

令和 8 年 9 月吉日

一般社団法人青森県理学療法士会会員各位
青森県リハビリテーション専門職各位

令和 8 年度 上十三支部研修会開催のお知らせ

支部長 寅谷祥太
学術担当 高村怜未

謹啓

新涼の候、皆様におかれましてはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

また、日頃より青森県理学療法士会上十三支部の活動にご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

この度、上十三支部では昨年度に青森県立保健大学を退官され、現在は岩手県で活動されているよしだ整形外科クリニックの諸橋勇先生をお招きし、体幹機能のコンディショニングについて実技を含め講演いただくことになりました。興味ある方に参加いただけるよう、広く参加を募り開催いたします。たくさんのご参加をお待ちしております。

謹白

記

1. 日時：令和 8 年 11 月 21 日（土） 13：00～17：30（3 コマ）、受付 12：30～
2. 会場：十和田市立中央病院 別館 2 階 講堂
3. 講師：よしだ整形外科クリニック（岩手県）

諸橋 勇先生

4. テーマ：「体幹機能のコンディショニングと治療効果の出る身体運動のつながり」～運動学習できる身体づくりのポイントとは～

概要：臨床で「筋力はあるのに動作が変わらない」「繰り返し練習しているのに、なかなか治療効果につながらない」と感じたことはないでしょうか。身体運動は筋力だけで成立するものではなく、体幹や四肢、感覚、バランスなど、さまざまな要素が協調することで生まれます。なかでも体幹は、四肢を自由に動かし、重心をコントロールするための重要な土台です。では、治療効果につながる身体運動を引き出すために、私たちは何を評価し、どのように身体を整えればよいのでしょうか。多くの場合、四肢の運動を優先して体幹を犠牲にして、そこがネックで動作の改善が進まないことも少なくありません。

本研修会では、体幹機能と身体運動のつながりを「運動学習できる身体づくり」という視点から整理します。さらに講義だけではなく、実技練習を通して、体幹の状態をどのように捉え、どのようにコンディショニングし、動きの変化につなげていくのかを実際に体験していただきます。「知る」だけではなく、「触れる・動かす・変化を感じる」ことで、明日からの評価や治療に活かせる身体の診方とアプローチを、皆さんと一緒に考えていきたいと思います。

<内容>

- ・運動学習に必要な「身体の準備」とは
- ・身体運動を「筋力」だけではなく、身体システムとして捉える考え方
- ・四肢の運動と体幹機能のつながり

- ・体幹機能が重心移動や姿勢・動作に与える影響
- ・「動作練習をしても動きが変わらない」原因を考える臨床推論
- ・体幹機能をみるための評価のポイント（身体軸とは）
- ・【実技】体幹の状態・動きの評価と触診
- ・【実技】運動学習しやすい身体をつくるための体幹コンディショニング
- ・【実技】コンディショニング前後での身体運動の変化を体験

評価 → コンディショニング → 動作練習へつなげる治療展開

- ・明日からの臨床で活用するためのポイント

さらに、一連の研修を通して、理学療法士としてのあり方の気づきを得ることも目標とします。

5. 持ち物：フェイスタオル
6. 服装：動きやすい服装
7. 対象：青森県理学療法士会会員、県士会会員以外の理学療法士、県内の作業療法士
8. 定員：40 名
9. 参加費：青森県理学療法士会会員は無料、
県士会員以外の理学療法士および県内の作業療法士は 500 円（資料代）
（いずれも駐車場代 200 円は自己負担となります）
10. 県士会員への情報：カリキュラムコード 区分 7 89 徒手理学療法
ポイント：登録理学療法士更新（4.5 ポイント）
11. 参加申し込み締め切り：令和 8 年 11 月 14 日（土）17 時まで
参加申し込み希望者は、それぞれ該当する下記申し込みフォームからお申込みください。

以上

* 県士会員用の申し込みフォーム：[令和 8 年度上
十三支部研修会申し込みフォーム（会員用） -
Google フォーム](#)



* 県士会員以外の申し込みフォーム：[令和 8 年度
上十三支部研修会申し込みフォーム（非会員用）
- Google フォーム](#)



【問い合わせ先】

介護老人保健施設とわだ 高村怜未

電話：0176-27-3131（代表）

E-mail: tsubo.no.taka@gmail.com