



いま話題の『坐骨座りイス』とは？

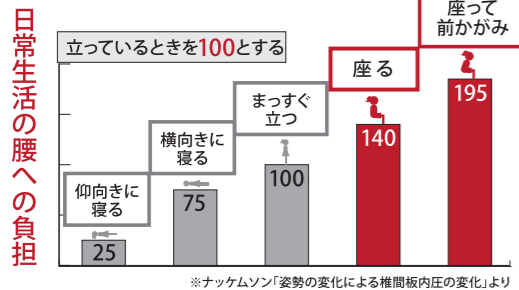


「座る時間」の重要性

「健康のため毎日歩きましょう」。これは常識です。しかし考えてみると、食事や仕事、読書やテレビ、車や電車での移動と、1日の大半は「座っている」ことに気がきます。たまたま思い出したようにエクササイズするよりも、不調が出た時だけ整体やマッサージに行くよりも、「日常の座る時間」を有効活用することこそが、身体を変える近道なのです。

腰への負担は「立つ」より「座る」が2倍！

そもそも、「座る」というのは楽なようでいて、実は立っている時の2倍もの負担が腰にかかります。体重の6割を占める上半身の重みが、座ると腰一点に集中してしまうからです。悪い姿勢だと、負担はさらに倍増します。



「坐骨」で座ることがカギだった

日本に腰痛が増えたのは、イスの普及と比例しています。欧米人と違い農耕民族の日本人は前かがみになりやすく、イスに座ると姿勢が悪くなる傾向があり、腰への負担が高くなったと言われています。昔は腰痛が少なかったのは、畳で正座やあぐらで自然と「坐骨」で座り骨盤を立てていたため。「坐骨」で座ることは、腰への負担を減らす絶対条件なのです。

腰に負担のない「坐骨座り」が実現



キャスタータイプ プレミアムモデル 65,000円+税

日本人のための「坐骨で座る」イス

今、腰痛に悩む人の間で非常に話題なのが、「坐骨で座る」をコンセプトとしたイス「アーユル・チェアー」。巷に溢れる、座り心地に特化したイスやソファと違い、まるで自転車のサドルのような小さな座面が特徴的。これをまたいで座ると「坐骨」の二点で座る形に。すると骨盤が立ち、腰への負担が大幅に軽減されます。また、背もたれではなく「腰あて」が痛む腰を心地よく支えてくれます。

「坐骨」で座ると…

- ① 骨盤が立ち腰への負担が減る
- ② 背骨が理想のS字になる
- ③ 頭が安定し首・肩の負担が減る

日常の時間がトレーニングに

エクササイズのようにわざわざ時間を割いたりする必要はありません。仕事や食事の時間で「ながらトレーニング」が可能となります。柔らかいクッション等で甘やかすのではなく、日常の座る時間を使って自らの身体に正しい姿勢を覚え込ませ、腰の悩みを根本解決に導くイスと言えます。

大手企業や学校・学習塾も次々導入

慶應義塾高等学校や成蹊大学を始め、早稲田アカデミーIBS、eisuなど進学塾、DeNAやUHA味覚糖などの大手企業にも次々と導入されています。1日の大半を座って過ごすビジネスマンにとって、いかに身体に負担の少ないイスを選ぶかは、腰だけでなく仕事の効率にも影響します。

腰への負担が大幅に軽減



キャスタータイプ 48,000円+税



座イス&座面シートタイプ 16,000円+税



あぐらイス 24,000円+税



スツールタイプ 27,000円+税

坐骨で座る新習慣

ayur-chair

アーユル・チェアー

アーユル・チェアーは、子どもから大人まで「骨盤を立てた理想的な姿勢」をつくります。

お問合せフリーダイヤル

0120-972-725

アーユル・チェアー原宿直営店

東京都渋谷区神宮前3-25-15-4F 営業時間: 10:00~18:00 (営業日はWEBまたはお電話でご確認下さい)

お試し後の購入率 80%以上! 詳しくはWEBをご覧ください。

1週間無料お試しレンタル実施中!

※対象商品はキャスタータイプです。※往復の送料は「お客様負担」とさせていただきます。



アーユル・チェアー公式WEBサイト
www.ayur-chair.com