

体外式 挿入しないから着衣のままでOK
バイオフィードバック 機器

世界ではじめての

「骨盤底筋」ケアシステム

Enhance
Pelvic
Floor
Muscles

テクノロジーの力で
骨盤底筋体操をアップグレードする。



FURUN HEALTH CARE



▶内蔵センサーが感知した測定データはスマホ/タブレットにリアルタイムで送信、アプリ画面に表示されます

スマホ/タブレットと楽々Wi-Fi接続!

HnJ-350K

パーソナルユースに最適なコンパクト設計/Android.iOS対応

▶昇降モジュール



※ユーザーの体格に合わせて、本体裏側のダイヤルを回して「昇降モジュール」の高さを調整します。

▶調節ダイヤル

下肢

▶力を抜いて、背中と太ももの角度が90度(直角)以内になるように座る

呼吸

▶なるべくゆっくり吸って
ゆっくり吐く

背中

▶前屈みになったり後ろに反ったりよりかかったりせずまっすぐ気持ちよく背筋を伸ばす

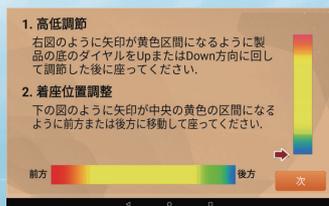
腹部

▶腹圧の上昇を抑えるため腹筋には絶対に入力しない

特許取得

専用アプリで簡単操作!

〈高さの調節〉



ユーザーの体格に合わせて「昇降モジュール」の高さと、前後の位置を、黄色いバーの範囲で調整します。モジュールの高さは、本体裏側にある黒いダイヤルを回して調節します。

〈レベル選択〉



運動の強度を、10段階のレベルから選択します。最初は「練習1」または「練習2」で、骨盤底筋の弛緩状態を確認し、目標とするレベルまで、徐々に強度を上げていきます。

〈時間設定〉



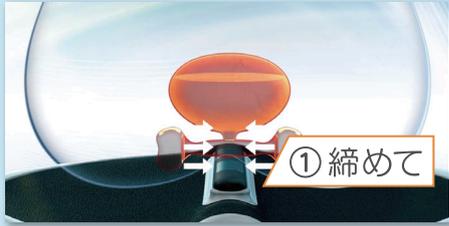
1回のトレーニング時間は最長で30分間です。1~30分まで、16段階の時間設定が可能です。ユーザーのその日の体調に合わせて、お好みの時間を選択します。

〈トレーニング結果〉



トレーニングが終了すると、「最大筋力」「平均筋力」「持続時間」「レベル」の4項目の採点結果が表示され、正常な筋力と比較してパーセンテージで評価されます。

テクノロジーの力で 骨盤底筋体操をアップグレードする3大機能



外部から負荷をかけることで
筋トレの質が格段に向上します

- ①座面中央部にある「昇降モジュール」がユーザーの会陰部を押し上げるように密着することで、ユーザーは容易に骨盤底筋を感知でき、力を入れやすくなります。
- ②ユーザーは、この「昇降モジュール」の抵抗に対する反動として、骨盤底筋を収縮させます(抵抗運動)。何も使わずに骨盤底筋体操をした場合に比べて、ターゲット以外の筋肉に負荷をかけてしまう心配がなく、安心してトレーニングできます。



1 圧迫による**抵抗運動**で正確なトレーニングをバックアップ
「昇降モジュール」がユーザーの会陰部を押し上げて圧迫し、ターゲットとなる骨盤底筋を容易に感知できるようサポートします。

2 骨盤底筋にかかる圧力をセンサーが自動検知して**測定**
本体内蔵のセンサーがトレーニング時に骨盤底筋にかかる圧力を自動的に検知して測定。結果はデバイス画面に即時に表示されます。

3 “**バイオフィードバック**”機能で自律的コントロールをサポート
ユーザーは、グラフや数値でフィードバックされた画面を見て、骨盤底筋の反応を確認しながらスムーズにトレーニング。自分では意識しづらい筋肉も自律的にコントロールできるようになります。

こつばんていきん

骨盤底筋は、鍛えられる。

骨盤底筋とは文字通り、骨盤の底を支えるインナーマッスルのことで、骨盤の底部に位置しています。直腸や膀胱(ぼうこう)等の臓器が下がってこないように支えたり、排泄をコントロールする重要な役割があります。また、体幹を支える筋肉群とも密接に関係していて、姿勢保持や腹圧の調整にも関与しています。

外から見えないために意識しづらく、自身ではコントロールが難しい筋肉ですが、腕や脚の筋肉と同じように、“鍛えれば強くなる”性質を持っています。骨盤底筋体操を正しく継続して行うことで、排泄障害のお悩みや産後の体形回復にも効果が期待できます。

挿入しないから普段着のままでOK!
産後も、すぐにケアを開始できます



「骨盤底筋力」診断にも。
 ジムやクリニック、整骨院に最適！



- **“挿入しない”安全な体外式**
 本体に座るだけ。着替える必要もなく普段着のままトレーニングできます。
- **PCモニタにフィードバック**
 接続したPCのモニタに測定データが即時に表示され、収縮状態が確認できます。
- **トレーニング中の腹圧測定が可能**
 腹圧ベルトを装着し、腹圧の上昇を監視しながらトレーニングするから安心です。
- **2つの症状別プログラム**
 尿漏れトレーニングには「強化」、便秘には「弛緩」プログラムが有効です。
- **椅子と一体型のユニットタイプ**
 設置しやすい椅子タイプだから、ジムやフィットネスクラブ、整骨院、産後ケア、整形外科、リハビリテーションの各種クリニック等、施設への導入に最適です。



“医療レベルの高機能”

HnJ-1000は、医療機器「HnJ-7000」を継承したハイスペック。「抵抗運動」「筋力測定」「フィードバック」のトリプル機能に「腹圧測定」をプラスして、より正確な医療レベルのトレーニングをサポートします。

トレーニングモード

01 収縮トレーニング【①遅筋繊維】

遅筋繊維とは、遅い速度で収縮し、小さな力を長時間持続できる持久力に優れた筋肉です。骨盤底筋群の恥骨尾骨筋前方部で**67%**、後方部で**76%**、尿道周囲の肛門挙筋では**95%**を**遅筋**が占めます。主に姿勢保持や尿意を我慢する時に働く**遅筋の機能を高める**ことが強化の要です。



「骨盤底筋」ケアシステム

体外式バイオフィードバック機器

施設向けモデル

腹圧の話

体幹トレーニングに欠かせない腹圧は、骨盤底筋にとっては重要なリスクファクター。腹圧が大きく上昇すると骨盤底筋の筋力が上がらず、骨盤底筋を押し下げて、尿漏れや子宮臓器脱など骨盤底不全の症状を引き起こす恐れがあります。トレーニングの際は腹圧の負荷に注意しながら行うことが大切です。

- レジスタンス
- 抵抗運動
 - 筋力測定
 - フィードバック



腹圧測定

腹圧ベルト標準装備。腹圧を測定しながら正確なトレーニングをサポートします。



座面に座ると昇降モジュールが自動的に上昇



症状に応じた2つのトレーニングプログラム搭載

- 強化プログラム → 尿漏れ
- 弛緩プログラム → 便秘

プロ仕様/施設向け高機能モデル

HnJ-1000

●寸法:W450×D520×H730mm ●重量:27kg ●消費電力:max 90W



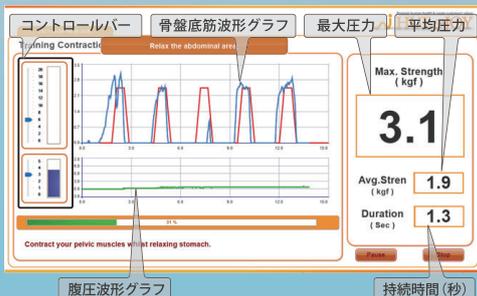
※写真はイメージです



トレーニングモード

02 収縮トレーニング【②速筋繊維】

速筋繊維とは、速い速度で収縮し、大きな力を瞬間的に発揮する瞬発性に優れた筋肉です。咳やくしゃみなどの時に瞬時に尿が漏れないように尿道を締める働きをしています。尿漏れの症状には、**遅筋**を鍛えるとともに、**速筋の活性化を図る**ことで改善効果が上がります。



トレーニングモード

03 トレーニング結果

その日のトレーニングの結果を一画面にまとめて表示し、確認することができます。[閉じるボタン]をクリックすると、データは自動的に保存され、[プリント]ボタンで、結果を紙に印刷することも可能です。※本システムにプリンターは含まれません。



トレーニングモード

04 トレーニングレポート

プログラムが完全に終了すると、トレーニングの進捗状況を示すグラフが色別で表示されます。青、黄、オレンジ色のグラフは増加し、緑色の腹圧はフラットな状態を保つのが理想的です。

- 骨盤底筋の最大圧力
- 腹圧
- 骨盤底筋の平均圧力
- 持続時間





こつぱんていきんりよく

盤底筋力を強化して

排泄トラブルや腰痛、
冷え性、生活習慣病の改善を。

運動着も、体を動かす広い空間も、必要ありません。
本体を置いて座るスペースと、スマホやPCなどのデバイスがあれば
普段着のまま手軽にトレーニングを開始できます。

- “締め方が分からない”
- “正しく収縮できているか自信がない”
- “骨盤底筋体操の効果が実感できない”

といった不安をお持ちの方や
自分の「骨盤底筋力」を知りたいという方にも最適です。
ヒューランヘルスケアの「HnJシリーズ」は
普段、意識することが難しい筋肉の反応を
バイオフィードバックで客観的に認識しながら
安心してトレーニングを継続できる画期的な健康機器です。



■HnJ-1000仕様

電源	入力電圧 入力電流	DC24V 7.5A
寸法 / 重量	寸法 重量	W450xD520xH730mm 27kg
インターフェース	PC	Windows7以上 ※Mac非対応 ディスプレイ22inch以上推奨
測定	測定範囲	0～25 kgf
操作環境	温度 湿度	10℃～40℃ 0%～75%RH
輸送 / 保管条件	温度 湿度 空気圧	0℃～40℃ 0%～75%RH 700～1060 ミリバール

【付属品】 ACアダプター / 接続ケーブル / 腹圧センサーケーブル / CD-ROM (ソフトウェア)

※特許取得：米国(1995年) ベトナム(2008年) インド(2008年) 韓国(2004,2007年)
中国(2008年) 日本(2011年 / 第4659458 名称:会陰部筋力増強装置)

■HnJ-350K仕様

電源	入力電圧 入力電流	DC 5V 1.5A
バッテリー	容量 充電時間	1800mAh フル充電：約4時間
寸法 / 重量	寸法 重量	W400xD300xH50mm 1.3kg
インターフェース ※別売り	スマートホン タブレット	Wi-Fi 接続 / ケーブル接続
測定	測定範囲	0～25 kgf
操作環境	温度 湿度	10℃～40℃ 0%～75%RH
輸送 / 保管条件	温度 湿度 空気圧	0℃～40℃ 0%～75%RH 700～1060 ミリバール

【付属品】 充電器 / 端末接続ケーブル

【製造元】

FURUN HEALTHCARE Co.,Ltd.

(Gangwon-Technopark),206,130-2,Donghwagongdan-ro,Munmak-eup,Wonju-si,Kangwon do,Korea
www.furunmedical.com | jaykim@furunmedical.com

【お問合せ先】

日本フューランヘルスケア株式会社
〒164-0014 東京都中野南台3-2-11
Phone:03-6382-5632 info@furunhealthcare.jp

