

特殊 5 層構造とダブルマウンテン構造により実現、理学療法士の小林加奈氏が監修
履くだけの簡単エクササイズで、足の筋肉使用量が最大 472%
消費カロリー量が最大 160%に増えるフットギアを開発
「GUIN-FOOT TRAINER-」 4 月 24 日から Makuake でプロジェクト公開

ノベルティ・プレミアム・OEM 商品の企画・製作を手掛け、累計 3,800 アイテムの制作実績がある株式会社サン・リット企画（本社：名古屋市）は、2021 年からオリジナル健康器具の GUIN シリーズを開発・発売してきました。その中で、「手軽に足腰の運動をしたい」「消費カロリー量を増やしたい」という消費者のニーズを聞きました。そこで、理学療法士兼ピラティストレーナーの小林加奈氏の監修を受けて、このたび、足の筋肉使用量や消費カロリー量を増やせるフットギア「GUIN-FOOT TRAINER-（グインフットトレーナー）」を開発しました。特殊 5 層構造とダブルマウンテン構造により、履くだけの簡単エクササイズで、足の筋肉使用量が最大 472%、消費カロリー量が最大 160%に向上します。

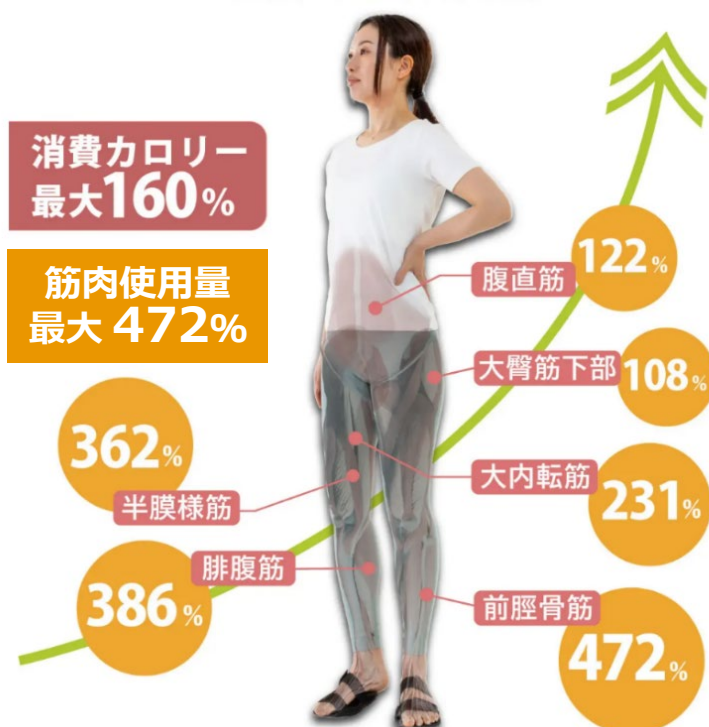
4 月 24 日 11 時から 6 月 24 日 22 時まで、Makuake でプロジェクトを公開します。

（URL：<https://www.makuake.com/project/foot-trainer/>）

写真：GUIN-FOOT TRAINER-
（グイン フット トレーナー）

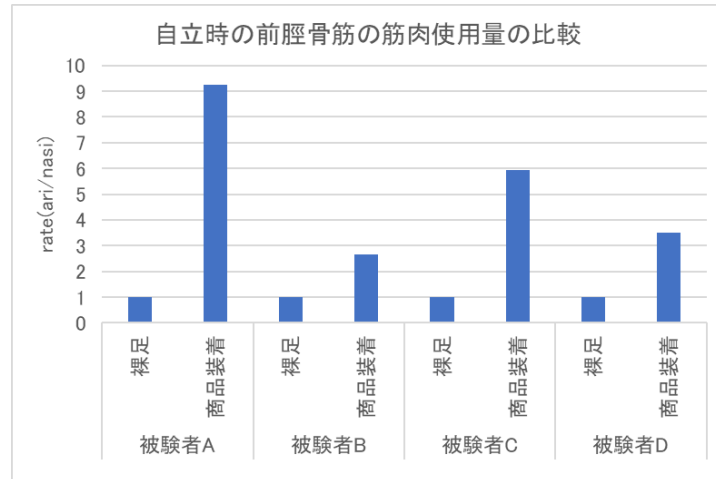


図：GUIN-FOOT TRAINER-
装着による筋肉使用量と
消費カロリーの増加量



●筋肉使用量の測定方法

筋電計で腹直筋、大内転筋、前脛骨筋、腓腹筋、半膜様筋、大殿筋下部の 6 つの筋肉使用量を測定。裸足で自立時を 1 とし、商品装着状態で自立時の筋肉使用量の増加率を表した。被験者 4 名分の結果から最大値と最小値を除いた平均を使用。最も増加率が高いのが前脛骨筋の 472%。



●消費カロリー量の測定方法

60 秒間のスクワット運動を行い、運動中(60 秒)および運動後の立位安静状態(60 秒)の計 120 秒間の呼気代謝量を測定し、測定値よりエネルギー消費量を算出。裸足時と商品装着時の増加率は最大 160%。



	裸足時の スクワット による 消費カロリー量 (kcal/day)	商品装着時の スクワット による 消費カロリー量 (kcal/day)	増加率
被験者 A	6840	9572	139%
被験者 B	2944	4242	144%
被験者 C	3241	5212	160%

■ GUIN-FOOT TRAINER-の特長

特長 1. 特殊 5 層構造で運動効率の向上と履き心地を両立



GUIN-FOOT TRAINER-の特殊 5 層構造

- ・表皮層：足との接触部分は肌ざわりの良い生地を選定しつつ、足が蒸れにくいようにデザイン。
- ・メッシュ層：通気性を考慮しつつ立体ゲル層と発泡生地をフィットさせます。
- ・発泡層：クッション性を持たせ、足の当たり心地が快適になるようにしています。
- ・ゲル層：ハニカム構造のゲルによりアーチ部にしっかりフィットしアーチ部にかかる負担を吸収しつつ運動効率を高めます。ハニカムゲルの接着加工は他社では難しい独自技術です。
- ・EVA 層：土台部にあたり、底面を安定させます。また軽量で足に余分な負担がかかりません。

特長 2. ダブルマウンテン構造が足指のグリップ力と足裏のアーチ形成をサポート

- ・足裏は全身のバランスを支える重要な接地面であり、特に内在筋（足のアーチを支える多くの筋肉群）を鍛えることで、姿勢制御や重心の安定に繋がります。逆に足裏や足指の筋肉が衰えるとこれらの姿勢の維持や重心の安定に影響が出る可能性があります。



- ・足指のグリップ力（足指でしっかり地面をつかむ力）は、バランス維持や体幹の安定、歩行・運動能力の向上において非常に重要です。現代人は靴に頼ることが多く、足指の力が弱まり「浮指」になる人が増えています。浮指の状態では、重心が後ろに傾きやすくなり、姿勢の崩れや膝・腰の悩みに繋がります。
- ・足裏のアーチの形成は体重の分散や足の歩行にとって重要な役割をもっています。アーチがしっかりしていると足の位置が安定し、バランスを取るのが容易になります。逆にアーチが崩れる（例えば、扁平足や高アーチ）と、歩行や立っている時に不安定感が増す恐れがあります。

■ 商品仕様

- ・商品名：GUIN-FOOT TRAINER-
- ・材質：ポリエステル、熱可塑性エラストマー、EVA
- ・企画設計：日本
- ・原産国：中国
- ・サイズ：推奨する足のサイズは22cm～27.5cm。ゴムバンド部分に面ファスナーが付いており、足の幅に合わせて調整できます。



商品サイズ

■商品監修

理学療法士 兼 ピラティストレーナー 小林加奈

ReBe 代表 理学療法士

Peakpilates マット認定資格

Mohipilates マスターインストラクター

略歴 2010 年 総合病院リハビリテーション科勤務

2016 年 マットピラティス指導開始

2018 年 マシンピラティス指導開始

2024 年 ReBe 設立



小林加奈氏の監修による、GUIN-FOOT TRAINER-を用いたフィットネスプログラム

プログラム① 両足で立つだけ 60 秒

両足を 10 センチ程度(握り拳 1 つ分)開いて立ちます。足の指は軽くゲルを握ったまま、足の裏で後方のゲルを潰さないようにバランスをとって 60 秒立ってみましょう。

プログラム② 片足立ち 30 秒

壁など安定しているところに手をつき、片方の膝を後ろに曲げて片足立ちで 30 秒バランスをとってみましょう。反対の足も同じように行います。

プログラム③ スクワット 15 回

壁など安定しているところに手をつき、両足を腰幅程度に開いて立ちます。足の指でゲルを握ったまま、足の裏でゲルを潰さないようにバランスをとったままお尻を後ろに出すように股関節、膝を 90 度にゆっくり曲げていきましょう。曲げ伸ばし同じスピードで 15 回やってみましょう。

小林加奈氏のコメント「ポイントは足の指で前方のゲルを握っておくことです。足の裏で後方のゲルをつぶさないようにバランスを取ることで、足の裏、ふくらはぎ、太ももの後ろ側の筋肉を使った感覚が分かりやすくなります。」

■Makuake プロジェクト

期間：2025/4/24（木）11：00 ～ 2025/6/24（火）22：00

URL：<https://www.makuake.com/project/foot-trainer/>

■開発・販売会社概要

会社名：株式会社サン・リット企画

住所：〒460-0012 愛知県名古屋市中区千代田 1-1-25 第一中川ビル 4F

Tel. 052-252-9500

Fax. 052-252-9502

URL：<https://www.sun-lit.co.jp/>

■本プレスリリースについてのお問い合わせ先

株式会社インフォデザイン（担当：門脇）

住所：〒451-0042 愛知県名古屋市中区西区那古野 2-14-1 なごのキャンパス

Tel. 050-3717-0758

Fax. 052-308-1808

E-mail：info@info-de.co.jp