

## 平成 28 年度第 4 回北九州臨床リハビリテーション勉強会開催のご案内

### ピラティスの基礎とリハビリテーション現場への応用

#### 講演要旨

ピラティスは、日常では意識しにくい呼吸や、身体の軸であり動作の基盤となる背骨・骨盤・胸郭・肩甲骨の適切なポジションを意識しながら、姿勢を支持する体幹の筋肉を中心として、全身を効率的に鍛えることを目的としたメソッドです。

元々は、リハビリのために開発されたプログラムであり、主にマット上で自重の負荷を利用して行う運動が多く、目的と体力レベルに応じて様々なプログラム構成が可能なので、様々な対象者に応用できると考えられます。

今回は、ピラティスの歴史や基礎について紹介し、リハビリテーション現場への応用について提案します。

日 時:平成 28 年 9 月 21 日(水)19:00~21:00(受付 18:20)

講 師:畦山 与里子氏(清家渉クリニック アスレティックトレーナー)

場 所:小倉医療センター 地域医療研修センターかもめ

会 費:会員外参加 4,000 円

#### ■講師プロフィール:畦山与里子(うねやまよりこ)

平成 19 年に久留米大学経済学部卒業後、福岡教育大学大学院修士課程修了。

大学では、アスレティックトレーナー養成コースにて学び、大学院ではスポーツコンディショニング分野の研究室で学ぶ。

大学院卒業後から現在にかけて、清家渉クリニックSPORTS CLUB SMSに在籍し、その傍ら大学・専門学校の非常勤講師、シーガルイン UmiStudio ピラティスインストラクター、各企業への出張ピラティスレッスン、久留米大学アメリカンフットボール部ストレングスコーチなどの仕事を兼任して活動する。

【保有資格】日本体育協会公認アスレティックトレーナー、日本ピラティス協会公認マットピラティスコーチ

出欠は、9 月 14 日(水)までに下記宛にメールでお申し込みください。

**勉強会の予定:●【活動参加に向けてのリハビリテーション】(仮) 淵 雅子先生**

メール:北九州臨床リハビリテーション勉強会総務担当 本田まで  
[kitabem@nifty.com](mailto:kitabem@nifty.com)

北九州臨床リハビリテーション勉強会 HP  
<http://www7a.biglobe.ne.jp/~kitareha/index.html>