

バイラテラル・センタリングアプローチ

～運動連鎖アプローチの臨床思考過程と臨床推論を紐解く!～

DVD VIDEO
商品番号/ME166-S
全3巻 24,000円+税
(分売不可・送料別)

ME166-1 使える体幹とセンタリングアプローチ

62min.

使える体幹を構築する上で重要となる考え方、「固定」と「安定」について解説します。さらに、動的安定性を伴ったエクササイズや姿勢制御の評価方法をご紹介します。

■イントロダクション

■使える体幹 I

- ①固定と安定の違い ②体幹トレーニング
③センタリング ④センタリングマッスルが一番働いた状態をつくる

■使える体幹 II

- ①「固める体幹」と「使える体幹」 ②動的安定性と歩行
③動的安定性とドローイン

■バランスアイテムを用いたセンタリングアプローチ

- ①バランスパッド ②リハビリボール
③ストレッチボール ④ムービングディスク

■姿勢制御の評価

- ①動きのキャパシティ
②前額面 ③矢状面
④水平面



ME166-2 バイラテラルに捉えたセンタリング

56min.

センタリングは前後左右上下の比較検討によって決まります。ここでは、バイラテラルに捉えた体幹の評価方法と、動きのキャパシティを広げ、動的安定性を高めるバイラテラル・センタリングアプローチについて解説します。

■センタリングとバイラテラル

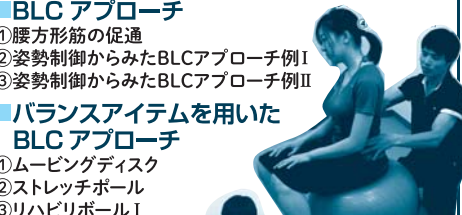
- ①センタリングの芯 ②前後バランス ③左右バランス

■BLCアプローチ

- ①腰方形筋の促進
②姿勢制御からみたBLCアプローチ例I
③姿勢制御からみたBLCアプローチ例II

■バランスアイテムを用いたBLCアプローチ

- ①ムービングディスク
②ストレッチボール
③リハビリボールI
④リハビリボールII
⑤バランスパッド



現在、体幹は身体部位の呼称ではなく、身体機能を表す記号として進化しています。

体幹の主な機能には固定と安定がありますが、臨床では、「固める」という要素が強調されがちで、それは「固まっている」体幹、つまり動的安定性を欠いたものとなります。大切なのは、見た目上、体幹を動かさないということではなく、動きをコントロールするための機能として動く、「使える体幹」をつくることです。

体幹に対するアプローチはエクササイズが主になりますが、正しい方法で行わなければ体幹機能を高めることは出来ません。このDVDでは、運動連鎖アプローチの観点から「使える体幹」の最新理論を解説します。センタリングという、元に戻る修正能力、そしてそれを姿勢制御の観点からみたバイラテラル・センタリングアプローチ (BLCアプローチ) について、その臨床思考過程と臨床推論に焦点を当てた内容となっています。臨床においてどのような対象であっても対応するためには、画一的な方法ではなく、臨床思考過程と臨床推論を構築し、身に付けた知識・技術を最大限に活かすことが必要です。是非このDVDをご覧いただき、臨床現場でご活用ください!

動きの幅を広げ、動的安定性を高める!使える体幹“**TAIKAN**”の最新理論!

サンプルムービー配信中! www.japanlaim.co.jp/ ジャパンライム ME166 検索

お申し込み方法

- ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはDVD通販サイト (www.japanlaim.co.jp/)にてお申込みください。受注確認後3~6営業日後でお届けします。
○送料は1回につき500円+税。

ハガキ
見本

商品番号●●

お名前(フリガナ)
ご住所/TEL
(勤務先 or 自宅)
お支払方法
納品希望曜日

お支払い方法

- 到着日指定で「代金引換(手数料無料)」の宅便でお送りします。
○カード(VISA、MASTER、AMEX、他)もご利用できます(分割可)。

©映像コンテンツサービスの企画・制作・販売

JLC ジャパンライム株式会社

TEL.03(5840)9980

〒113-0033 東京都文京区本郷 5-25-14 本郷竹下ビル4F

FAX.03(3818)6656