

## 手と足の握力計 使用説明書 (実用新案登録 第3144141号)

価格 17,600円 (消費税込・送料無料)



本製品は市販のアナログ式の手の握力計を木製の台座に組み込むことで、手の握力を測定できると共に、木製の台座の上に足を載せることで足の指の握力(グリップ力)をも測定・評価することができる、おそらく世界初の計測装置です。

なお足指の筋力を測定する先行技術として、主に足の第1指と第2指の間の横方向の圧力を測定する装置があり、その使用説明書によれば裸足でなければ足の指の間の圧力の測

定ができない装置でした。

またこの測定装置は販売価格が約5万円と高価であり、重さも3kg以上と重く、持ち歩くことが困難でした。

ちなみに従来からある市販の歩数計も、単に歩行数とその歩行数から算出される歩行距離もしくは歩行数から推測される消費カロリーを表示できる装置であって、歩数計もまた歩行あるいは走行に役立つ足指の握力や筋力そのものを客観的に測定する装置ではありませんでした。

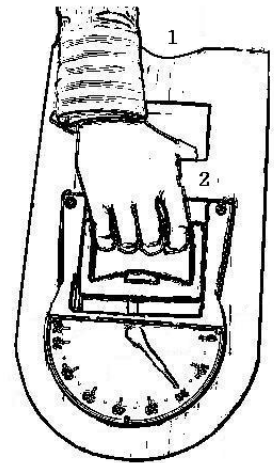
本製品は手の指の握力と足の指の握力(グリップ力)を同じ計測装置を用いて簡単に測定・評価・対比することができる装置であり、さらに手の握力と足の指の握力(グリップ力)の差異も簡単に比較・対比することができます。

これにより被測定者は手の握力に比べて自己の脚力が低下していることを客観的に認識でき、この装置によって転倒予防や介護予防、あるいは転倒骨折を事前に予知することに役立つ合理的な情報を被測定者に提供することができます。なお足の指の握力は、靴下を履いたままでも測定可能です。

## 手の指の握力の計測方法

まず調節ツマミを回して握り幅を調整してください。

被測定者は左右どちらの手で右図のように「2」の固定グリップと可動負荷グリップを握り、指先にちからを込めて握力を測定してください。再度計測するときは、手のちからを抜いた状態で指針をゼロの位置に戻します。



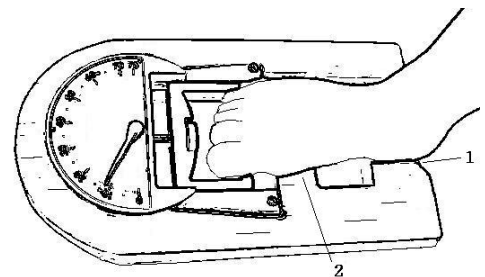
## 足の指の握力の計測方法

まず調節ツマミを回して握り幅を調整してください。

被測定者は左右どちらの足を右図の木製の台座に載せ「1」のくぼみにカカトをあてがい、足の指にちからを込めて足の握力を測定してください。 (裏面につづく)

再度計測するときは、足の指のちからを抜いた状態で指針をゼロの位置に戻してください。

★足の指の握力は健康な人でも片足5kgから20kg位で、30kgを超えることはまれです★



## 使用上の注意

1. 手の指と足の指の握力の計測以外に本製品を使用しないでください。
2. 落下させたり、叩き付けると故障したり、台座が壊れることがあります。
3. 本製品を分解しないでください。
4. 幼児・児童に触れさせないこと、測定対象年齢は13歳以上です。
5. 足の指の握力は立位で片足ずつ計測し、転倒予防のために壁や倒れにくい家具に片手を添えてから計測してください。また半円形の計測器本体には乗らないでください。
6. 何度も繰り返し計測すると筋肉痛や肩こり・歯痛等を起こすことがあります。
7. 足の上に計測器を落とすと、ケガをしたり床面にキズを付けることがあります。
8. 握力の計測中に無理に指針を動かさないでください。
9. 筋力がない人は正しく計測しても指針が動かないことがあります、故障ではありません。
10. 足の指の握力を計測する時は、第4指および第5指を「2」の固定グリップと可動負荷グリップの間に挟まないように注意してください、第4指および第5指の爪等を痛めたり、骨折する危険があります。
11. 体調が悪いときは計測しないでください。
12. この計測装置で足の指の握力を計測したあとに、手の指の握力を計測したときは必ず手洗いを励行してください、足が汚いと手が不衛生になります。
13. 本製品のコピー商品や類似品の製造販売は法律により禁止されています。

問合先：東京都北区中里 1 - 6 - 7 （経済産業省・厚生労働省 認可）  
靴内環境歩行改善協同組合「えこる」 03-5832-5481  
台座の製造：八王子市上川町 3889 社会福祉法人 武蔵野会「希望の里」  
042-654-7311  
製造元・考案者：東京都北区中里 1 - 6 - 7 ㈱ブレインズリンク  
03-5834-9080

### 「手と足の握力計」 納入実績

秋田大学  
富山大学  
群馬大学  
日本体育大学  
早稲田大学  
青山学院大学  
山野医療専門学校  
九州国際医療大学  
東京しごと財団シルバー人材センター 他

### 「お願い」

本製品の木製台座部分の製造について関係行政庁より要望があり、さらに上記協同組合における障害者自立支援の一環として、上記の知的障害者通所授産施設において製造をお願いしております。

製品検査の際は、木製台座部分における 2 ミリ前後の誤差や表面の些細なキズ・よごれ・仕上げのバラツキ・素材等の外見検査に関しましては、「手と足の握力計」としての機能に支障がない限り「使用上問題なし」と判断して出荷しております。

ご購入者・利用者の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。