

THANK YOU 50TH ANNIVERSARY



BABA BALLOONER × SDC

女性
500名
限定

3.30 日



健康と美しさを支える
骨盤底筋
トレーニングアプリ

eltr

えるとれ

バルたんエコBagが
もらえるアンケート
実施中！

Welcome♪

バルピンクパーティへようこそ！

女性特有の健康課題を解消する
トレーニングアプリを紹介してます

「えるとれブース(C・Dゲート付近)」

でお待ちしてます



バルたんとお買物しよう♪

アンケートは
こちらから



① 左のQRコードからWebアンケートに
移動して、回答してください

② アンケート回答完了画面をブース内の
スタッフ(ピンク色のジャケット着用)
にご提示ください

※エコBagは当日のみの配布となります



監修 西九州大学リハビリテーション学部講師 坂本飛鳥先生
開発 (株)佐賀電算センター
担当 えるとれウェルビーイングプロジェクト
山田・丹野・澄川



Instagram

最新情報はこちらから！
フォローしてね！



eltr

えるとれ

骨盤底筋トレーニング

骨盤底筋、しっかり鍛えて美しく！

骨盤の底にある筋肉（骨盤底筋）は、内臓を支え、排泄を管理する役割があります。骨盤底筋が衰えると姿勢の崩れや体調不良・尿もれの原因となるため、適切なトレーニングが大切です。

eltr-えるとれ-は、骨盤底筋を鍛えることで身体の不調を解消、よりアクティブに活動できるようになることを目指して作られたトレーニングアプリです。

特徴

01

骨盤底筋力UPに特化した坂本飛鳥先生監修のトレーニング



西九州大学
リハビリテーション学部
講師(医療工学博士)
坂本飛鳥先生

eltrの動画は、
トレーニング&
ストレッチの2種類！
音声ガイダンスや
先生による
丁寧な解説があります

特徴

02

身体の変化を把握できる 3種類の記録



トレーニングの記録

アプリ上で動画を視聴すると自動的に記録されます



体調の記録

5段階の体調を選択できます



排尿の記録

トイレと尿もれの時間と回数を記録でき、身体の状態を把握できます

えるとれ、使ってみました

～アプリモニターさまの声～



40代女性
自営業

続けられるか心配でしたが
やってみて良かったです

自分の身体を大切に
するよい機会になっています



30代女性
会社員

尿もれがいい感じに治まっ
てきた！ズボラな私にも
続けられそうです



40代女性
パート

イベントに出展しました！

メイド・イン・SAGAのアプリとして
コンテストやイベントに出展して
アプリを紹介しました！



さがラボチャレンジカップ(2024年11月)



ファザーリング全国フォーラム(2025年1月)



フェムケアSAGA(2025年2月)

キャラクター名前募集中！

はじめまして！
骨盤底筋をイメージして
作られたキャラクターだよ！
名前を付けてくれる方を
待ってるよ～



※ブースで応募受付しています。お気軽にお声かけください！

