

NPO法人生き活き健康の環研究所

会員各位

平成31年2月2日

NPO法人生き活き健康の環研究所

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31年2月2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。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。一昨年同様に、上記のメディカル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、約60名でした。

実際に指導を行うにあたり、当NPOスタッフ1名と3つの整形外科クリニックの理学療法士合計6名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