

ケアスティックⅡ

NISHI

取扱説明書

品番：NKS8051

このたびは本品をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。

ご使用になる前に必ず、本書をよくお読みにになり、正しくご使用ください。

なお、お読みにになった後は大切に保管し、必要なときにお読みください。

■ はじめに

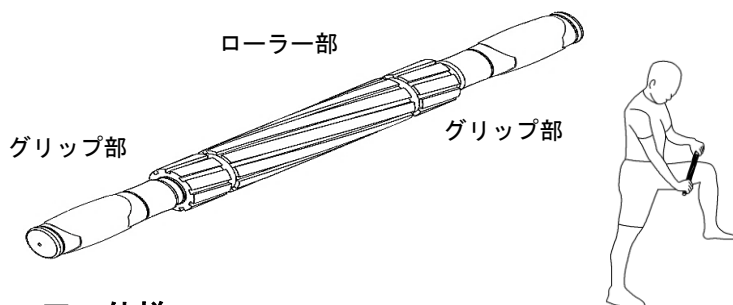
本品は、ローラー部を対象筋群に沿って転がすことでセルフマッサージを行う用具です。

ご自身で肩・頸部、腰部、大腿部、下腿部などのセルフマッサージを行うことで、柔軟性を高め身体の動きを活性化する効果が期待できます。

皮膚との接触面には適度な凸凹を施したやわらかい発泡性EVAを採用しています。

トレーニング前後のコンディション調整などに使用ください。

■ 各部の名称



■ 仕様

サイズ：(L)530×(φ)46 mm

重量：約 460g

材質：芯 棒／スチール
グリップ／合成ゴム

ナイロン

ローラー／EVAフォーム

芯アルミ

キャップエンド/ABS

生産国：台湾

※外観及び仕様は、改善のため予告なく変更

お問い合わせ

本品について、万が一不具合な点、またはお気づきの点がございましたら、お客様相談室までお知らせください。

その場合、お買い求め日、ご購入店名をお伝えください。

株式会社ニシ・スポーツ お客様相談室

03-6369-9024

受付時間

土、日、祝日及び弊社都合による休日を除く
(9:00~12:00/13:00~17:00)

〒136-0075

東京都江東区新砂3丁目1番18号

URL: <http://www.nishi.com/>

ご注意

- ・到着した本品に破損、異常が認められる場合は、ただちにご購入店までお知らせください。特に輸送中の破損は賠償保険の対象になり、運送会社の証明が必要です。
- ・体調によってはお肌にかゆみ、かぶれ、湿疹などの異常が感じられる場合があります。その場合はすぐに使用を中止し、専門医の診断を受けてください。
- ・お子様の手の届かない場所に保管してください。
- ・本品を第三者に貸し出すときには、この説明書も共に貸し出し、よく読んでから使用するようにご指導ください。

■ 点検について

- ・ご使用前は下記点検表にもとづき点検を行い、異常があった場合は使用を中止してください。

点検箇所	点検内容
グリップ ローラー	亀裂、破損、変形などないか

■ 注意事項

⚠ 注意すること

- ・本品を使用する際は、ヘアピン、ベルトバックル、ボタンなどの鋭利な物は外してください。

⊘ してはいけないこと

- ・本品は、セルフマッサージ用具です。それ以外の用途で使用しないでください。
- ・本品で身体を叩いたりするなど乱暴に扱わないでください。
- ・本品の分解、改造は決して行わないでください。
- ・以下の場合使用しないでください。
 - ①捻挫、肉離れ、打撲、腰痛や、突発的に起こったケガにより炎症が起きている可能性が高い場合
 - ②風邪や体調不良により高熱がある
または身体の循環を高めてはいけない場合
 - ③使用することで体調が悪化する恐れがある場合
- ・本品を屋外に放置しますと劣化の原因になります。
- ・高温、多湿、直射日光の当たる場所、ホコリの多い場所には保管しないでください。
- ・火気のある場所、ストーブや暖房器具の近くでは保管しないでください。

! 必ず行うこと

- ・本品に付着した砂、ホコリ、水分などは必ず取り除いてください。

その他

- ・グリップが多少ベタつくことがあります。素材の特性によるものですので使用上問題ありません。
- ・お手入れにはアルコール、ベンジン、シンナー、アルカリ性洗剤、漂白剤、研磨用スポンジ、金属たわし、食器洗浄機などは使用せず、よくしぼった布などで水拭きしてください。

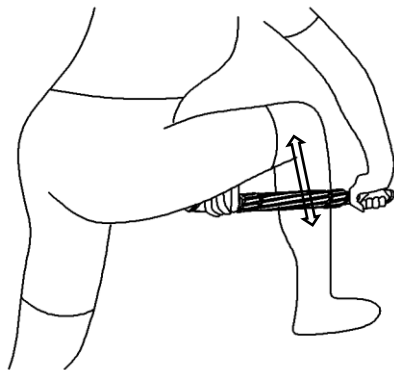
■ 廃棄について

本品の廃棄に関しては、地域で定める条例に従ってください。

■ 使い方

グリップを握り、マッサージする場所にローラーを当て筋繊維に沿って動かします。動かしながらトリガーポイントを探し、トリガーポイントが判ればそこを中心に15秒ほどローラーを動かすようにしてください。1箇所あたり30秒程度全体にローラーを動かします。（一定の圧力をかけ続けるようにしてください。）脚や腕など片側だけでなく両側行いましょう。

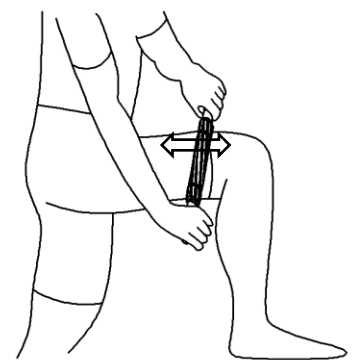
※トリガーポイントとは：局所的に硬さ、痛み、こりなどを強く感じる場所のことを言います。



ふくらはぎ



大腿部後面



腸脛靭帯