

BALANCE商品の使い方 楽座衛門編 詳細

1 坐骨調整シート「楽座衛門」はどのような座布団なのか

この坐骨調整シート「楽座衛門」は、どなたでも有る骨盤のゆがみをセミオーダーの様に調整する事により、座位での鉛直な姿勢づくりは勿論、荷重を全体に分散できることから長時間の座位でも疲労や体にかかるストレスを緩和させることができます。

2 「楽座衛門」の仕組みと座り方（セッティング）について

楽座衛門は、初代楽座衛門は、座布団の2/1または4/1の部分を高くすることで、骨盤の前後

左右、前後傾、斜め前後方向に対しての調整を行うことができます。

二代目楽座衛門は、座布団の2/1の部分の高さが、骨盤の前後左右、前後傾に対しての調整を行うことができます。また、二代目楽座衛門は表と裏の素材により、表面の座位での保温や裏面の蒸れに対する通気性を要望に応じて使い分けることができます。

a 初代「楽座衛門」の座り方、

基本的には、座布団の厚みのある位置を回転させて、2/1面の高さを左右のどちらかに選択

します。左右で違和感の少ない向きが骨盤を正しく整える為の向きとなります。

更に、高いレベルで座位での上体バランスを整えるには、腕を組み、右前、右後、左前、左後

に上体を揺らします。この時に全方向が同様に支えられている状態がベストです。前後左右の

どこかに弱さを感じた場合に、内部のコア(四角い素材)を1枚抜いて、厚みを4/1だけにしま

す。次に弱く感じた方向に対して、座布団の向きを変える下記の方向調整を行います。

例

2/1のベースが右側にある方の場合

右前が弱い ⇒ 右前に4/1コアを持っていく

右後が弱い ⇒ 右後に4/1コアを持っていく

左前が弱い ⇒ 右後に4/1コアを持っていく

左後が弱い ⇒ 右前に4/1コアを持っていく

* 2/1ベースが左側にある方は、上記のコア位置の左右が逆になるだけです。

b 二代目「楽座衛門」の座り方

二代目楽座衛門の場合、初代楽座衛門の2/1の考え方となります。

左右どちらかの向きに厚みを持っていきます。季節や素材のお好みにより表裏を選択して

ご使用になれます。(二代目楽座衛門には替えカバーが付いています)

c 「楽座衛門」の活用方法

猫背の姿勢ケアを行う場合には、厚みを後側に持っていく事で骨盤調整ができます。

反り腰の姿勢ケアを行う場合には、厚みを前側に持っていく事で骨盤調整ができます。

初代楽座衛門の4/1では対応できません。二代目楽座衛門の場合、二つ折りにすることで

強く前後の姿勢ケアを行うことができます。

楽座衛門は、座る場所を選ばず、家やオフィス、車や旅行など、様々な用途でお使い頂けます。