

5+

ashibra®

特許構造が歩き方を変える!!

～ 説明資料 ～

驚異の3次元立体成型ソール



5+

履くだけで 正しい姿勢と歩行が可能に

特許

第 4486069 号

国際特許出願番号

PCT/JP2001/053490

正しい「蹴り足歩行」の実践により、足の骨格を支える筋力をアップさせ、「膝痛」「腰痛」「O脚」等の様々な問題を改善させることを目的としています。

世界初!!

※1

5つの世界特許を取得

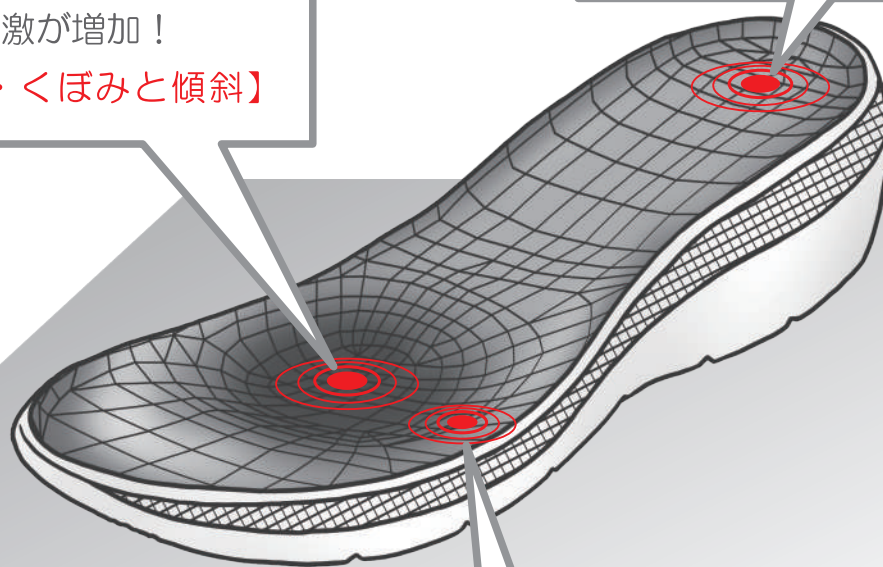


これまで誰も作らなかった 驚異の3次元立体成型ソール

足裏の母趾球にフィットし
メカノレセプター接地面を広げ
脳への刺激が増加!

【歩行が安定・くぼみと傾斜】

脳へのバランス感覚を刺激!
姿勢よく保持するための
約4cmのかかとの高さ



小指側へ流れがちな荷重を
親指側へスムーズに誘導

※歩行の際の足裏の荷重移動を
荷重の流れを理想とされる親指に
スムーズに移行するためのなめらかな立体傾斜!

5+

5つの効果 日常生活に5つのプラスを

POINT①

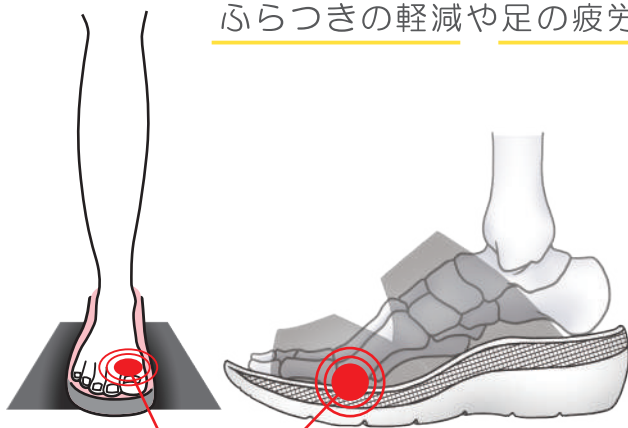


姿勢の改善
踵の高さ
「4cm」の理由



かかとの位置を床から4cmの高さに設定することにより、
自然と背筋が伸び、かかとの着地がしやすくなります。
また、母趾球の形状変化にも対応でき、足指の力を最大限に発揮する事ができます

足首が安定し足元がしっかりするので
ふらつきの軽減や足の疲労感の軽減が期待できます



足裏の母趾球にフィット

ポイント

ソール本体に
小指側→親指側へ誘導する
なだらかに傾斜と
母趾球に約1cmの
立体的な窪みがあります

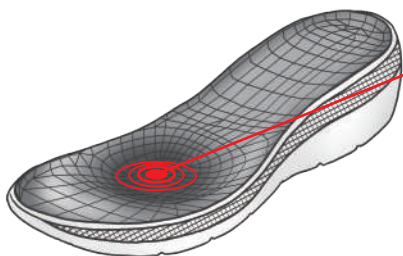
POINT②



足の筋力
アップ!!

この窪みに母趾球がフィットすることで、足裏の接地面が広がり、
足の指が伸び、指を使った力強い歩行になります。

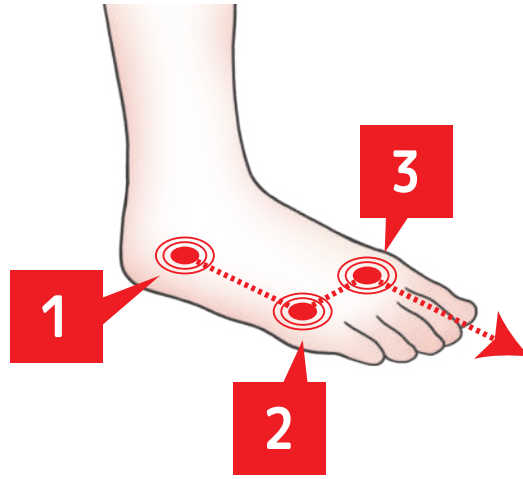
また、今まであまり使われていなかった筋肉（インナーマッスル）
を使用するため、下半身の筋力アップが可能となります！



POINT③



身体のバランス 改善



足裏の理想的な荷重移動

- 1 かかとからの着地
- 2 小指側→親指側へのスムーズな荷重移動
- 3 親指側から抜ける

①の構造により、軽い筋肉の緊張が
②により小指側に流れやすい荷重を母趾球側に誘導
その結果、足裏の理想的な荷重移動が可能となります

さらに、姿勢センサー（メカノレセプター）が正常に機能
下半身の関節への負担を軽減
○脚・膝痛・腰痛の他に、体幹バランスの改善が期待できます

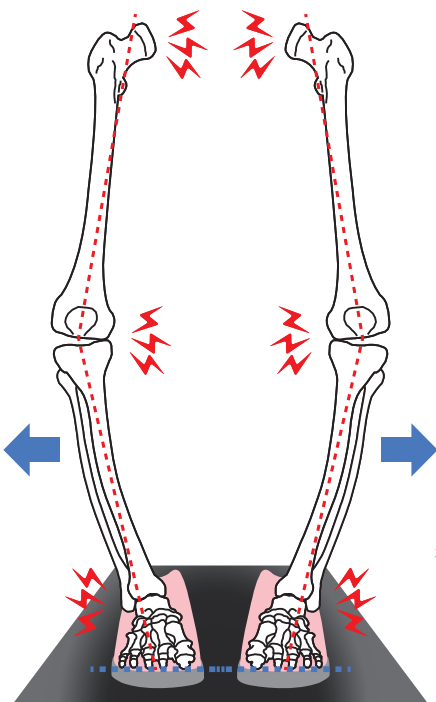


特許構造により
母趾球（親指側）へのスムーズな荷重

特許第4486069号

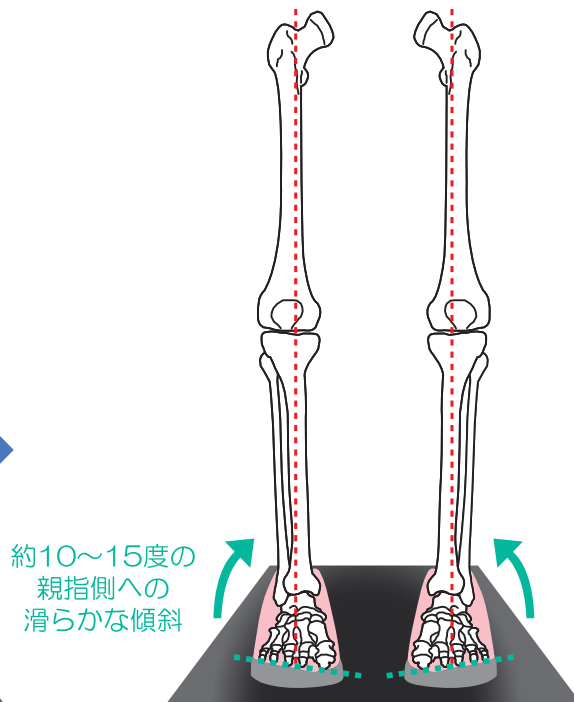


通常の靴・サンダル



膝痛・腰痛・○脚
などの原因に！

5+のルームシューズ



親指側への滑らかな傾斜により
骨格を自然に真っすぐに保ちます

POINT④



骨格を 正常な状態に改善



POINT⑤



骨盤調整

美しい姿勢

不調の改善

ダイエット

肌荒れ解消

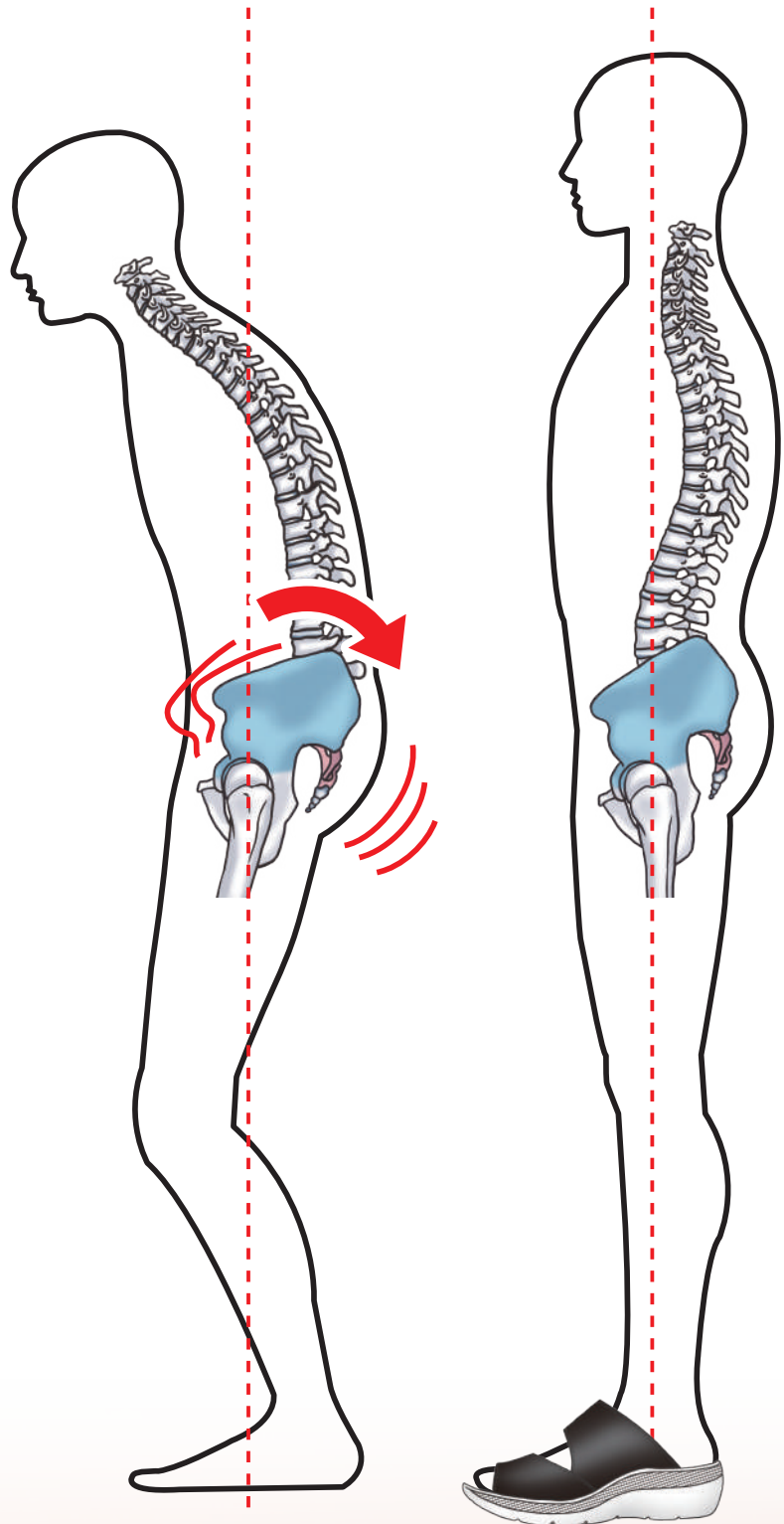
血流の改善

骨格バランス
改善

骨盤は、さまざまな痛みの原因になりやすい

骨盤が後傾
(後ろに傾く)

理想的な姿勢



骨盤矯正で期待できる効果

- 1) 骨盤が正しい位置に戻ると、姿勢が良くなります
- 2) 骨盤の歪みが解消されると、歪みが原因で起きていた不調が改善されることが期待できます
- 3) 全身の骨格バランスや血流の改善が期待でき、「美しい姿勢」や「ダイエットや肌荒れ解消」にも効果的

1. 姿勢が良くなる

骨盤の歪みが原因で起きていた腰痛や頭痛、冷え性やむくみの改善にも効果が期待できます。

また、内臓も正しい位置に戻り、ぽっこりお腹などの解消も期待できます。

2. 身体の不調の原因と改善

骨盤調整を行うことで最も多い現代人の悩み・症状の1つである腰痛、膝痛の改善や軽減効果が期待できます。

特に、腰痛の原因は、椎間板やその付近にある神経を圧迫することが原因だとされてきましたが、骨盤の「仙腸関節」が原因になっているのではと、近年医学界でも注目されています。

仙腸関節は、骨盤の仙骨（骨盤の中心にある骨）と腸骨（骨盤の左上部にある骨）を結ぶ骨で、（可動域は約2~3mm程度）上半身を支え、下半身の衝撃を吸収するという重要な役割を持っている部位です。仙腸関節が外部からの衝撃や出産で、本来の位置からずれてしまうことで全身のバランスが崩れ、内臓が本来の位置より下がることにより、下半身の血流を悪くし、腰痛などの原因になります。

3. 美容効果

骨盤が正しい位置に戻ると血流が改善します。子宮や卵巣の負担も軽くなり、生理痛の軽減も期待できます。便秘解消やそれに伴う、肌トラブル・婦人科疾患の改善。

また、骨格バランスが整って小顔になったりと、健康・美容どちらの面も効果を期待できるのが良いところです。

