

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キャラバン	開催日	令和8年5月16日
開催場所	スポーピアシラトリ富士店	開催時間	13:30-15:30
参加者	一般参加：20名 静岡県理学療法士会員：2名		

【活動内容】

スポーツ店の一角をお借りし、スポーツ障がい予防キャラバンとして、理学療法士の啓発をはかる活動を行いました。

【実施内容】

- ①重心動揺計を使用し、重心のチェック
- ②身体の硬さチェック ストレッチ指導
- ③アンケート

【感想】

- ・自分の身体の重心がどのようになっていたか知ることができた。
- ・身体の硬さを知ることが出来た。

理学療法士が、病院の外で活動するという事は、違ったエネルギーが必要なことでもあります、興味をもって立ち寄ってくださる方々との対話は、ありがたさを感じる良い経験になりました。

