

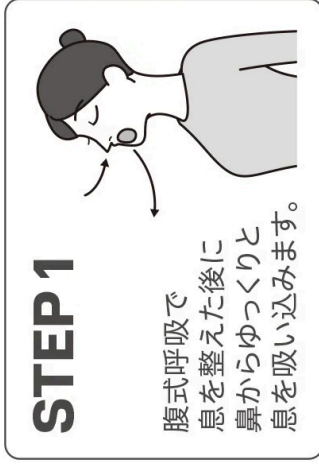
SUUFUU®

●トレーニング方法

※トレーニングは体調等を考慮し、無理をしないで行ってください。

STEP 1～3を1セットとし、1回につき10～20セット程度を1日3回を目安に行ってください。

※吹き始める際に一気に息を吹き込むと破損の原因になりますのでご注意ください。



●保管・メンテナンス方法

- トレーニングでご使用後は、吹き口を取り外し、水洗いするなど清潔に保ってください。
(紙筒部分は紙を使用しているため水洗いはしないでください。)
- 紙筒部分には唾液等水分がたまりやすいので、ご使用後はよく乾燥させてください。
- 保管の際は水気、湿気の多い場所、密閉した容器等を避けて保管してください。
- 湿気により紙筒部分が破れたりする原因となります。

※衛生上の観点から、紙筒部分、吹き口とともに複数人での使い回しは避けてください。