

NPO法人生き生き健康の環研究所
会員各位

平成 29 年 2 月 12 日
NPO 法人生き生き健康の環研究所
理事 小原 智永

健康フォーラム開催の報告

拝啓 平素は活動にご協力いただき誠にありがとうございます。平成 29 年 2 月 4 日（土）に静岡医師会との共同イベントとして、健康フォーラムを実施いたしました。昨年、静岡市少年軟式野球の 6 年生を対象に、医師による肘検診と理学療法士によるメディカルチェック（関節可動域や問診、疼痛の有無など）を行い、投球障害の早期発見に貢献しました。今年は、当 NPO が上記のチェックが終了した選手に対し、個別に全身の柔軟性や筋力評価を行い、選手の状態に合わせた運動指導を実施しました。実施した人数は、58 名でした。

実際に指導を行うにあたり、昨年 8 月に実施した当 NPO 主催のスポーツの研修会に参加した者が中心となって実施しました。それ以外にも、他の整形外科クリニックの理学療法士がサポートして頂いたおかげで選手一人一人にケガなく長く野球を続けられるためのケアの重要性とストレッチ等による身体変化が実感してもらえたと思います。

来年度も 2 月の第一土曜日に開催予定であり、医師会の先生方からも来年度も協力依頼を頂き、活動を続けていきたいと考えております。興味のある方は是非スタッフとしてご参加いただき、様々なスキルを磨いていきましょう。

敬具

開催風景



医師による超音波検診と理学療法士によるメディカルチェック



柔軟性チェック



運動指導

以上