

全ての人に、 新しい考え方。

自動運動 + 他動運動 で

下半身ケアも
運動不足解消も
ダイエットも
この1台で。



HOGU-C
【ホグシー】

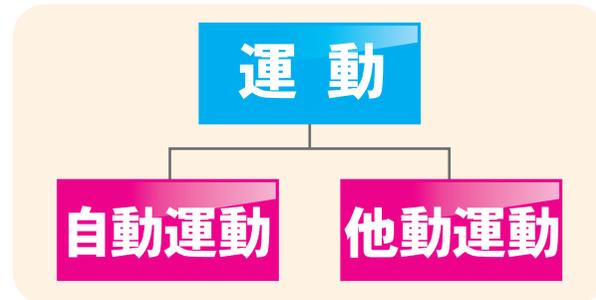
身体のケア と 体づくり を
実行する!



JAAA…全日本アマチュアエアロビクス連盟

ファミリーの考える運動

運動には、筋トレやジョギングなど自ら身体を動かす「自動運動」と、人や物に動かされる「他動運動」があります。



自動運動は筋肉を鍛える目的で行います。一方、「させられる運動」である他動運動は、筋肉をゆるめやわらかくする運動です。やわらかくすることで血行促進を促します。「自動運動」と「他動運動」の両方をバランスよく毎日の習慣に取り入れることが大切です。

選べる! 多彩な5つのコース



「疲労回復」コース

疲れがたまりやすい下半身をくまなくほぐします。

「脚ほぐしスッキリ」コース

脚を重点的にほぐし、脚をスッキリさせます。

「骨盤シェイプ」コース

立体的に骨盤まわりを動かします。

HOGU XERCISE 「ウォームアップ」コース

活動前の筋肉をほぐすコースです。

HOGU XERCISE 「クールダウン」コース

お休み前の運動やストレッチしたいときにおすすめのコースです。

業界初
ほぐし機構

下半身をもみほぐす!

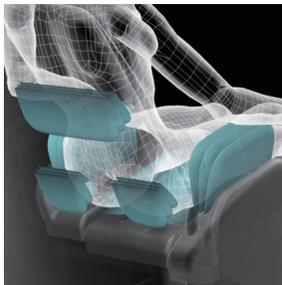
筋肉を動かす

POINT

1

おしりほぐし機能

立体的に骨盤、お尻まわりをほぐしもみます。太もも外側の筋肉や内もものリンパ節もほぐします。



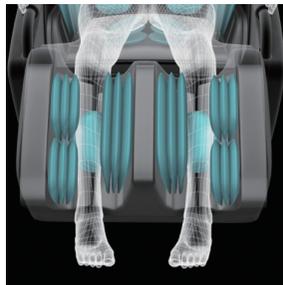
筋肉を動かす

POINT

2

脚ほぐし機能

脚の疲れがとれるように、しっかりもみほぐします。ふくらはぎの筋肉を動かす、血流を促します。



運動不足解消のために

ダイエットのために

体を動かそう!



HOGU (コンパクトサイズ)
XERCISE 「ウォームアップ」 コース

10種類の運動といっしょに!

固まっている筋肉を伸ばして、活動前の筋肉をほぐすコースです。一日の始まりに朝のラジオ体操感覚でやりましょう!



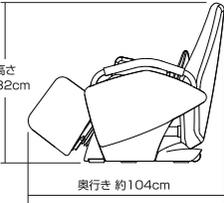
HOGU (コンパクトサイズ)
XERCISE 「クールダウン」 コース

6種類の運動といっしょに!

翌日に疲れを残さないために、じっくり体を伸ばすコースです。お休み前の運動やストレッチしたいときにお勧めです。



■製品仕様

販売名	ファミリー ホグシー FMC-RC10		
本体寸法 重	コンパクトサイズ 幅約68cm×奥行約104cm×高さ約82cm		
			
	幅約68cm	高さ約82cm	奥行約104cm
	重量約55kg		
使用電源	AC 100V	J A N コード	4992648036434 (Y) 4992648036441 (B) 4992648036458 (RD)
定格消費電力	90W		
オートタイマー	約15分	医療器製造販売業許可番号	31B2X00003
外装布地	合成皮革	医療器認証番号	222AKBZX00069000
付属品	電源コード・指圧パッド×4個・指圧シート×2個 シートクッション・リモコンポケット		

3
color



イエロー(Y)



レッド(RD)



ブラック(B)

⚠安全に関するご注意

— ご使用前に「取扱説明書」をよくお読みのうえ、正しくお使いください —

※次の人は、使用しないでください。
 ◎医師からマッサージを禁じられている人 例:血栓(塞栓)症、重度の動脈けいゆう(痛)、急性静脈けいゆう(痛)、各種皮膚炎および皮膚感染症[皮下組織の炎症を含む]など。◎急性の頸椎ねんざ(むちうち症)の疑いのある人
 ※次の人は、使用前に医師に相談してください。
 ◎心臓に障害のある人 ◎糖尿病などによる高度な末梢循環障害による知覚障害のある人 ◎骨粗しょう(鬆)症の人やせきつい(脊椎)の骨折、急性(とう)(後)痛性(疾患)の人 ◎治療部位に創傷のある人 ◎体温38℃以上(有熱期)の人
 例:急性炎症症状[けん(倦)怠感、悪寒、血圧の変動など]の強い時期、衰弱しているとき、◎妊娠初期の不安定期または出産直後の人 ◎ペースメーカーなどの電磁障害を受けやすい体内植込み型医用電気機器を使用している人 ◎背骨(脊椎)に異常のある人または背骨が左右に曲がっている人 ◎かつて医師に治療を受けた部位、または現在治療中の患部へ使用する人 ◎悪性のしゅよう(腫瘍)のある人 ◎安静を必要とする人 ◎内臓疾患(胃炎、腸炎、肝炎)などの急性症状のある人 ◎医師の治療を受けている人や、特に体の異常を感じている人 ◎リウマチ症、痛風などにより関節が変形している人 ◎めまい、ふらつき、耳鳴りの症状がある人 ◎捻挫、肉離れなどの炎症性の人 ◎腱鞘炎、またはそのおそれのある人
 ※特定の病気をもちでない場合でも、高齢者や骨が弱いと思われる方は使用前に医師に相談してください。※お子様や自分で意思表示ができない人や身体の不自由な人に使用させないでください。また、お子様やペットを本体の周辺(背もたれの後ろや座・フットレストの下など)で遊ばせたり、本体の上のせたり、座らせたりしないでください。→事故やケガの原因になります。

この商品は、保証書を添付しております。保証書はご購入の販売店で所定事項を記入のうえ発行いたしますので、記載内容をご確認いただき大切に保存してください。この製品は国内専用です。日本国外への輸出と使用を禁止しています。[PROHIBIT THE EXPORT AND THE USE OF THE CHAIR OUTSIDE OF JAPAN.] この製品を日本国外でご使用になられた場合は、修理をお断りする場合があります。◎この製品は、日本国内の弊社工場にて企画/開発/設計/最終組み立て/品質保証を行い、部品調達および部品組み立てを中国にある弊社工場で行っています。●印刷物ですので実際の色と多少違う場合があります。●商品改良のため予告なく一部仕様を変更することがありますのでご了承ください。●掲載の情報は本仕様と異なる場合があります。

社団法人 日本ホームヘルス機器協会正会員
健康空間を創造する



http://www.family-chair.co.jp

本社	〒532-0004 大阪市淀川区西宮原2丁目1-3(ソラ新大阪21 14階)	TEL (06) 4807-9111
札幌営業所	〒060-0006 札幌市中央区北6条西18丁目1-17(メタスタジオ 1階)	TEL (011) 640-6655
仙台営業所	〒984-0047 仙台市若林区本ノ下3丁目1-2	TEL (022) 291-3484
東京支店	〒167-0033 東京都杉並区清水1丁目8-4(イグササンビュートビル 1階)	TEL (03) 3392-7100
名古屋営業所	〒460-0011 名古屋市中区大須1丁目35-18(一光大須ビル 1階)	TEL (052) 223-1641
大阪支店	〒532-0004 大阪市淀川区西宮原2丁目1-3(ソラ新大阪21 14階)	TEL (06) 4807-9191
広島営業所	〒733-0033 広島市西区観音本町1丁目21-5	TEL (082) 231-0227
福岡営業所	〒810-0071 福岡市中央区那珂津2丁目6-4(九産ビル 3階)	TEL (092) 711-1567
製品に関する問合せフリーコール		0120-129-011
修理等に関する問合せフリーコール		0120-772-294

受付時間 土・日・祝を除く平日 9:00~17:00