

安定感抜群 1本足手すり

きぬせん推奨品

立ちあがいくん

立ち上がりの“きっかけ”をつくる!!

ベッドや布団からの離床を支援

45度のトップパイプ採用により、腕や手首にかかる負担もすくなく、寝返りや離床を安全にサポートします。

使いやすい

安定感があり安心

使う人に優しい

70cm~85cm

重量18.2kg

72cm

60cm

今までとは **一味違う!** 手すり!!

ラケット形状の特徴



手すりをラケット形状にした事で、湾曲部がつかみ易く、起き上がりの際の補助として使用可能です。

一本脚にした理由は



支柱を1本にした事により、ベッド上から座位姿勢の動作がしやすく、脚が支柱にあたりづらくなります。また、脚が一本という事で寝返りの際、握りやすい位置に設置が可能です。

上部手すりの角度の秘密



手すり上部が45度に曲がっているため、少しでも速く握る意識を持ってもらう事で、前傾姿勢がとりやすく、立ち上がりやすい。また、肘や手首に掛かる負担も少なくなります。

ベッドでの設置例



ソファーでの設置例



介護保険外
一般レンタル

¥1,000

介護保険
負担割合
1割の方

200点

他にも“こんな”こだわりがっ!!

1 カーペット標準装備!

4 端がスロープ形状!

2 固定ブラケット標準装備!

5 どんな居室にも合う色合い!

3 夜間でも安心、蓄光テープ!

無理なく自然に 立ちあがれます!

取り扱い店

きぬせん福祉用具研究会

273-0021 船橋市海神4-9-18

Tel 047-433-1012 Fax 047-433-1034

立ちあがりくんを使って立ったままできる 筋トレ と バランス 運動 紹介!!

大殿筋トレーニング

※電資料・イラスト
※主トレばんく：<https://jshu-trg.online/>



左右両側
10回ずつ



ワンポイント!

- ・膝を伸ばしたままゆっくり足を後ろに挙げていきます
- ・上半身が前かがみにならないように

効果・効能

- ・下半身の負担が減り、疲れにくくなる。
- ・腰痛、膝痛の軽減。
- ・走る、歩く力の向上

かかと上げ運動

※電資料・イラスト
※主トレばんく：<https://jshu-trg.online/>

効果・効能

- ・むくみ、冷え性の改善
- ・ダイエット効果
- ・疲労軽減
- ・腸のはたらきを助けて消化機能改善



20回
2セット



ワンポイント!

- ・出来るだけゆっくり上がってゆっくりおろしましょう

片足立ちバランス

※電資料・イラスト
※主トレばんく：<https://jshu-trg.online/>

30秒
左右2セット

効果・効能

- ・下半身が鍛えられ転倒予防になる。
- ・骨盤を整えられ姿勢がよくなる。
- ・体幹が鍛えられ、バランス感覚が良くなる

ワンポイント!

- ・必ず手すりに片手でつかまって
- ・出来るだけ軽く触れた状態で
- ・視線は真っすぐ前

