

## スキルアップ研修会 「アライメントから見るスポーツ障害」



【講師】富永 賢介 先生

【日時】令和元年9月1日(日)13～16時

【会場】千葉県鍼灸マッサージ師会研修室

四街道市四街道 1-3-13 山一ビル 202

TEL:043-301-3489 FAX:043-301-3499

【費用】会員・学生 3,000 円、一般 5,000 円

【定員】30 名 ※定員に達し次第締切

【内容】肩関節は運動の中で様々な関節の影響を受けています。特に脊柱、股関節が大切ですが、他の関節の運動性も必要となります。

肩関節の障害は肩だけで起こるものではなく、大切なのは双方向(局所-全身)の動作を見ること。アライメントを見ることで、スポーツの動作を想像しやすくなります。

今回はアライメントの観察から動作の予測をし、実際の動作を確認する方法、肩関節の可動域を改善する方策を学びます。アライメントはその人の重心戦略を反映しており、関節の制限のみでなく、運動における脳のプログラミングや認知力をも反映していると考えられます。

### 《実技》肩関節の可動域を改善する方策

1. 肩甲上腕関節の関節包運動の改善方策
2. 胸鎖関節、肩鎖関節の関節包運動の改善方策
3. 筋膜中継点から考えられる可動域改善方策
4. 筋膜連鎖を考慮したストレッチ
5. 脊柱の可動性改善からの方策
6. 重心戦略からの可動域方策

### 【講師プロフィール】

1991 国立療養所福岡東病院付属リハビリテーション学院 卒業  
 2018 吉備国際大学 保健科学研究科理学療法学専攻 修士課程 入学  
 1991 医療法人恒心会 小倉記念病院 入職  
 2002 独立行政法人 日本スポーツ振興センター 国立スポーツ科学センター医学研究部 入職  
 2006 学校法人 滋慶学園 東京スポーツ・レクリエーション専門学校 理学療法士科 入職  
 2008 東京フットボール株式会社 出向 2010 任期満了  
 2011 学校法人 滋慶学園 東京メディカル・スポーツ専門学校 理学療法士科 入職  
 2018 東洋大学 ラグビー部 トレーナー

スキルアップ研修会 参加申込 **9/1(日)** FAX:043-301-3499 TEL:043-301-3489

お名前			電話番号	
			メールアドレス	
ご住所				
区分	会員	学生(学校名: )	一般	