

ご自宅での機能向上と免疫力アップのための トルマリン温熱の無料貸出しサービス

「ふくらはぎ健康法タオ」では新型コロナウイルス感染防止に伴い、外出自粛される利用者様の健康管理のために

「トルマリンホットパック」を無料でお貸出しいたします。

外出自粛による体温の低下は、肥満や病気の原因にもなります。

逆に体温を上げることは免疫力を高めて、

あらゆる病気の予防にもつながります。

トルマリン鉱石の自然な温熱で、1日に何度も身体を温めて健康を維持してください。

貸出期間
2ヵ月間



トルマリン温熱による3大メリット

① 免疫力アップ

体温は1度下がると免疫力は30%も低下すると言われています。逆に体温が1度上がれば免疫力は4~5倍も上がり、ウイルスと戦う力を高めます。

② フレイル予防

ご自宅での運動不足による筋力や体温の低下を防ぐために、呼吸法や体操は効果的です。体操する前に筋肉や関節を温めることは、急な動きによるケガを防止します。

③ ストレスの緩和

在宅が長いとストレスがたまり、血流も悪くなりがちです。からだをこまめに温めることは精神的なストレスを緩和し、全身の血行を改善します。

トルマリンホットパックの使い方

- ① **トルマリンの設置** ... タオのスタッフがご自宅に設置させていただきます。
- ② **からだに当てる** トルマリンホットパックを衣服の上やタオルの上から当ててください。
- ③ **1日の使用目安** 1回10~20分を目安に身体に当てます。1日に何度でも使えます。
- ④ **トルマリンの収納** ... 体に当てて温度が下がったパックは、保温庫に戻してください。

ウォーマー
1時間当たりの
電気料金目安

1.0円



使用上の注意点

- ① 専用の保温庫をお使いください。電子レンジでは使用しないでください。
- ② ホットパックが熱いと感じたら、すぐに使用をやめてください。
- ③ ホットパックを湿疹や傷口には使用しないでください。
- ④ 素肌への使用は避けて、タオルや衣服の上からご使用ください。
- ⑤ 体調が悪い時や、発熱時のご使用は控えてください。

*お使いいただいたご感想をアンケートでお答えいただければ幸いです。



※症状別の使い方ガイドは裏にあります。



ふくらはぎ健康法タオ

ご自宅でのフレイルを予防し、免疫力を上げる トルマリンホットパックの使い方

外出を控えて、ご自宅で長時間お過ごしの場合は、血行が悪くなりがちです。
下記の症状別の使い方を参考にして、繰り返し身体を温めて、健康管理にご活用ください。
ご自分で温めてみて、気持ちがいいと感じられる部分に自由にお使いください。
体温が上がれば、免疫力がアップして、気持ちも明るくなってきます。



免疫力アップ

おなか温めで体温上昇!
免疫力アップで
ウイルスに負けないからだ作り!

腰痛・坐骨神経痛の予防
お尻の筋肉を温めて
歩きやすい足腰作り!

腰痛・坐骨神経痛



肩こり・頭痛

肩こり・
頭痛の予防
口腔機能の
アップにも

ひざの痛み

ひざ痛の
予防のために。
お散歩の前の
温めに!



足の冷え

股関節痛、
足の冷え
歩行訓練の
補助にも最適!