

# 如何選擇適合自己的電腦椅

電腦椅的選擇要考慮到使用者的身高、體重、使用習慣等因素。選擇時應注意椅背的支撐力、坐墊的舒適度以及調整功能。此外，椅子的底座和腳輪也應具備穩定性和靜音效果。

正確的坐姿對於預防腰酸背痛至關重要。使用者應確保腳平放在地面上，大腿與地面平行，並保持自然的S型脊椎曲線。

## 如何調整電腦椅



調整電腦椅時，應先調整椅背高度，使其能支撐到使用者的肩胛骨。接著調整坐墊高度，使使用者的腳能平穩著地。最後調整椅背傾斜角度，使其能支撐到使用者的腰部。

調整電腦椅時，應先調整椅背高度，使其能支撐到使用者的肩胛骨。接著調整坐墊高度，使使用者的腳能平穩著地。最後調整椅背傾斜角度，使其能支撐到使用者的腰部。

調整電腦椅時，應先調整椅背高度，使其能支撐到使用者的肩胛骨。接著調整坐墊高度，使使用者的腳能平穩著地。最後調整椅背傾斜角度，使其能支撐到使用者的腰部。



コネクティブ株式会社

コネクティブ株式会社は、お客様の課題を解決するための最適なソリューションを提供いたします。

<https://co-nect.co.jp/all-in-one>

コネクティブ株式会社は、お客様の課題を解決するための最適なソリューションを提供いたします。