

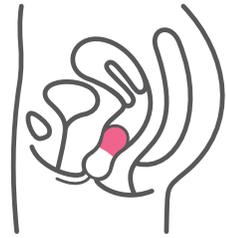
ラブパール 取扱説明書

ラブパールの使い方

1 膣に入れる

ボール全体を膣に入れます。紐はタンポンのように外に出しません。

※挿入時には、水溶性ローションをラブパール全体を覆うように薄く塗布してください。膣の入口にもローションを塗布すると入りやすくなります。※中腰になり、ラブパールをおへそ側に向かって斜めに入れるようにします。



2 初心者は1日5分から

最初は1日5分、1日おきでスタートしましょう。症状の強い方は1日20分×2回をご自分のペースで始めましょう。お風呂上がりなど、リラックスした時間で行うのをオススメします。



3 挿入した後は室内で軽く動く

挿入後は食器洗いや掃除機がけなどの日常的な動作をして、立った状態で軽く体を動かしてください。

ピラティスなどインナーマッスルを鍛えるエクササイズをするのもおすすめです。中のボールがコロコロと膣壁にあたることを意識しましょう。20分使用したら、取り出します。長時間使用すると取り出しにくくなるため、20分以上の使用はお控えください。

外にでている紐またはボールの下部を持ち、優しくひっぱってください。

ボールが取り出しにくい時は、膣の入口やボールにウォーターベースのローションを塗って滑りを良くし、力を抜いてリラックスした状態で取り出しましょう。

ボールが指の届かない位置にある場合は、排便をする時のように力をいれればボールが降りてきます。

ボールが届く位置にきたら、下部を持ち優しくひっぱって取り出してください。

紐だけを強くひっぱったり、紐やボールに爪をたてると破損に繋がる可能性がありますのでお控えください。



4 自分のペースでレベルアップ

尿漏れなどの症状のある方は、一番軽い「ライト」からスタート。膣の中でしっかりキープ出来るようになったら、「ミディアム」にレベルアップ。徐々に重い物へボールを変えていきましょう。



FAQ・よくある質問

Q. 取り出せなくなりましたか？

取り出すには体の力を抜き、リラックスすることが一番重要です。

リラックスした状態で、腔の外に出ている紐またはボールの下部を優しくひっぱると取り出せます。紐を優しくひっぱってもボールが取り出せない場合は、ボールの下部を持って取り出してください。腔の入口やボールにウォーターベースのローションを塗って滑りを良くすると取り出しやすくなります。

ボールが指の届かない位置にある場合は、排便をする時のように力をいれるとボールが降りてきます。

ボールが届く位置にきたら、下部を持ち優しくひっぱって取り出してください。

紐だけを強くひっぱったり、紐やボールに爪をたてると破損に繋がる可能性がありますのでお控えください。

長時間使用すると取り出しにくくなるため、20分以上の使用はお控えください。

Q. 1日何分トレーニングするの？

1日20分×2回を推奨します。最初は1日おき、慣れてきたら2-3日おきなどペースをつくっていきましょう。長時間使用すると取り出しにくくなるため、20分以上の使用はお控えください。

Q. 何を選んだらいい？

症状がある方は、軽いものからスタートするのがオススメです。慣れてきたら、徐々に重いものを使って下さい。また症状がない方は、【ヘビー & エクストラヘビー】からスタートしましょう。

Q. お手入れの方法は？

使用の前後には必ず洗浄してください。ぬるま湯で汚れを落とし、専用のクリーナーまたはボディソープやデリケートゾーンソープで洗ってください。表面に傷がつかないようにご注意ください。

Q. 使用中、トイレは行けますか？

トイレに行くときは必ず外して下さい。

Q. 生理中は使えますか？

生理中のご使用はお控えください。

使用上の注意

- 使用前にラブパールと手をしっかり洗浄します。その後リラックスした状態でラブパールを入れてください。紐は必ず外に出してください。
- ラブパールを使用する際は、ウォーターベースのローションを併用することをおすすめします(オイルローションとの併用はお控えください)。
- 1日20分のトレーニングを2回行うのがおすすめです。20分以上継続して使用しないでください。
- 脱着の際は紐部分や本体に爪を立てないようにしてください。破損につながる可能性があります。
- 生理中、入浴中、就寝中、トイレの間は使用をお控えください。
- 使用後はラブパールをしっかりと洗浄して水気を取り、通気性の良い場所で保管してください。

注意事項

- 極端に高温、低温、多湿、直射日光のあたる場所には保管しないでください。
- 違和感を感じた場合はすぐに使用を中止し、医師にご相談ください。
- 妊娠中や1年以内に出産を経験された方は使用前に医師にご相談ください。
- 子どもの手の届かない場所で保管してください。
- 本製品は雑品です。ご使用になる際は自己責任の元で使用ください。他の目的でのご使用責任についても一切負いかねます。

ラブパールは全部で4種類 自分のからだに合わせて選べます。
軽いボールがクリアできたら、重いボールへ変えていきましょう。



LEVEL
01

42g

ラブパール・ライト

レベル01 42g

弱った筋肉用。
出産後の膣リハビリに。

¥3,630(税込)



LEVEL
02

58g

ラブパール・ミディアム

レベル02 58g

ふつうの筋肉用。
将来に向けた日々のケアに。

¥3,630(税込)



LEVEL
01

42g

LEVEL
02

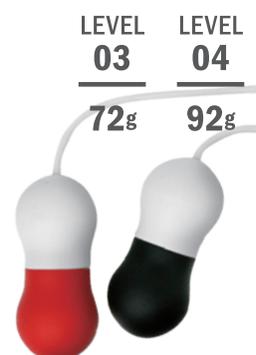
58g

ラブパールセット ライト&ミディアム

レベル01&02 セット

初めての骨盤底筋群
トレーニングセット。

¥5,280(税込)



LEVEL
03

72g

LEVEL
04

92g

ラブパールセット ヘビー & エクストラヘビー

レベル03&04 セット

筋量を増やし、
力を継続させていくために。

¥5,280(税込)

商品に関するお問い合わせは下記までご連絡ください。

ラブパール日本総代理店

有限会社アジュマ 〒113-0033 東京都文京区本郷 7-2-2-2F

お客様お問合せ窓口

info@ajuma-love.com

0120-953-129 (平日 11:00-17:00)

ラブパールについての情報は WEB へ

<https://www.ajumaajuma.com/lovepearl>