

座り方ハンドブック

BeneS

良い姿勢で楽に座るには？



PLUS

座っているのがつらい！
そんな方へ。

- ☑ 長時間、集中して机に向かわなくてはならない。
- ☑ 姿勢の悪さが原因の体の不調に悩まされている。
- ☑ 姿勢が悪いことを自覚しているが、なかなか改善できない。
- ☑ 座っているときの見た目をもっと美しくしたい。

「良い姿勢」を自分でつくるのは
とても大変ですよね。



ベネスなら
自然と、楽に
良い姿勢を保てます。



背筋まっすぐを
「楽に保つ」3つのポイントを
ご紹介します。

「楽に保つ」3つのポイント

腰が背もたれに
しっかりついていると
GOOD



💡 背もたれから座面までの
立体的な曲面で
しっかりと腰を支えます。

ひざの後ろと座面のフチの間に
指2本分のスキマが
空いているとGOOD



💡 体格差問わず
しっかり奥まで座れるように
座奥行スライドを搭載。
脚の圧迫による血行不良を防ぎます。

膝が少し下がっていると
GOOD



💡 **前傾シート**が、
太ももと胴体の角度を開き
骨盤を立ちやすくします。