

整形外科医が教える健康体操教室

2022年11月26日（土）

動作解析から見た「側彎症」

申し訳ありませんが今回の参加は画像上側彎症を指摘されている方に限ります。

側彎症がなぜ起きるのか？

本当の意味で分かっていることは少ないです。本当の意味で生まれつきの側彎症はほぼないこと、成長過程で進行していくものであることからやはり環境要因に大きな原因があると考えられます。

分かりやすく言うと側彎症になりやすい動きをしているから側彎症になると考えられます。

今回の体操教室では側彎症の方の動きの特徴から動きの硬くなっているところ、動作の繋がっていないところに注目して運動療法を進めます。

日時 : 11月26日 17時10分～18時10分

場所 : 病院リハビリテーション室

講師 : 小島正博 整形外科部長

参加料 : 2000円（資料込み）

人数 : 先着10名まで

持ち物 : **水分 タオル 動きやすい服装**

申込み : 当院医事課受付



動作が変化しているのが分かるように動画撮影も行います。変化は見て確認できます。

十分気を付けて行いますが、教室中の怪我等について責任は負えません。