

姿勢改善計画と用具活用

姿勢改善計画

姿勢保持機能回復期 スタート～ 1か月、2か月、3か月～

B-T R、サンダル等の活用

- 1 足部の機能回復 (弛緩した足部の回復)
姿勢保持反応を高める (足部の支点保持力の回復)
骨格形状からの特徴の改善 (歪みや脚部の弛み)

改善運動指導

- 2 骨盤前後位置の調整 (足部改善運動による前後位置調整と拮抗による維持)
- 3 骨盤前後傾斜の調整 (股関節改善運動による前後傾斜調整と拮抗による維持)
- 4 骨盤左右回旋の調整 (足部改善運動による左右回旋調整と拮抗による維持)

楽座衛門の活用 スタート～ 1か月、2か月、3か月～

- 5 骨盤左右傾斜の調整 (適正位置の判断、仙骨腰椎の鉛直方向調整)
- 6 骨盤左右回旋の調整 (腰椎、胸椎の回旋障害を確認調整)

改善運動指導

- 7 回旋調整 (調整運動で回旋可動範囲を調整して拮抗)
- 8 腰椎左右傾斜の側弯調整 (左右傾斜の確認、楽座衛門の位置確認)
- 9 胸椎回旋調整 (操体法による調整と拮抗)
- 10 胸椎側弯調整 (傾斜、スライドの調整と拮抗)

運動機能障害、姿勢改善期

CMI (カスタムメイド) の活用 2か月目 ～

- 11 骨盤左右位置の調整
立位骨盤左右回旋の調整、立位骨盤左右傾斜の調整、足部内外転の調整
足部内向き、外向きの調整、股関節内股、外股調整、足部と膝関節の方向調整
- 12 姿勢改善運動指導
歪み、疾病、運動機能障害の回復に向けての運動指導
鉛直に向けての姿勢改善指導、運動機能の回復に向けての障害となる部位確認)

定期姿勢確認 毎月、隔月、3か月毎、講演会・セミナー開催

運動指導内容の追加、用具の使用頻度確認、用具の劣化状況確認、シューズの劣化状況確認

運動指導

個別姿勢維持運動指導、歩行指導、呼吸法指導、履物指導 など