

## 1 月職員研修

1 月 2 0 日、午後 7 時からツカザキ記念病院リハビリテーション科 理学療法士田原光宏先生を講師にお招きし、職員 3 0 名が参加して肩（症状）について勉強しました。

肩の痛みについて何が原因で痛みが出ているのか？ そしてそれぞれの治療法についてお話いただきました。

そして、肩の治療（リハビリ）については、肩は 1 つの関節でないから始める前に首の動き・肩甲骨の動きの体操を取り入れてから肩の体操をすることが大切であることを実際に体験しながら学びました。

最後に診断フローチャートで肩の自己診断を行いタイプ 1 から 5 までに自分のタイプ・対処法や治療法を知ることができました。

