

姿勢は足元から



テレワークに、オフィスに

marubishi フットレスト

幅広なので足を広げて使えます

足をしっかりと地面に着いた状態が理想の座り方です。

このフットレストを使うと椅子の奥まで
しっかりと深く座ることができます。

骨盤が安定し、上半身の体重を支えやすくなるので、
自然と姿勢がS字カーブに導きます。

また、座面前端部分の大腿部の圧力を軽減できるので、
疲れにくいです。

後傾姿勢時には足を延ばして使うことができ、
置き方を変えると前傾姿勢にもなり、
食事や作業がしやすくなります。



商品一覧

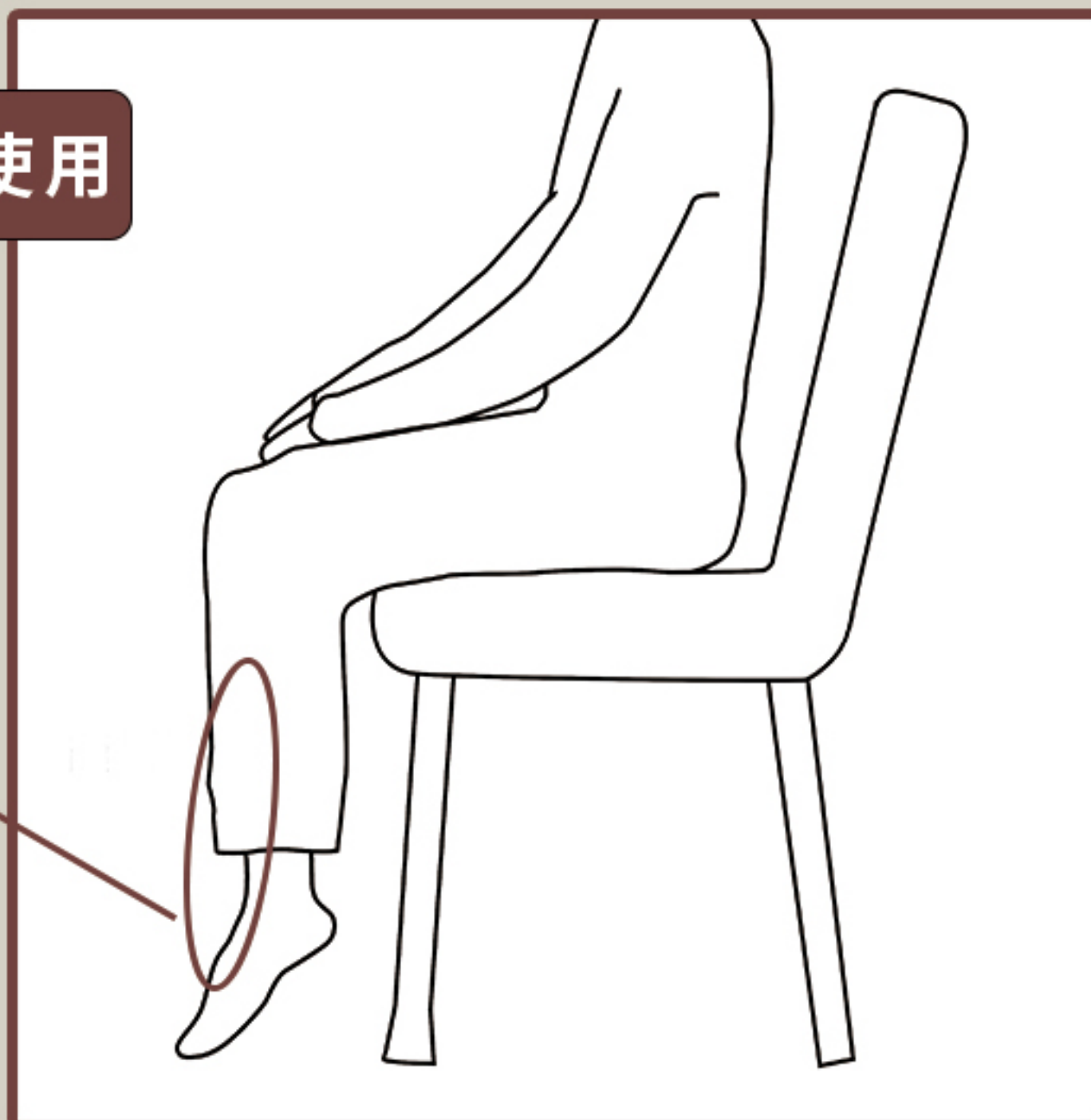
テクノロジー

素足でも土足でも使え、
滑りにくい生地により安定して
足が置けます。

内部にチップウレタンを使っているので、
適度な重さと丁度良い弾力を
実現しました。お仕事中に
疲労軽減のフットレストとして、
毎日をサポートします。

フットレスト未使用

前脛骨筋



フットレスト使用后

15°



足元から疲労軽減

バーカウンターにある止まり木のような高い椅子に座って、足をだらりと下げて宙に浮かせた状態にすると、先の重みでつま先が下がります。このとき足の甲側と脛(すね)の前側の筋肉（前脛骨筋(ぜんけいこつきん)とよびます）が引っ張られます。この状態を続けると前脛骨筋が疲労し、脚がだるくなってきます。この経験をお持ちの方は多いのではないのでしょうか？椅子に座って足の裏を床につけた状態でも、やはり前脛骨筋が引っ張られた状態になります。つま先を少し上げて、足の裏を10~20°にすると、前脛骨筋が引っ張られなくなりますので、緊張がほぐれ、疲れにくくなります。それ以上に上げると今度はアキレス腱につながる筋肉が引っ張られてしまいますので、10~20°が最適とされています。

慶応義塾大学 名誉教授

富田 豊 工学博士 医学博士 監修



カラー



グレー



ブラウン



レッド



グリーン

サイズ

幅53cm×高8cm×奥行25cm

素 材

内部材：チップウレタン
生地：PVCレザー

定 価

7480（税込）



〒485-8505 愛知県小牧市大字本庄1251番地3 0120-17-3210

kikaku@marubishi-industry.co.jp 受付時間/月～金曜日（祝・祭日除く）9:00～17:00
携帯電話・PHSからお掛けいただけます。