AGP アドバンスズーム WH1331 25
AGP ツアーセクター 2 WH1481 26
AQUAコアチューブ NH3610 11

D DFP コンパクトズーム WH1150 27
DFP プログレッシブズーム WH1120 24
DFP ポータブルセクター 2 WH1181 26

U UVカットアームクーラー NH6311 30

27

千代紙ティッシュ ケースづくり

RH4020 本体価格 ¥845+税

- 【セット内容】
①千代紙25枚、②台紙5枚
③わかりやすいマニュアル
【対応人数】5人分
【お1人あたりの予算】169円+税

●原産国:日本、総重量:約130g



28

型抜き折り紙でつくる かんたんモバイル

RH4533 本体価格 ¥2,000+税

- 【セット内容】
①モチーフ(大)23枚、②モチーフ(小)12枚
③シールシート5枚、④ひも1本、⑤作り方マニュアル1冊
【対応人数】7人分
【お1人あたりの予算】285円+税

●原産国:中国、総重量:約200g

29

お花の塗り絵 はがきセット50枚

RH4202 本体価格 ¥2,000+税

- | | |
|---------|-------------|
| 【セット内容】 | 【対応人数】 |
| ①ハガキ50枚 | 50人分 |
| ②スタンド8個 | 【お1人あたりの予算】 |
| ③ケース4個 | 50円+税 |

●原産国:日本、総重量:約200g