

腹式呼吸による有酸素運動

※写真はA3サイズです。



軽心持ちで胸に便利
的の取ったわ
取らせりも簡単

マグネット 健康吹矢

“吹矢”の効果

吹矢20発の消費カロリーはウォーキング **男性36分** **女性43分**と同じです!!

インナーマッスルの強化
腹式呼吸のメリット

- 口呼吸予防!
- 脳の活性化
- 心肺機能の向上
- 集中力のUP
- 自律神経の強化
- ストレスの解消
- インナーマッスルの強化



子供から高齢者まで

楽しく健康的に!!



一般社団法人
日本マグネット吹矢協会



本部	〒392-0015長野県諏訪市中洲5531-113 TEL.0266-54-7050 FAX.0266-54-7260
下諏訪岡谷地区	〒393-0041長野県諏訪郡下諏訪町西四王4866-10 TEL.090-7209-8186(担当:手塚)

マグネット健康吹矢の効能



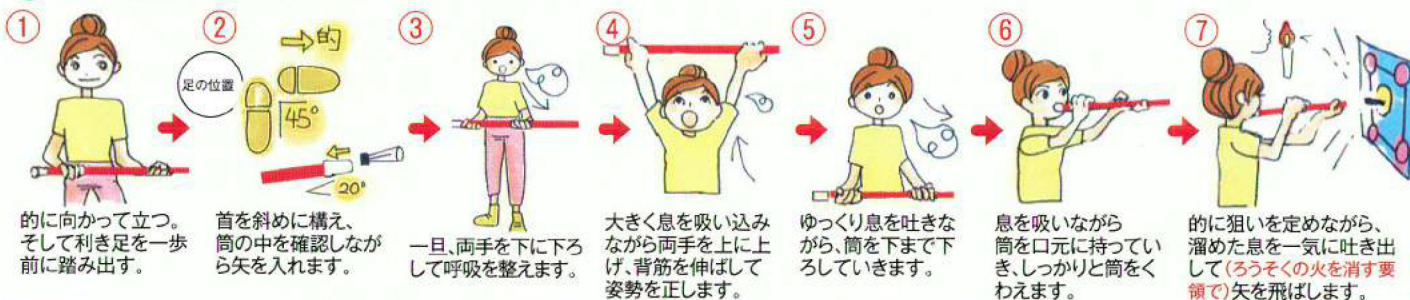
長野県諏訪市豊田 丸茂歯科医院
丸茂 清信 医師

吹矢で筒を咥えて矢を噴射するとき、口の周りの筋肉は緊張していて、唇はしっかりと閉じられています。実は食事をして物を飲み込むとき、唇がしっかりと閉じられていないとうまく飲み込むことができません。このことは誤嚥(ごえん)をしない為にとっても大切な事です。食事をしていない時でも、唇がしっかりと閉じられていることは口呼吸の予防に成ります。口呼吸は虫歯や、歯周病の原因の一つです。また、矢を噴射するには、肺を収縮させ、横隔膜を上げて、息を強く吐き出さなくてはなりません。もし誤嚥(ごえん)をしてしまっても、強く吐き出す事ができるのです。誤嚥は恐ろしい肺炎の原因の一つです。



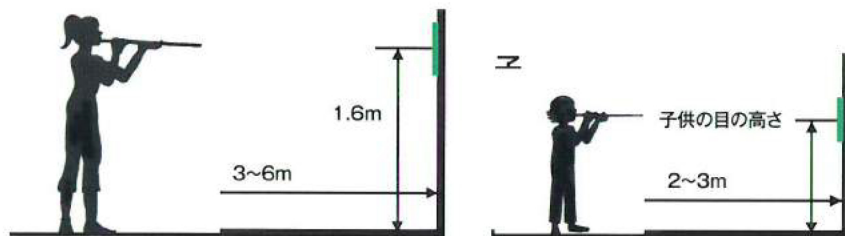
『マグネット健康吹矢』で唇の筋肉や、横隔膜、肺を鍛えて、誤嚥を防ぐとともに、虫歯や歯周病を予防しましょう。

基本動作 吸う(3秒) 止める(2秒) 吐く(9秒)



練習での注意事項

- ◎ 1回の練習は健康管理上、20~30発程度で休憩をして楽しんで下さい。
- ◎ 練習中に具合が悪くなった場合は休んで下さい。
- ◎ 治療中の方は医師に相談して下さい。
- ◎ 呼吸法のトレーニングとしてしっかり吐いて、しっかり吸ってください。
- ◎ 本品はマグネットを使用しております。ペースメーカーをお使いの方は、本品をご使用にならないで下さい。



特許「マグネット健康吹矢」豊富な的のバリエーション

実用新案登録: 第3173834号



No.1 ダーツ

No.2 数字

No.3 ビンゴ

No.4 新数字

A-4 (セット見本)

新A-4

カタログ 新2020/3/1 (送料別) ※NO.1~No.4の的の図柄より1点お選びください。2020年3月1日現在/単位cm

名称(的・サイズ)	的	パイプ	矢	セット価格	消費税	税込価格
A-2 (42×60cm)		(80cm)	(6本)			
A-3 (32×45cm)		(80cm)	(6本)			
A-4 (21×30cm)		(80cm)	(6本)			
新A-4 (20×27cm)		(60cm)	(4本)			

■単品価格(各1個) / パイプ筒 教室用(100cm)
(価格は全て税込です) マウスピース

- ・ (80cm)
- ・ (60cm)
- ・ 矢(13cm)
- ・ 新口ゴ矢(13cm)
- ・ 掃除用具

◆ 新口ゴ矢 (13cm)



◆ 矢 (13cm)

