

1日の多くの時間を座って過ごしている方へ

座ったまま
あしふみ運動で
運動不足を補い
今より健康な体に



1分で200回。座る時間で
究極に楽な運動をしませんか？

「あしふみ健幸ライフ」は、公益財団法人テクノエイド協会より日本初の「座位歩行器」として福祉用具に認定された、貧乏ゆすりの感覚で長時間リズムカルな足ふみ運動ができる運動器具です。木製で電気やモーターを使用しない簡単な構造になっており、ご高齢の方でも座ったままの姿勢で楽に貧乏ゆすりに似た運動ができます。1分で足を約200回動かすことができ、下半身の血流とリンパの流れを促すことによって、高血圧、冷えやむくみ、物忘れ、ロコモ（運動器疾患）等の予防効果を期待できます。半円の作用を利用して、力をかけずに足が自然に動きだすので、テレビや本を読む間に座ったままで「ながら運動」が可能です。

様々な場面で
「ながら運動」として
ご利用できます



勉強

デスクワーク



車椅子

携帯電話

特許出願済 / 意匠登録済

あしふみ健幸ライフ

made in JAPAN



テレビを見ながら
足が自然にゆらゆら
動いてラクラク
むくみ対策に！

1分で
約200歩[※]

※万歩計で計測した結果



今他の何よりも一番！
欲しかったものがこれでした。



シンプルで
本当に楽だから
続けられる

今までに
300以上のテレビや
新聞等のメディアで
紹介されました

お子様から100歳以上の高齢者の方まで、軽々と1000回、3000回、5000回と簡単かつ効率的に足の筋肉を動かせ、無意識のうちに**血流改善**や**脳活性化**の効果が期待できます。

強み

- ① 足元に置くだけで面倒くさくないので、継続して運動できる
- ② ながら運動なので運動時間を確保しなくてよい
- ③ 究極に楽だから「運動しよう!」の決心がいらずストレスなし



気持ちが良いねえ

歩いているみたい

おしゃべりしながら
足ふみ運動タイム



安全面と、使用感で「最高を

指した結果、木製の商品となり
ました。金属だと金属音がしたり、重量が重くなります。プラスチックでは耐久性に不安があります。裸足で使うことを想定した場合、冷たくない木製が最適であると考え、原価コストは上がりますが、職人さんが手作りにて製作しています。あしふみ器具完成までには約2ヶ月の間隔がかります。一つ一つに手間と時間をかけて丁寧に作りこまれており、人の想いがこもるからこそぬくもりがあります。生産者の想いが詰まったあしふみ健幸ライフはただの運動器具ではなく、あなたの人生を足元から末永く支える、パートナーのような存在になります。

一つ一つ想いを
込めて、木工職人が
丁寧に仕上げます

標準タイプ

木の温もりを肌で感じられる集成材



(40cm)

無垢木(溝入り)タイプ

1本の国産杉から製作。滑り止め加工の溝は足裏を心地よく刺激



(42cm)

無垢木(溝入り・計測器付)タイプ

1本の国産杉から製作。計測器付で回数を計測



(42cm)

※全国どこでも配送(送料別) ※ギフトラッピングをご用意しております
※その他、車椅子対応のショートタイプ(30cm)などの商品もあります
※無垢木タイプは収縮したり、ヒビが入る恐れがあります
※正しい踏み方:膝を約90度、足の幅は肩幅くらいに広げた姿勢です

一生使える!
プレゼントとしても
喜ばれます。



計測器付の特長

- 回数** 日々の足ふみ運動の回数を計測
- カロリー** エネルギー消費量を計測
- 時間** 1日最大24時間、運動した時間を計測
- 保存** 最大90日間データを保存可能

回数がわかるため
モチベーションが上がり
習慣化しやすい

ご注文・ご質問は取扱販売店へお問合せください

製造メーカー

Kenko Life
— 健幸ライフグループ —
健幸ライフ株式会社



コチラから商品PR動画をご覧いただけます

あしふみ健幸ライフ取扱販売店