



正しい姿勢づくりによるスポーツ障害ケアの実践

我が国では、多くのスポーツ障害が17歳以下で発生しています。これは身体が未発達の育成期に競技スキルのトレーニングを過剰に課すことに起因していると言われます。(オーバーユース)

スポーツチーム・サポートプログラムでは、育成期に身体のベースとなる理想的な姿勢をつくり、そのうえで基礎的な身体能力を向上させ、競技トレーニングに耐えられる身体をつくることを重視します。

本プロジェクトにおけるスポーツ障害ケアは、全国に4万5千の治療施設を持つ整骨院を中心に提供します。各段階に必要なケア技術・システム、トレーニングプログラムはスポーツドクターなど専門家との連携で提供するほか、スポーツ専門店・メーカーなど企業の支援で啓蒙活動も実施します。

競技スキル向上 (専門的トレーニング)	競技別のトレーニングプログラム提供 外傷障害ケア・リハビリ提供
基礎体力・運動神経向上 (基礎的トレーニング)	SAQトレーニング等による身体能力向上
姿勢ケア・生活習慣指導 (正しい姿勢づくり)	ケアプリントによる姿勢改善・指導 健康教室などによる啓蒙・運動指導

スポーツチーム サポートプログラム

- ・ 施術技術提供
- ・ トレーニング技術指導
- ・ ケアシステム提供
- ・ プロモーション支援
- ・ スポーツチーム紹介
- ・ スポーツ専門医連携
- ・ 競技別育成プログラム