



# 川平法を自分達で 奈良教室

## 1. 挨拶・ショートレクチャー

講師

理学療法士 和田 守谷  
梅本 田中

2024年4月28日（日）に研修会を開催しました。

今回は10組計22名が参加しました。

また、ショートレクチャーでは、脳の可塑性、反復練習のタイミングや睡眠の重要性に対してでした。



## 2. 実技練習・自主トレ

川平法（上肢）

- ①肩関節外転（背臥位）
- ②肩関節屈曲（背臥位）
- ③肘関節伸展（背臥位）
- ④手指の伸展と手関節の背屈（背臥位）

自主トレとして肩関節や手指のストレッチを実施しました。



## 3. 情報交換会

自身の近況報告を中心に情報交換会を実施しました。多くの参加者からよい経験談を聞くことができました。本研修会の参加により、知識を得られる他、治療のモチベーションに繋がるなどのご意見をいただきました。

次回は2024年5月19日（日）午前10時より阪奈中央リハビリテーション専門学校で開催します。次回は第3週日曜日の開催となります。ホームページより申し込みください。