

「フェルデンクライス・メソッド®ワークショップ in 札幌 ～呼吸・胸郭編～」

このたび、札幌市にてフェルデンクライス・メソッドのワークショップを開催いたします。フェルデンクライス・メソッドは、各国の理学療法士、作業療法士の間でも広く導入されるようになりました。従来の運動器系を偏重した方法や手技ではなく、対象者自らが学習プロセスを認識し、自己の身体の変化に気づき効率の良い身体の使用法を日常化していく体性感覚へのアプローチです。今回は、「呼吸・胸郭編」と題してフェルデンクライス・メソッドの観点から探索します。呼吸・胸郭の動きは全身に多大な影響を与え、姿勢や動きだけでなく精神面にも関与しています。動きの可能性や動きのつながりを感じながら、様々な動作への影響について実習を通して探求します。

《フェルデンクライス・メソッドとは…》

小さな動きを通して体感を高めるメソッドでATM（動きを通しての気づき）とFI（機能統合）に大別されます。とりわけリハビリテーションでは身体の機能性を再調整していく手法として有効な手段になるものといえます。フェルデンクライス・メソッドに触れて、自身の身体に対する気づきを高めるとともに、臨床場面におけるタッチの感覚を向上させます。また、対象者のわずかな動きを感じとる能力も身につきます。動きのつながりや、効率的で無駄のない動きに導く手がかりを発見でき、日常の臨床場面に即活用できると思います。

【プログラム】

- ◇ 呼吸について探求する
- ◇ 胸郭の動きを探求する
- ◇ 効率的な動きを身につける
- ◇ 動作や姿勢への影響を感じる
- ◇ 実習を通して、機能統合を図る



【日時】 平成 24 年 10 月 7 日（日） 9:30～16:30（受付開始 9:00）

【会場】 医療法人三草会クラーク病院（〒065-0042 札幌市東区本町 2 条 4 丁目 8-20）

【対象】 理学療法士、作業療法士、その他身体に興味のある方など資格は問いません。

【定員】 30 名（先着順） 【参加費】 6,000 円 【準備物】 大判のバスタオル 2 枚と動きやすい服装

【講師】 森近 貴幸（PhysioStyle /フェルデンクライス岡山代表）:フェルデンクライス®プラクティショナー、理学療法士

【主催】 フェルデンクライス岡山 <http://okayamafeldenkrais.web.fc2.com/>

【後援】 日本フェルデンクライス協会

[お申込み] E-mail : okayamafelden@gmail.com

(1)希望会場 (2)氏名 (3)所属 (4)職種 (5)パソコンからのメールが受け取れる、連絡先メールアドレス を明記してください。