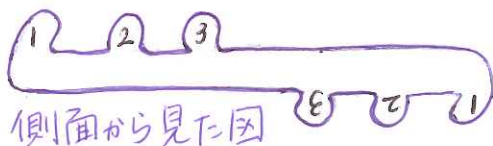


# アイデア作品説明用紙 (整理番号 6119)

アイデアの名称 柔軟体操をする時の補助具(ひっぱり手)

## ①アイデアの説明図



- ・板状になっている
- ・凸部に指を掛けて握りひっぱり合う
- ・数字がついているので柔軟性の高さを確認できる

《使用の一例》

後ろに両手を回し持ち、ひっぱり合う



## ②アイデアの「目的」、「しくみ」、「効果」の説明(300字以内)

これは、普般身のまわりにおいておき、比較的狭い場所でのストレッチや気分転換に役立つことができ、柔軟体操をする時の補助具である。加齢によって身体が固くなってしまいが、これを使うと、以前のように上半身を曲げて体操することが出来る。同じ姿勢がずっとしてゐると辛いものであるが、例えば、ちょっと立ち上がった、あるいは布団の上で起き上って、両手でこれを持ち、右手と左手でひっぱりながら左右上下に動かして体操、後ろに手を回して持ち、引きあって体操など、上半身の柔軟体操を補助することが出来る。これを手に持って握っているだけでも、指先の指圧により、健康維持に役立つことができる。

個人情報  
【住所】  
【氏名】  
【TEL】