

子供たちの身体の健康を考える



氏名 村田 健児 助教

所属 理学療法学科

URL <https://www.spu.ac.jp/academics/db/tabid334.html?pdid=273mura>

研究分野

- 変形性膝関節症の病態メカニズムの解明
- 生活習慣における肩肘痛に対する理学療法
- スポーツ疾患における理学療法

キーワード 少年団、スポーツ、サッカー、野球、肩関節、障害予防、運動、ストレッチ

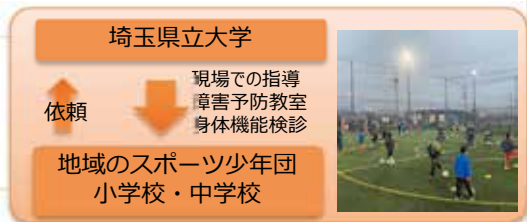


研究シーズの概要

少年団などのスポーツ活動の現場では、「トレーニングを子供たちに指導したいけどやり方がわからない」「ストレッチや運動の方法について専門の人に来てほしいけど、誰に聞けばよいかわからない」「障害予防の講演をしたい」という悩みを抱えている指導者の方は多いのではないのでしょうか。また、「指導者や保護者が身体のことと相談したいけど相談窓口がわからない」「病院まではいかなくていいとは思うけど・・・」とお悩みの方も多くと耳にします。近年では理学療法士が病院や診療所から現場で活動することも増えています。医学的視点とパフォーマンスの両視点から子供たちの障害予防、健康・パフォーマンスに繋がる様々な活動を提案していきます。

特定講座のご提案

子供たちの身体を考える



ストレッチとトレーニングの基本

普段はストレッチをする習慣がない子供たちが自分自身の身体の状態を見つめ直し、怪我予防に対して考える機会を提供していくきっかけにいただければと思います。「トレーニングやストレッチを子供たちに指導したいけどやり方がわからない」、そのような指導者の方は是非ご相談ください

パフォーマンスを上げるための身体の使い方とホームエクササイズ

機能低下を起こさないように柔軟性と筋力を整え、よりパフォーマンスを高めていくにはどのような体の使い方をすればいいのか、ホームエクササイズはどんなことをすればいいのかという視点からストレッチとエクササイズを提供していきます。投球肩障害、オスグット病など、子供たちがなりやすいケガについて具体的に説明し、その対処方法を指導者、保護者、子供たちを対象に講義・実技についてご相談ください

身体に関する健康相談会、障害予防検診、障害予防教室の開催

「誰に聞けばよいかわからない」「病院まではいかなくていいとは思うけど・・・」とお悩みの指導者、保護者の方は身体に関する健康相談会、さらに定期的なメディカルチェックについて障害予防検診、障害予防教室についてご相談ください。尚、障害予防検診については、医師、理学療法士、トレーナーとともにお手伝いさせていただきます