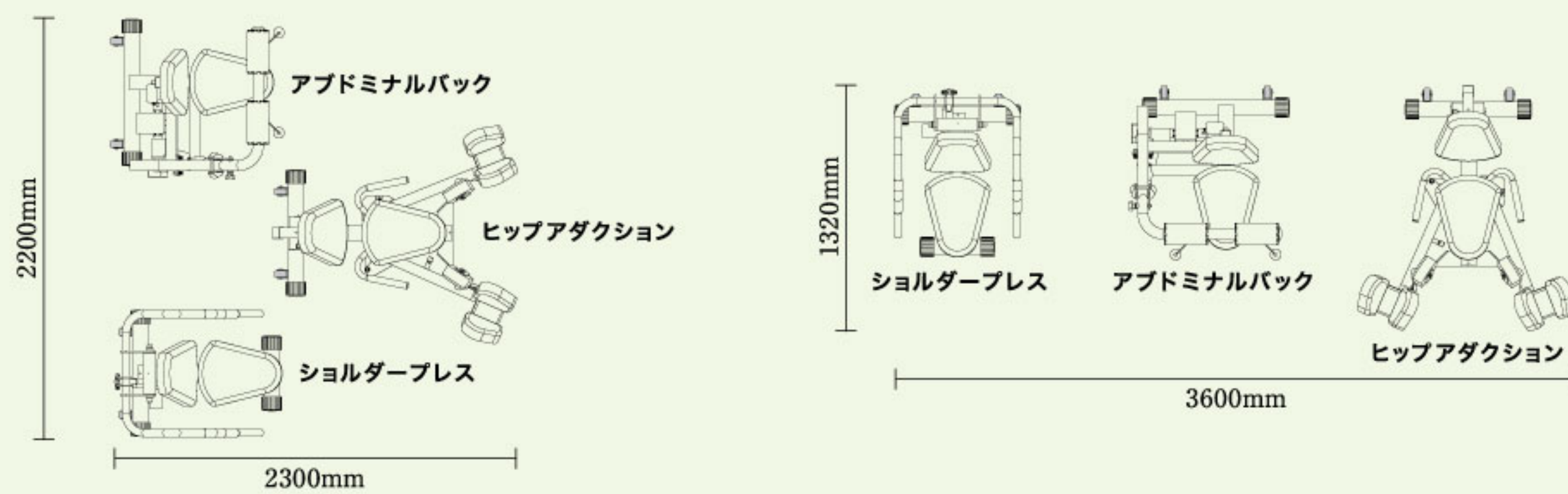


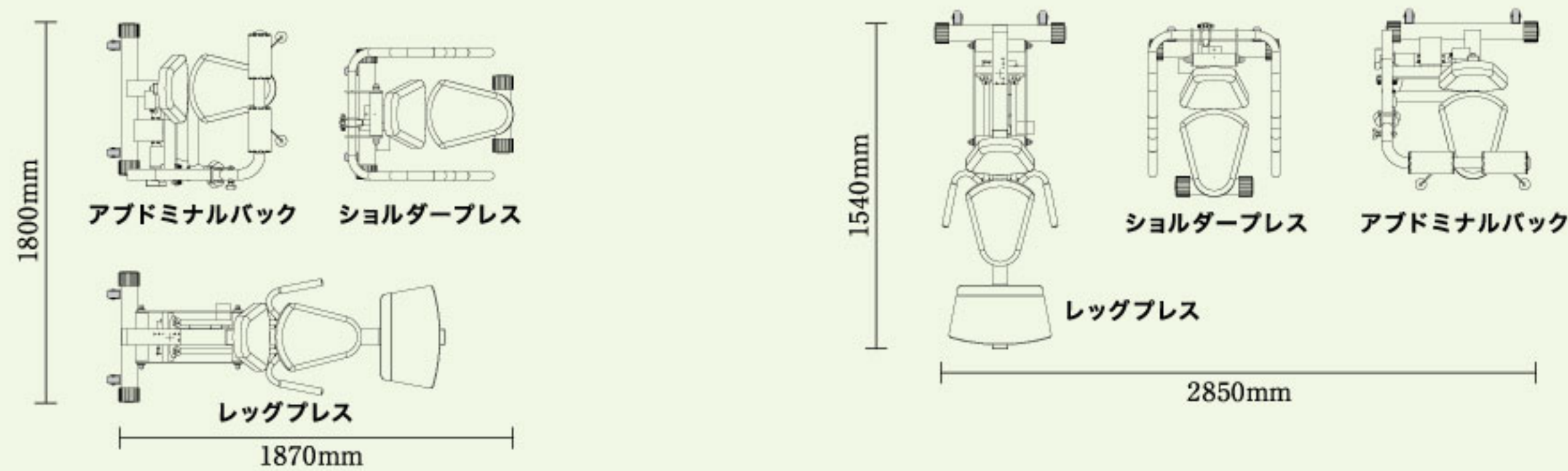
省スペースで、優れた効果を発揮。

タートルジム 設置例

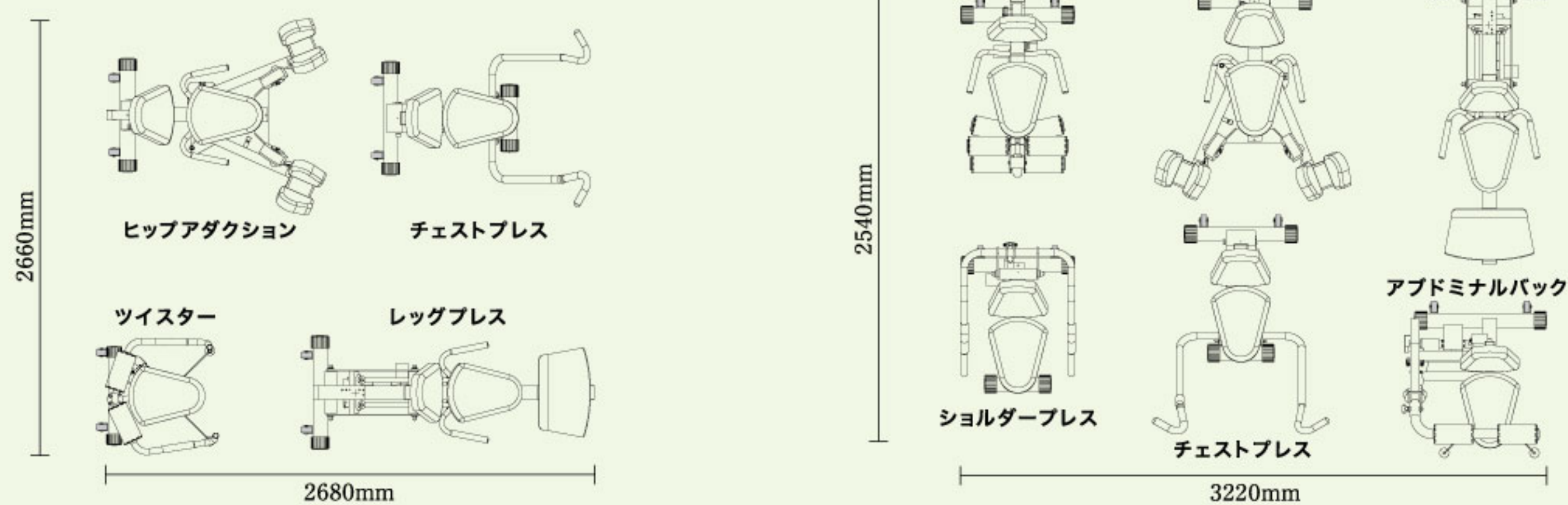
◆基本トレーニングシステム



◆ADL改善トレーニングシステム



◆痩身トレーニングシステム



※仕様等は、改良のために予告なく変更することがあります。あらかじめご了承ください。

「健康」を伝えたい。
ESAKI 江崎器械株式会社
ESAKI MEDICAL INSTRUMENT CO.,LTD.

本社 〒617-0833 京都府長岡京市神足下八ノ坪44-2
TEL.075-952-1553 FAX.075-953-1399
東京 〒133-0073 東京都江戸川区鹿骨5丁目32-14
営業所 TEL.03-5879-6122 FAX.03-5879-6123
ホームページ <https://esakimedical.co.jp/>
お問い合わせ・フリーダイヤル ☎ TEL.0120-880-497
注文専用窓口（受付時間 9:00～18:00 ※土・日・祝等除く）

■お問い合わせ先

「健康」を伝えたい。
ESAKI



電動アシスト・リハビリマシン

タートルジム

<http://www.turtlegym.com/>



あきらめていた
運動したい…
を応援します。



介護の現場を科学して生まれた 電動アシスト・リハビリマシン「タートルジム」。 「運動したい」をサポートします。

重そうなウエイトを見ているだけで、怖くなってしまう。反動でケガをしてしまうのではないかと不安になる。このような理由から、リハビリマシンを使うのをためらっている方が、多いのではないのでしょうか。からだは、動かさないと筋力を維持することができません。特に高齢の方やケガをしている人には、リハビリによる筋力維持や回復が欠かせません。運動したくてもできなかった方、あきらめていた方に、電動アシスト・リハビリマシン「タートルジム」をお勧めします。

“使う人の力に寄り添う” 電動アシストタイプ。 低リスク&高コストパフォーマンスのリハビリマシン。

これまでのウエイトスタックタイプのリハビリマシンは筋肉への負担が大きく、高齢の方やケガをされている方には筋肉損傷のリスクがありました。また、始点と終点が必ず同じ場所になるため、途中で動作を止めることもできませんでした。「タートルジム」は、ウエイトスタックタイプとは異なる特許技術による電子制御シンクを搭載した電動アシストタイプのリハビリマシン。押ししたり、引っ張ったりする力に関係なく、常に一定の速度で動くように設計しています。その結果、一定の速度を超えて動かそうとすると負荷がかかり、筋力に合わせた負荷がコントロールできるのです。これは、“水中で力を入れて素早く動かすと強い負荷がかかり、逆に、軽い力でゆっくり動かすと軽い負荷になる”という等速性筋収縮運動（アイソキネティック※）の原理を応用したものです。このハイエンド・トレーニングマシンに限られていたテクノロジーをリハビリマシンに採用。自分の筋力に合わせてマシンの負荷を自分でコントロールできる、これまでにない“使う人の力に寄り添う”低リスク&高コストパフォーマンスのリハビリマシンを誕生させました。

省スペース対応の軽量&コンパクトボディ。 耐久性に優れたメンテナンス・フリータイプ。

ウエイトを必要としない「タートルジム」は、軽量&コンパクトなボディを実現。設置スペースが限られたデイサービスやグループホームなどの施設でも気軽に導入することができます。また、軽量設計なので移動もラクに。女性スタッフだけでも手軽に移動と設置が可能。介護空間のイメージチェンジも容易にできます。さらに、電動アクチュエーターの採用により、リハビリマシンのもうひとつの主流である油圧式のようなオイル漏れがなく、メンテナンスの負担を軽減しました。さらに、優れた耐久性というメリットも獲得。メンテナンス・フリーを実現するとともにランニングコストを抑えるエコノミーなリハビリマシンに仕上がっています。

※等速性筋収縮運動（アイソキネティック）

筋肉の収縮速度を一定にして行う運動のこと。運動領域の全域で筋肉が出した力と同等の負荷がかかるので、筋肉の障害が起りにくいという利点だけでなく、すべての運動領域で筋肉に十分な負荷がかかるというメリットを持つトレーニング方法。



アイソキネティックの代表的な運動は、スイミング



「タートルジム」は、全7機種のバリエーション



「タートルジム」5つのポイント

- 使う人の筋力に応じた負荷で、筋肉・関節の損傷リスクを軽減。
- 運動の負荷と速度を無段階調節。自動で安全にコントロール。
- 介助スタッフ不要で、安全なリハビリの実施が可能。
- 軽量&コンパクトボディにより、省スペースでの設置を実現。
- 優れた耐久性と低ランニングコストの高コストパフォーマンス。

介護の現場にフィットする先進技術。 電動アクチュエーター

- 実用新案登録 第3163572号
- 5カ国で特許取得済（日本・アメリカ・ドイツ・中国・台湾）

アイソキネティック運動を実現するために従来のハイエンド・トレーニングマシンでは、筋力を測定し、それと同じ力で押し返すようにプログラミングしていました。この機構が複雑なため高価になっていたのです。そこで「タートルジム」は、電動ベッドの昇降やボーイング787の翼のフラップに使われている先進の技術である電動アクチュエーターを搭載。一定の電圧の下、150kgの出力（一般的な電動アクチュエーターは150kg～400kgの出力）でモーターを一定の速度で動かす、それを超える速度の動きに対して負荷を付与。計測して押し返す機構部を、飛行機の羽を動かすくらい力強い部品で補うことで大幅なコストダウンに成功したのです。



一般的なアクチュエーター

タートルジムのアクチュエーター

こんな方に「タートルジム」をお勧めします。



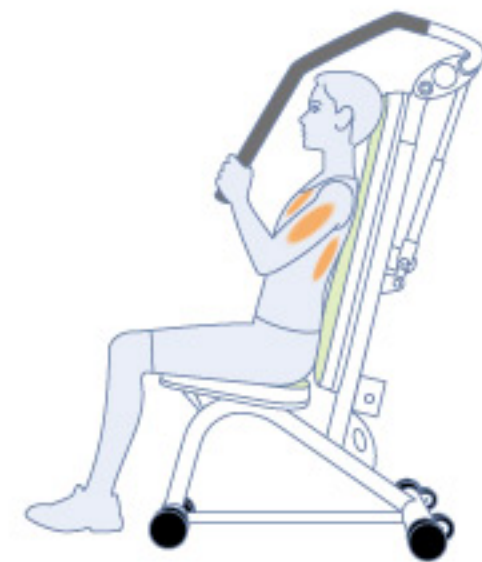
ショルダープレス (RE-128039)

上半身

サイズ【全開時】
幅630×奥行850×高さ1380mm
サイズ【全開時】
幅630×奥行850×高さ1760mm
重量：33.5kg
電源：AC100V 50/60Hz 50W
カラー：ホワイト/ライトグリーン

効果のある部位

大胸筋、三角筋、上腕二頭筋、僧帽筋、
広背筋、上腕三頭筋など



肩や上腕を効果的にトレーニング。
腕を上げる筋力と可動域を改善します。



肩周りの可動域と筋力を鍛え、洗濯物を干す、棚の上の物を取る、つり革につかまるなど、手を挙げる動作を改善します。

- 肩関節の可動域を広げ、筋力を強化し、肩の問題を改善。
- 背部の筋肉を強化、活性化し姿勢を改善。
- 胸部、上腕部、肩の筋肉群のリハビリに。

両手でアーム部分をしっかり握り、頭の上まで押し上げて、腕をまっすぐに伸ばした後、元の位置まで戻してトレーニングします。



チェストプレス (RE-128036)

上半身

サイズ【全開時】
幅960×奥行820×高さ1220mm
サイズ【全開時】
幅960×奥行1050×高さ1220mm
重量：35.0kg
電源：AC100V 50/60Hz 50W
カラー：ホワイト/ライトグリーン

効果のある部位

大胸筋、上腕二頭筋、上腕三頭筋、
三角筋、広背筋、尺側手根伸筋など



肩やひじの動きをスムーズに。
荷物の持ち運びがラクに。



胸部、上腕部の筋力と可動域を改善します。姿勢の改善、前方にあるものを取る動作をしやすくします。

- 胸部、上腕部の筋力を強化し、荷物の持ち運び能力を高めます。
- 肩、ひじ関節の動きを改善して、腕の動きをスムーズに。
- 胸部、上腕部、肩の筋肉群のトレーニングに。

両手でアーム部分をしっかり握り、腕をまっすぐに伸ばした後、元の位置に戻してトレーニングします。



ツイスター (RE-128042)

体幹

サイズ【全開時】
幅730×奥行750×高さ990mm
サイズ【全開時】
幅820×奥行750×高さ990mm
重量：27.0kg
電源：AC100V 50/60Hz 50W
カラー：ホワイト/ライトグリーン

効果のある部位

大胸筋、三角筋、内・外腹斜筋、
僧帽筋、広背筋、脊柱起立筋など



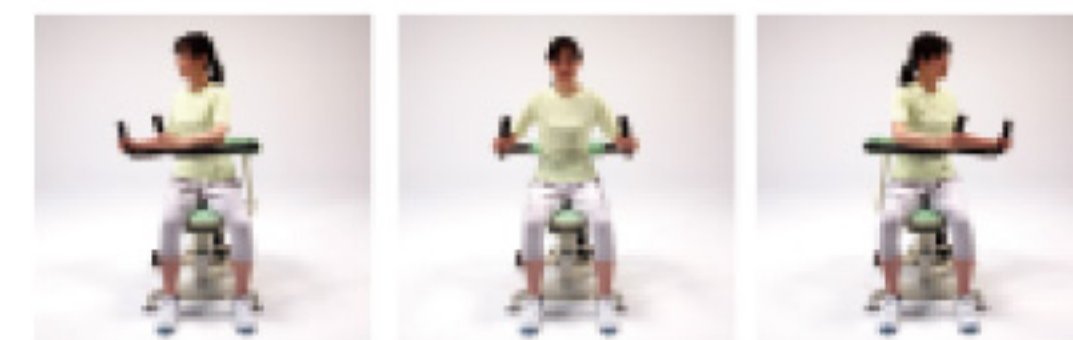
からだを左右にひねって、
体幹の筋力と柔軟性を養います。



からだを左右にひねることで寝返りやトイレでペーパーが取りやすくなる筋力と柔軟性を養います。

- 背中下部の柔軟性を高め、からだをひねりやすくします。
- 腹部、背部を鍛え、姿勢を改善します。
- 腹部、背部の可動域のトレーニングに。

両手でアーム部分を握り、左右に最後までひねった後、元の位置まで戻し、続いて反対側にひねった後、元の位置まで戻し、トレーニングします。



アブドミナルバック (RE-128041)

体幹

サイズ【全開時】
幅820×奥行920×高さ1040mm
サイズ【全開時】
幅820×奥行920×高さ1060mm
重量：35.0kg
電源：AC100V 50/60Hz 50W
カラー：ホワイト/ライトグリーン

効果のある部位

腹直筋、内・外腹斜筋、
広背筋、脊柱起立筋など



腹筋背筋を鍛え、ベッドからの起床や
靴ひもを結ぶ作業をしやすくします。



腹筋・背筋群を効率よくトレーニング。体幹を曲げ伸ばしすることで、姿勢を改善します。

- 腹筋・背筋群を1台で効率よくトレーニング。
- 腰を曲げる能力を高め、腰を傷めるリスクを低減。
- 腹部・背部のトレーニングに。

両手でアーム部分を抱えて、上半身を前に倒した後、元の位置まで戻してトレーニングします。



ヒップアダクション (RE-128038)

下半身

サイズ【全開時】
幅650×奥行1320×高さ1275mm
サイズ【全開時】
幅1610×奥行1050×高さ1275mm
重 量：49.0kg
電 源：AC100V 50/60Hz 50W
カラー：ホワイト/ライトグリーン

効果のある部位

大腿筋張筋、
内・外転筋群、
中殿筋、小殿筋など



鍛えにくい内・外転筋や殿部の筋肉を
効率よくトレーニング。



大腿部、腰部のインナーマッスルを効率よく鍛えます。歩行時の左右のふらつきを改善します。

- 通常マシンではできない内・外転筋の両方のトレーニングが可能。
- ヒップアップ、O脚矯正、尿漏れ防止にも。
- 大腿部の内転・外転筋群および殿筋群のトレーニングに。

両脚を中央に向けて閉じ、中央で数秒間維持した後、元の位置まで開いてトレーニングします。



レッグカール (RE-128037)

下半身

サイズ【全開時】
幅615×奥行1180×高さ1340mm
サイズ【全開時】
幅615×奥行1420×高さ1340mm
重 量：38.5kg
電 源：AC100V 50/60Hz 50W
カラー：ホワイト/ライトグリーン

効果のある部位

大腿四頭筋、
ハムストリングス、
大殿筋など



ひざ関節の動きをスムーズにして、
日常生活での歩行能力を改善します。



座った状態で、ひざを曲げ伸ばしする運動で、歩行に必要な筋力と可動域を改善。歩行時に太ももを高く上げやすくなり、つまづきにくくなります。

- ひざの曲げ伸ばしトレーニングがこれ1台で。
- ひざ関節の可動域を増し、立ち上がりが動作を改善。
- 足を上げやすくして、つまづきを改善。
- 大腿部の伸筋群・屈筋群のリハビリに。

両脚をできるだけ水平になるまで伸ばした後、元の位置まで戻してトレーニングします。



レッグプレス (RE-128040)

下半身

サイズ【全開時】
幅610×奥行1570×高さ1020mm
サイズ【全開時】
幅610×奥行1570×高さ1120mm
重 量：61.0kg
電 源：AC100V 50/60Hz 50W
カラー：ホワイト/ライトグリーン

効果のある部位

大腿四頭筋、ハムストリングス、
下腿三頭筋、大殿筋、
腹筋など



イスからの立ち上がりや階段の昇降に
必要な筋肉をトレーニング。



立ち上がり動作や階段の上り下りで足を上げる筋肉を効果的にトレーニング。イスからの立ち上がりや階段の昇り降りがしやすくなります。

- 乗り降りがしやすい設計で、高齢者も安心。
- 歩行に必要な筋群を効果的にトレーニング。
- 施設導入率No.1の人気モデル。

両脚でフットプレートを蹴り、座席を後方へ移動してトレーニングを行います。自重で元の位置に戻る力が働くので、可動域の範囲内でトレーニングできます。



私も「タートルジム」をお薦めします。



スポーツトレーナー・
インストラクター
宮崎要輔氏

■ 身体の声を感じ取って、日々のトレーニングを。
「ご高齢の方をはじめ誰もがトップアスリートのように身体の声を感じ取りながらトレーニングができたのならば。」現場で長年そうに思っていた時に出会ったのがタートルジムです。等速性筋収縮運動の原理からなるタートルジムは安全にトレーニング効果を自分で最大化でき、安全と効果の両義性を実現しています。筋肉はつけたいけども筋肉痛等に悩まされたくないという方も身体の声を感じ取りながらトレーニングができるので習慣化しやすいものと思います。身体の声に耳を傾け、瞑想するように日々のトレーニングができるタートルジムを是非とも多くの方々にご活用いただければと思います。



プロフィール
1987年8月17日静岡県生まれ。独自のトレーニング理論と指導力からレジェンドクラスのオリンピック選手からも支持を受けるトレーナーでありトレーニング発明家。ガジェット通信にて連載していたピボトレのO脚改善トレーニングでは道具なしでその場の2分で効果があると爆発的な人気を呼び2011年インターネットニュース年間2位のブックマーク数を誇る人気を獲得。プロのトップアスリートの指導からご高齢の方の五十肩等の改善まで、幅広い層の指導を担当する新進気鋭のスポーツトレーナーである。

受賞歴
社会起業家コンテストedgeファイナリスト
京都学生人間力大賞文化芸術スポーツ部門受賞
関西テレビ「よーいドン!」「となりの人間国宝さん」認定
京都府より「みやこびと大賞・京の公共人材大賞奨励賞」授与 他多数

メディア出演歴
KBS「ほじボジたまご」、NHK「京いちにち」「ぐるっと関西おひるまえ」
関西テレビ「よーいドン!」、読売テレビ「ニュースten」
京都新聞・産経新聞・京都リビング・月刊ソコト・小学館BE・PAL他多数



部位や目的、スペース、ご予算などに応じたシステムで効果的な動的ストレッチを。

「タートルジム」シリーズは、上半身・下半身・体幹などトレーニングの部位や目的に合わせて7機種をラインナップ。トレーニングの目的や施設の環境などに応じてシステムを組み、効果的な動的ストレッチのトレーニングができます。

※画像は、トライアス西宮様の施設。シートをオリジナルカラーにカスタマイズしています。

インナーマッスを効率よくトレーニングできるシステム。

体幹トレーニングシステム



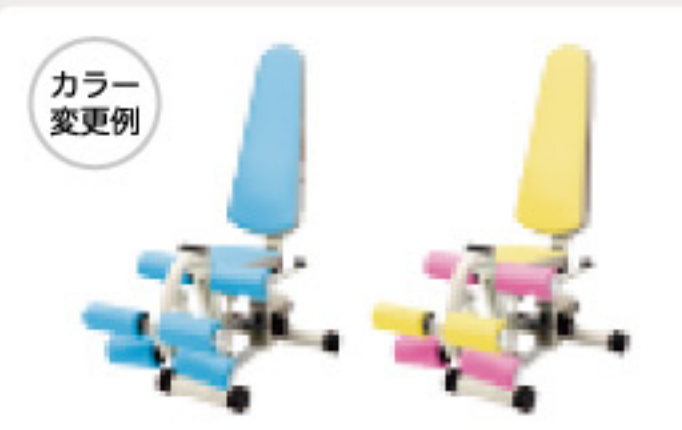
姿勢を保つには体幹のトレーニングが欠かせません。このシステムは、Q.O.L.維持に必要なインナーマッスを効率よく鍛えることができます。スポーツのトレーニングにも活かれます。

機種内容:ツイスター+ヒップアダクション+アブドミナルバック+レッグプレス
占有面積:最小7m²(2,500mm×2,800mm)

ESAKI
CUSTOM
PROJECT

シートカラーの
カスタマイズを
承ります。

オプションにて、カラーや素材をお好みにカスタマイズできます。詳細は、お問い合わせください。



初めてのリハビリマシン導入に適したシステム。

基本トレーニングシステム



「タートルジム」のスタンダードな3機種をピックアップ。上半身・下半身・体幹をバランスよくトレーニングするシステムです。コンパクトなシステムなので、空いたスペースを有効利用して導入できます。

機種内容:ショルダープレス+アブドミナルバック+ヒップアダクション
占有面積:最小5.1m²(2,200mm×2,300mm)

日常生活動作(ADL)の改善を重視したシステム。

ADL改善トレーニングシステム



移動・食事・更衣・入浴・排せつなど日常生活動作の改善を図るトレーニングができる3機種をセレクトしたシステムです。コンパクトなシステムなので、空いたスペースを有効利用して導入できます。

機種内容:ショルダープレス+アブドミナルバック+レッグプレス
占有面積:最小3.37m²(1,800mm×1,870mm)

全身の筋力強化と柔軟性をつくるシステム。

全身トレーニングシステム

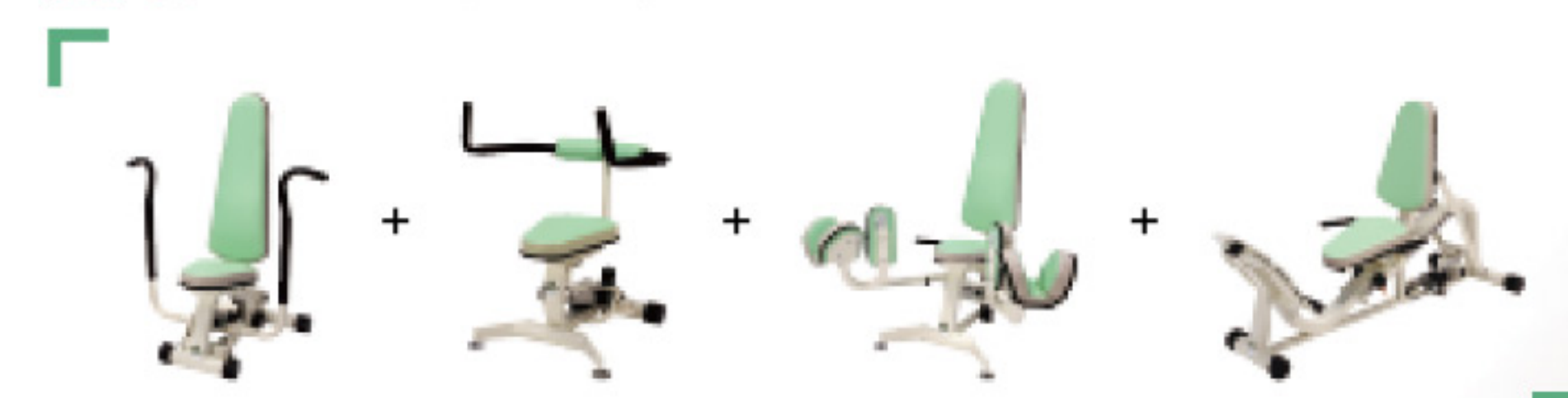


上半身・下半身・体幹といった全身をバランスよく、かつ効率よくトレーニングできる6機種をそろえた充実のシステムです。システムティックなトレーニングを行うことで、全身の筋肉量の増加を促し、基礎代謝の改善による免疫力の向上が期待できます。「タートルジム」なら6機種でもコンパクトなスペースでの設置が可能です。

機種内容:ショルダープレス+チェストプレス+アブドミナルバック+ヒップアダクション+レッグカール+レッグプレス
占有面積:最小8m²(2,540mm×3,220mm)

女性の新規顧客獲得が期待できるシステム。

痩身トレーニングシステム



バストアップと姿勢改善が図れるチェストプレス、ひねる動作でくびれをつくるツイスター、O脚の改善に役立つヒップアダクション、ヒップアップに効果的なレッグプレス。美容に効果が期待できる4機種をそろえた女性ターゲットのシステムです。

機種内容:チェストプレス+ツイスター+ヒップアダクション+レッグプレス
占有面積:最小7.1m²(2,660mm×2,680mm)

転倒防止を目的にした“歩く力”を養成するシステム。

歩行トレーニングシステム



高齢者の方が“寝たきり”になる原因の上位に入っているのが転倒です。転倒を防ぐには下半身の筋力を鍛えることが効果的。このシステムは、下半身を鍛えて“歩く力”を養成します。

機種内容:ヒップアダクション+レッグカール+レッグプレス
占有面積:最小6m²(3,450mm×1,700mm)



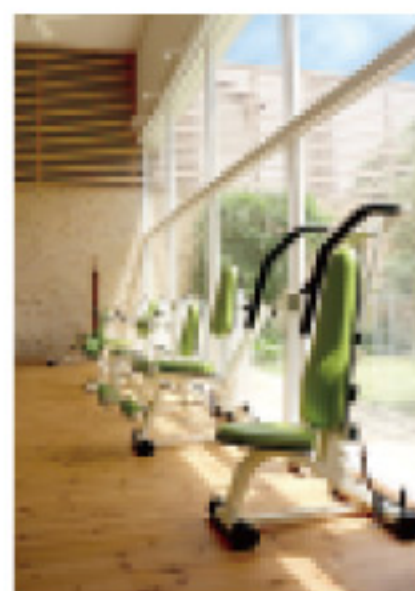
全国各地の導入施設からタートルジムへの感謝の声が 寄せられています。

タートルジム6機種を導入し「なりたい自分」をサポート。

アシックス
機能訓練特化型デイサービス
トライアス西宮様
兵庫県西宮市用海町4-36



“スポーツサイエンスで、「なりたい自分」をめざす”機能訓練特化型デイサービス施設「トライアス西宮」様。スポーツ用品メーカーのアシックス様が展開しています。利用者の方々に“洗練された心地よさ”と“自分の大切さを感じる喜び”を提供して、“夢の実現”をめざしています。「立つ・歩く・転ばない」をコンセプトとした、頭と身体を活性化する、アシックス独自の運動サービスプログラム「DUAL SPARK（デュアルスパーク）」を導入して“明日が楽しみな毎日”づくりに取り組んでいらっしゃいます。具体的には、頭・身体を鍛えるデュアルタスク、バランスと柔軟性を鍛えるスリング、各部位の筋肉を鍛えるマシンの3つのトレーニングを実施。このマシントレーニングに弊社のタートルジム6機種が採用されています。「重りや油圧のタイプに比べて広い範囲を使って力を出すことが出来るのがいいですね。実際に使ってみると、筋肉量が増えているなどの結果が出ていますので、本当に導入してよかったと思っています」と理学療法士でもあり運営をマネジメントされている鳥井勇輔氏は笑顔で語ってくださいました。「ここに来て、マシンを使ってトレーニングしていると、心身ともにスキッとします」と利用者の方も満足されていました。2014年9月に「トライアス」の1号施設として誕生した「トライアス西宮」様。現在は、関西圏に5施設をオープン。タートルジムが一人でも多くの方の笑顔のお手伝いができたら、と願っています。



6機種を有効に活用し親を通わせたい施設に。

合同会社 PATOS
介護予防・通所介護・デイサービス
ホップス下鳥羽様
京都市伏見区下鳥羽上三栖町138



京情緒あふれる京都・伏見に、2013年11月オープンしたのがデイサービス施設「ホップス下鳥羽」様。代表を務める上野隆司氏は理学療法士の資格を持ち、病院に勤務した経験をお持ちです。そんな上野氏が目指しているのは「親を通わせたいデイサービス」。その実現のために、単に「安心」「楽しい」だけではなく「元気でいられるための手助け」をしていきたいとおっしゃいます。具体的には「認知機能」「口腔機能」「運動機能」という3つの柱となる生活の基本機能の向上と改善を行い、利用者の方々の“やってみたいこと”を継続していただけよう努められています。タートルジムとの出会いは、運動機能の改善に関して、適切なマシンはないかと探していたところ、弊社のホームページを見つけれ、さっそくご連絡をいただきました。「実際に使ってみて、ひとり一人の筋力に合わせて負荷が自分でコントロールできることがよく解りました。本当は全機種すべて導入したかったんですが、スペース的なものがあって…」と上野氏。フロアには6つのタートルジムが互い違いに向きを変えて、コンパクトに整然と、そして美しく配置されていました。ご利用の方にお伺いすると「トレーニングなんて他人事だと思っていたが、これなら自分みたいに筋力が弱くても使えます」とお答えいただきました。京都・伏見でもタートルジムの笑顔が広がっているようです。



基本の3機種を導入して接骨院の事業領域を拡大。

一之橋はり灸接骨院様
東京都足立区東伊興1丁目7-7



鍼灸院や接骨院にタートルジム？ ちょっと意外に思われるかもしれませんが、下半身を鍛えるレッグカール、体幹を機能させるアブドミナルバック、上半身に作用するショルダープレスの基本3機種を導入されているのが創設20年の「一之橋はり灸接骨院」様。2014年5月に導入されました。オーナーの管野昭喜氏が、タートルジムを知ったのは、ある介護の会合。そこにいた知人が“いいマシンがあるよ”と教えてくれたそうです。管野氏はさっそく弊社を訪問されて体験され、導入することをその場で決定されました。「特に高齢者の方は、筋力が衰えている場合が多いんですね。そういう意味では、ウエイトなどで負荷を固定するようなマシンでは、筋肉や関節などを痛めるリスクが高くなる可能性があります。その点、タートルジムは、使う人の筋力に応じて本人が負荷をコントロールして、筋肉や関節を損傷するリスクを抑えることができます。それが導入の理由でした」と管野氏。現在は「動ける今だからこそ 始めませんか」というキャッチフレーズでタートルジムによる“カメトレ”を推奨。「カメトレを希望して来院される患者さんも多く、タートルジムを導入して本当によかったと思っています」。また、「これからの接骨院は、ケガの治療を行うだけでなく、もっと根本的にケガを予防するようなサービスも必要」と考えられている管野氏。タートルジムは、まさに“転ばぬ先の杖”となる頼もしいマシンとなっていくことでしょう。



タートルジム全機種を導入。地域の福祉活動に貢献。

社会福祉法人 博悠会
特別養護老人ホーム
フランセーズ悠とみたけ様
長野県長野市大字富竹118-1



広々とした1階の地域交流室に、タートルジム全機種がサークル状に置かれています。各マシンを順番に回りながら、みなさん楽しそうにエクササイズをされています。ここは風光明媚な長野市北部・富竹にある特別養護老人ホーム「フランセーズ悠とみたけ」様。地域に根ざした福祉活動を実践されている社会福祉法人「博悠会」が運営されています。タートルジムの導入を決められた理由のひとつが“できるだけムリをさせずに利用者の方のQ.O.L.（クオリティ・オブ・ライフ＝生活の質）を向上させたい”という思いがあったから。「タートルジムは、従来のトレーニングマシンとは異なり、使う人の力加減で負荷を調整できます。筋力の弱い方でも自分の力にあわせて使えるので、安心です」と作業療法士の吉田剛さん。また、“スタッフの負担が減った”というのも導入の成果のひとつ。8人のエクササイズでも、わずか2人のスタッフで対応することができるようになったのです。利用者の方にお伺いしても「タートルジムで運動するのが楽しみ」「力がないのでトレーニングをあきらめていたが、タートルジムなら自分にもできるのでうれしい」などのお声をいただきました。2012年4月にタートルジムを導入されて以来、ご利用者様のQ.O.L.の向上とともにスタッフの負担軽減に大いに役立っているようでした。これからもタートルジムといっしょになって、地域の福祉に貢献していきましょう。



ぜひ、導入をご検討ください。

高齢者施設・介護事業者の方

“シニア視点の新型リハビリマシン”の導入で、付加価値向上と利用者様の満足度アップができます。通所介護・デイサービス/各種老人ホーム/小規模多機能ホーム/グループホームなど



治療院・理学療法施設の方

筋肉や関節の損傷を抑えた安全・安心なリハビリが提供できます。事業領域の拡大も期待できます。治療院/接骨院/整体院/鍼灸院/整骨院など



フィットネス施設・スポーツジムの方

“無理のないトレーニング”ができるタートルジム。シニア層や女性層の集客強化が図れます。フィットネスクラブ/スポーツジム/ゴルフクラブ・スクールなど

