2027

おうちでカンタン習慣

ずっと ロコレッチ® 元気でいるための 攻略本

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つきの筋トレ&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・コンパクトな道具で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付き。
中高年・高齢者もかんたん・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でたのしく
筋トレ＆ストレッチができる

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

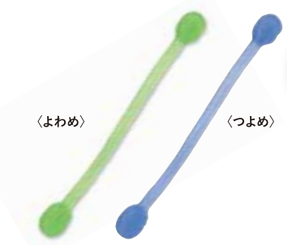
肩こり

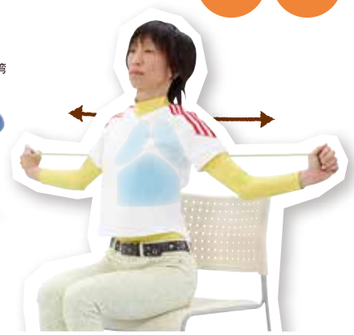
肩、肩甲骨まわりの柔軟性がポイントです

1 ロコチューブ

肩甲骨 背中

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





よわめ NH3001

¥1,650（本体価格¥1,500）

●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

¥1,650（本体価格¥1,500）

●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



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

2 ロコチューブダブル

胸 肩甲骨





NH3006

¥2,970（本体価格¥2,700）

●サイズ：長さ約40cm ●重量：約155g
●材質：サーモプラスティックラバー
●カラー：ピンク ●原産国：台湾



ポイント
- 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

ひざ痛

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

3 小さいバランスボール

ももの内側

空気入れ用ストロー付





20cm NH3000

¥1,650（本体価格¥1,500）

●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



ポイント
- コンパクトサイズ
- 空気の量で強さ調整できる
- 空気入れ用ストロー付き

4 洗える巻きウエイト

ももの前 ひざまわり

●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、スチレンブタジエンゴム
●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。





500g 2コ NH3212

¥3,960
（本体価格¥3,600）

●サイズ：ウエイト部／約24×9cm
ベルト長さ／約26×3.8cm
●重量：約500g/個

1kg 2コ NH3213

¥4,950
（本体価格¥4,500）

●サイズ：ウエイト部／約25.5×9.5cm
ベルト長さ／約24.5×3.8cm
●重量：約1kg/個

ポイント
- 手や脚に巻いて使えるウエイト
- 選べる2種の重さ
- やわらか素材
- 取り外して洗えるパッド付き

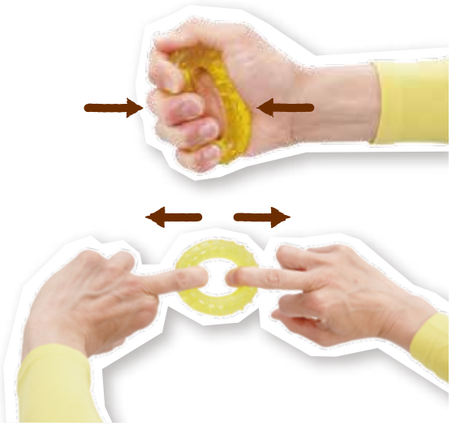
手先

手指を動かし刺激することが ポイントです

5 ハンドグリップ リング

指 手のひら





2コ NH3100

¥1,650（本体価格¥1,500）

●サイズ：約φ7cm
●重量：約38g／個
●材質：サーモプラスティックラバー
●カラー：イエロー
●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

腰痛

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

かんたん体力づくり **筋トレ&ストレッチ**

6 ロコリング

お腹





よわめ NH3010

¥3,960（本体価格¥3,600）

●サイズ：約φ38.5cm ●重量：約195g
●材質：グリップ／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
●強さの目安：2kgの押し込み力で5cmたわみ（当社測定値）
●カラー：グリーン ●原産国：台湾

ポイント
- 弱テンション 中高年・女性向け
- 手にやさしいソフトグリップ

7 弾力に優れた 厚手タイプ6mm。

清潔に洗える！



ストレッチマット
（ケース付）

NH5600

¥4,620（本体価格¥4,200）

●サイズ：173×61cm／厚さ6mm
●材質：ポリ塩化ビニル
●原産国：中国
●重量：約1.6kg
※カラーはカタログと異なる場合があります。



〈専用ケース〉

- 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。表示価格は消費税込の価格で、（ ）内は消費税抜き本体価格です。
- メーカー希望小売価格は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。
- カタログ内の情報は、２０２６年１１月時点での自社調査に基づきます。
- 発行：２０２６.１１

YouTube

▼ トレーニングが動画で見られます。

ロコレッチ 検索

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

HATACHI®
お問い合わせ
羽立工業株式会社
〒431-0421 静岡県湖西市新所3
TEL 053-578-1501
受付時間／8:30～17:00（土・日・長期休暇除く）
羽立工業 検索
https://hatachi.jp