



日本離床学会
教育講座

講座コードR-143



「聴いたことある」から 「アプローチできる」手へ！

ゼロからわかる筋膜アプローチ講座

～基礎知識から臨床での実践法まで～

日 時：2023年2月19日(日) 10:00～16:10

会 場：インターネット生ライブ中継 2週間見逃し視聴期間あり

講 師：人見 里絵先生 (Rolf Release 代表 理学療法士)

対 象：PT・OT・ST・看護師 (左記以外も受講可) ※先着順 定員になり次第締切

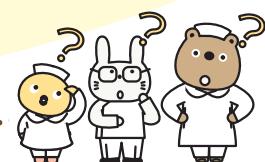
受講料：会員 9,800円(税込) 一般 12,800円(税込)

新入会 会費無料

難易度



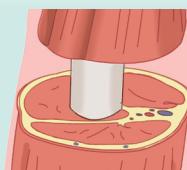
「聴いたことはある」で止まって損していませんか！？



ここ数年で、メディアでも大きく取り上げられるようになった「筋膜」。聴いたことはあるけれど「筋膜とは何なのか」「どの部位なのか」「エビデンスはあるのか」など、疑問を持ったまま止まっています。実はそこで止まっているのは、とても損！筋膜を知ることで、離床時の痛みはもちろん、関節の動きや動作までガラリと変わるので。この講座では筋膜の基礎的な知識から臨床での筋膜アプローチ方法について徹底解説。筋膜の触れ方を学び、自分や患者さんの身体に起こる変化を実感することで、明日からの臨床がもっと楽しくなること間違いなしです！

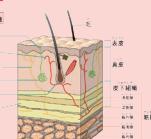
プログラム ① 基礎・エビデンス編

- そもそも筋膜とは？～膜と筋膜・筋膜ネットワーク～
- 第二の骨格としての筋膜～骨ではなく膜が身体を支えている？テンセグリティー理論～
- 超音波とMRIでみる筋膜アプローチの効果と筋膜組織の変化
- ストレッチ vs 筋膜リリースの比較研究～VAS・ROM・心理的指標からみた効果～



プログラム ② 動作と筋膜の関係編

- 筋膜の力伝達～アナトミートレインを例とした筋膜の連続性について～
- 伝達器官としての筋膜～存在する多数の固有感覚器官に着目すべき理由～
- 重力と筋膜～重力を味方にすれば動作も滑らかになる～



プログラム ③ 筋膜アセスメント編

- アウェアネスについて～筋膜に触れる前に準備すべきこと～
- 筋膜の評価～筋膜とその周辺組織のみかた～
- 筋膜の視診・触診・可動性～体で覚える筋膜の硬さ柔らかさ～



プログラム ④ 基本技術編

実演

- まずは筋膜の動きを感じてみよう～筋膜アプローチの基本手技～
- 筋膜のよじれ・ねじれを解きほぐす技～伸張・圧迫・呼吸法～
- 筋膜アプローチの効果を持続するストラクチュアル・インテグレーション



プログラム ⑤ 筋膜アプローチ編

実演

- 離床の動作をスムーズに変える！ハムストリングスに対する筋膜アプローチ
- 膝痛に効く！臀部外側からTFL・下腿外側までの筋膜リリース
- 呼吸状態の改善につなげる！胸郭周囲の筋膜リリース



※この講座は離床アドバイザー習得コースの理論コース1単位を取得できます。

申込方法

- ホームページよりオンライン登録

日本離床学会

検索

お問い合わせ・お申込先

臨床を元気に！ 日本離床学会

〒102-0073 東京都千代田区九段北1-2-12 ブラーレビル2F

ホームページ <https://www.rishou.org/>

TEL 03-3556-5585 FAX 03-6272-9683 Eメール jsea@rishou.org

