

介護ロボットフォーラムから始まった共創 ～ SIXPAD FootFit の利活用 ～



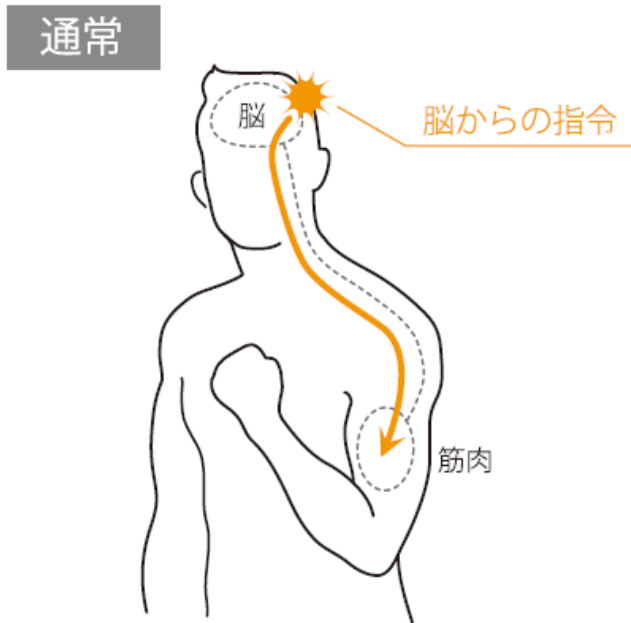
株式会社MTG
Wellnessブランド本部 SIXPAD部
川出 周平

MTG Co.,Ltd. Shuheï Kawade

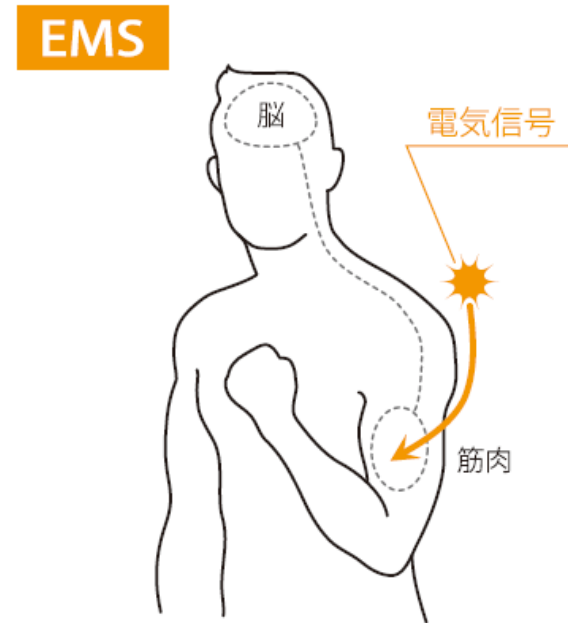
EMS（筋電気刺激とは?）

EMS = Electrical Muscle Stimulation

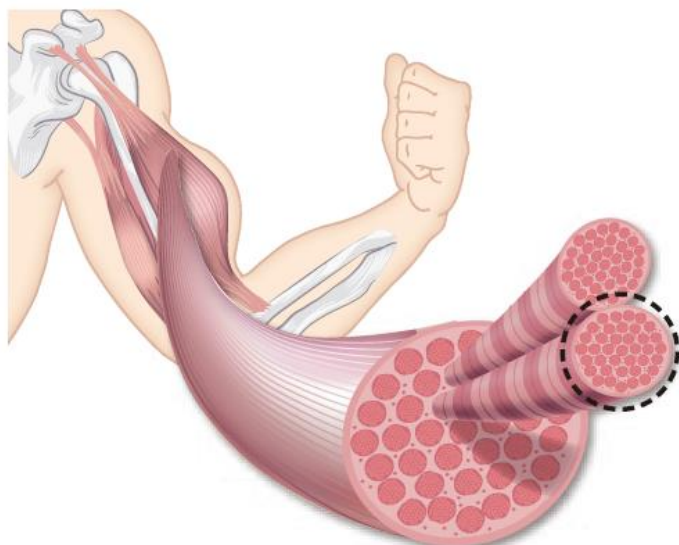
電気刺激によって筋肉へ直接信号を送り、運動させる技術。



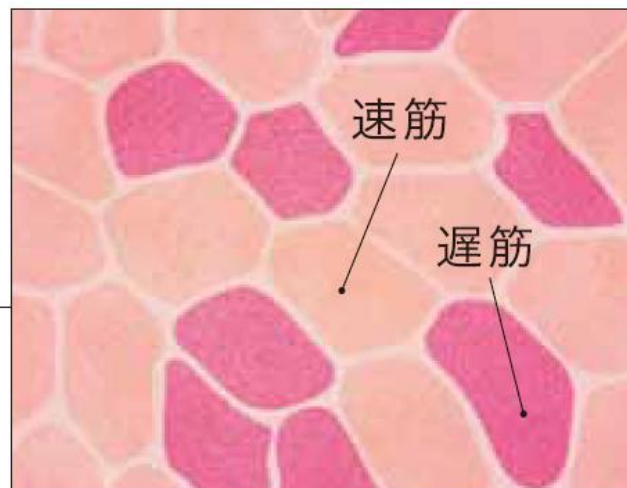
自ら行うトレーニングは、脳からの指令が脊髄を通過して、運動神経に届き、収縮します。



身体の外から、電氣的な刺激を運動神経に直接与えることによって、収縮します。



筋線維



筋線維の断面図

遅筋 (赤筋)

- ・持久力に優れている
- ・筋肥大しにくい

速筋 (白筋)

- ・瞬発力、パワーに優れている
- ・筋肥大しやすい
- ・エネルギー源として糖を多く消費する



TRAINING GEAR
SIXPAD
Foot Fit

足を乗せている時間が、
「歩く力」の
トレーニングになる。

足裏から通電し、ふくらはぎを中心に
ひざから下のあらゆる筋肉にアプローチ。



歩行を支える3つの筋肉を
同時に鍛える。

ふくらはぎ
(腓腹筋、ヒラメ筋)

前すね(前脛骨筋)

足裏(足底筋群)



A photograph of a person's leg and foot hovering just above a black, oval-shaped device. The device has a central circular opening and some internal components visible. The background is a plain, light-colored surface.

TRAINING GEAR

SIXPAD

Foot Fit