

事業報告書（東部地区 富士支部）

事業名称	スポーツ障がい予防イベント	開催日	令和6年11月9日（土）
開催場所	シラトリ富士ジャンボ店	開催時間	13：00～17：00
参加者	一般参加：29名 静岡県理学療法士会員：2名		

【活動内容】

【実施内容】

- 1) 重心動揺計使用してのバランスチェック
- 2) 柔軟性テスト（しゃがみこみ スクラッチテスト エリーテスト トーマステスト
SLR 股関節内外旋テスト FFD 肘屈曲伸展テスト）
- 3) ストレッチ指導
- 4) アンケート（スポーツ歴、理学療法士を知っているか、運動で痛みを感じた時にどこへ行くか等）

【一般参加者の声】

- ・ストレッチの動画を見ることがあるが、実際の指導で伸ばされる感じが得られ良かった。
- ・子供の踵の痛みが、重心の位置や体の硬さにも原因があることが知れて良かった。



景の写真等を

