ReaLine®

DVD VIDEO

アスリートから高齢者まで関節のゆがみを整える

「リアライン・コンセプト」

下肢編

理学療法に新たな概念の登場！

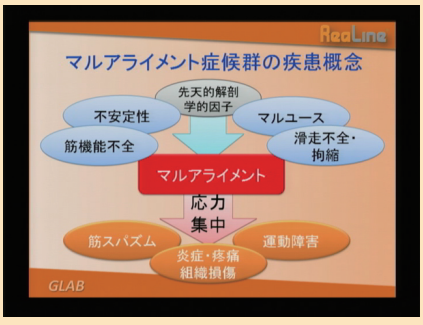
■指導解説：蒲田 和芳
広島国際大学保健医療学部理学療法学科 准教授
株式会社GLAB 代表取締役
■モ デ ル：窪田 智史（広島国際大学大学院、理学療法士）
藤岡 早希
■協　　力：広島国際大学、株式会社GLAB

DVD No. ME89-S
全3枚 21,000円+税
［各枚 7,000円+税］〈送料別〉

理論が解る、実践の仕方が解る！

このDVDでは“リアライン・コンセプト”に基づくリハビリテーションについて紹介しています。
私たちの関節には、知らないうちに歪みや異常な運動が起こっており、代表的な関節の問題としては外反母趾、扁平足、膝の回旋異常、骨盤の歪みなどが挙げられます。
このような関節の歪みを修正し、再び正常なアライメントに戻すこと、これがリアラインの意味するところです。
リアラインには、運動療法、補装具療法、徒手療法の３つの手段を用います。
このDVDでは、各身体部位別にリアラインの方法を解説しています。
“リアライン・コンセプト”に基づくリハビリテーションが、関節の痛みや不調に悩む方に役立つことを切に願っています。

ME89-1 | 総論／足部 | 73分



この巻では、「リアライン・コンセプト」の考え方と、幅広い年齢層でみられる扁平足や外反母趾などの足部変形に対する、リアライン・コンセプトに基づくリハビリテーションについて紹介する。

■〈総論：“リアライン・コンセプト”とは〉
■〈足　部〉～扁平足や外反母趾への対策～
▶イントロダクション
▶Chapter 1　足部のマルアライメント
▶Chapter 2　足部の“リアライン”
▶Chapter 3　足部のスタビライズ
▶Chapter 4　足部疾患の診かた

ME89-2 | 足関節 | 43分

この巻では、足関節の代表的な整形外科疾患である足関節捻挫に焦点を当て、リアライン・コンセプトに基づく足関節のリハビリテーションを紹介する。

▶イントロダクション
▶Chapter 1　慢性足関節不安定症（足関節捻挫）
▶Chapter 2　足関節の評価
▶Chapter 3　足関節のリアライン
▶Chapter 4　足関節のスタビライズ

ME89-3 | 膝関節 | 77分

種々の膝関節疾患を注意深く観察すると、ある一定のマルアライメントが認められますが、そのアライメントを改善することによる膝関節のリハビリテーションについて紹介する。

▶イントロダクション
▶Chapter 1　膝関節にみられるマルアライメント
▶Chapter 2　脛骨大腿関節のリアライン
▶Chapter 3　膝蓋大腿関節のリアライン
▶Chapter 4　下肢ローカルリアライメント（各下肢関節の簡便な評価とエクササイズ）
▶Chapter 5　膝関節のスタビライズ

各巻案内は裏面へ

●お申し込み・お問い合せは、お気軽に……

JLC ジャパンライム株式会社
〒113-0033 東京都文京区本郷５－25－14
TEL. 03-5840-9980
FAX. 03-3818-6656
http://www.japanlaim.co.jp

●オンラインショップでは、メール会員募集中!!　サンプルムービー配信中!!

お申し込み方法

●ご希望のDVD No.を指定し、電話かFAX、ハガキ、もしくはホームページにてお申し込みください。
●お名前／ご住所：電話／お勤め先：電話／お支払い方法をご連絡ください。
●送料は何枚でも741円＋税です。

⬇記入例
●DVD No.
●お名前
●ご住所／TEL
●お勤め先／TEL
●お支払い方法

お支払い方法

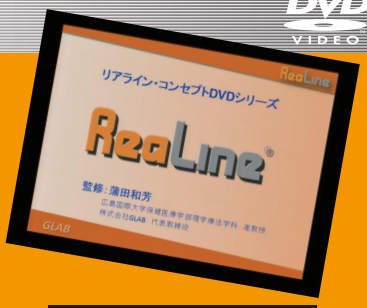
●到着日指定の「代金引き換え」の宅配便でお送りします。
●病院・学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合は、必要書類は担当者までお申し付けください。
●カード（JCB、VISA、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、ダイナース、クレディセゾン、アメリカンエキスプレス、イオンクレジット、TOP&カード）もご利用できます。

2011.06

リハビリテーション必修アイテム！

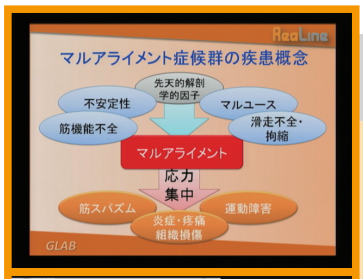
アスリートから高齢者まで関節のゆがみを整える「リアライン・コンセプト」

下肢編



DVD No. ME89-S
全3枚 21,000円+税
[各枚 7,000円+税]〈送料別〉

■指導解説：蒲田 和芳（広島国際大学保健医療学部理学療法学科 准教授／株式会社GLAB 代表取締役）
■モ デ ル：窪田 智史（広島国際大学大学院、理学療法士）、藤岡 早希　■協力：広島国際大学、株式会社GLAB



ME89-1 | 総論／足部 | 73分

この巻では、「リアライン・コンセプト」の考え方と、幅広い年齢層でみられる扁平足や外反母趾などの足部変形に対する、リアライン・コンセプトに基づくリハビリテーションについて紹介する。

■〈総論：“リアライン・コンセプト”とは〉
- ●リアライン・コンセプト
- ●リハビリテーションとマルアライメント
- ●マルアライメント症候群の疾患概念
- ●リアライン治療の概念
- ●リアラインの方法（リアライン・エクササイズ、リアライン・デバイス、マニュアル・リアライン）など

■〈足　部〉～扁平足や外反母趾への対策～

▶イントロダクション

▶Chapter 1　足部のマルアライメント
- ●理想の足部アーチとは
- ●代表的な足部変形
- ●足部評価のポイント（ショパール関節可動、立方骨アライメント、第５中足骨底、楔状骨可動性、中足骨、中足趾節間（MP）関節）
- ●荷重位での検査（荷重位アライメント、片足スクワットテスト、ニースイングテスト、下腿前傾可動域、骨盤回旋テスト）

▶Chapter 2　足部の“リアライン”
- ●リアライン治療の概念と目的
- ●リアライン・エクササイズ（竹踏み：立方骨モビライゼーション、楔状骨モビライゼーション、足趾伸展ストレッチ）
- ●マニュアル・リアライン（立方骨リリース、第１・第５中足骨底リリース、楔状骨・中足骨間モビライゼーション、足部の立体的ドーム構造形成の確認）
- ●リアライン・デバイス：リアライン・インソール（目的と対象、フィッティング法、効果判定、痛みや不快感への対応）
- ●リアライン・デバイス：リアライン・インソール・フェム

▶Chapter 3　足部のスタビライズ
- ●スタビライズの目的
- ●代表的なエクササイズ（タオルギャザー、横アーチスクワット、横アーチカーフレイズ）

▶Chapter 4　足部疾患の診かた
- ●母趾の障害
- ●内側アーチの破綻
- ●横アーチ破綻
- ●外側アーチの破綻

ME89-2 | 足関節 | 43分

この巻では、足関節の代表的な整形外科疾患である足関節捻挫に焦点を当て、リアライン・コンセプトに基づく足関節のリハビリテーションを紹介する。

▶イントロダクション

▶Chapter 1　慢性足関節不安定症　（足関節捻挫）

▶Chapter 2　足関節の評価
- ●非荷重位での検査（内反ストレス、前方引き出し、外反ストレス、中間位背屈、背屈位内果・舟状骨間距離の測定、モータイステスト、底屈位外転）
- ●荷重位での検査（荷重位アライメント、片足スクワット、下腿前傾テスト、ニースイングテスト、ニーアウトテスト、カーフレイズテスト）

▶Chapter 3　足関節のリアライン
- ●リアライン治療の概念と目的
- ●リアライン・エクササイズ（背屈・内転エクササイズ、ニーアウトエクササイズ、サイドランジ、フロントランジ、カーフレイズ）
- ●マニュアル・リアライン（立方骨と足底脂肪体のリリース、屈筋支帯リリース、内果上方リリース、距骨背屈位・内転モビライゼーション、伸筋支帯リリース、前脛骨筋腱リリース）
- ●リアライン・デバイス

▶Chapter 4　足関節のスタビライズ
- ●スタビライズの目的と方法
- ●OKCでのエクササイズ（足関節チュービング）
- ●CKCでのエクササイズ：リアライン・バランスシューズ足関節用（準備運動、スクワット、ランジ、各種ステップ、各種ジャンプなど）

ME89-3 | 膝関節 | 77分

種々の膝関節疾患を注意深く観察すると、ある一定のマルアライメントが認められますが、そのアライメントを改善することによる膝関節のリハビリテーションについて紹介する。

▶イントロダクション

▶Chapter 1　膝関節にみられるマルアライメント

▶Chapter 2　脛骨大腿関節のリアライン
- ●非荷重位での検査（Q-angle、膝過伸展、バウンシングテスト、端坐位膝外旋・伸展、前内方・後外方・後内方モビリティテスト）
- ●荷重位での検査（立位Q-angle、片足スクワット、ニースィングテスト）
- ●リアライン・エクササイズ（RRRプログラム端座位・背位・立位、レッグブレス）
- ●マニュアル・リアライン（脛骨内側顆の後方移動、脛骨外側顆の前方移動、ハムストリングスリリース、大腿二頭筋リリース、腓腹筋外側頭リリース、大腿四頭筋リリース、膝蓋下脂肪体リリース）
- ●リアライン・デバイス

▶Chapter 3　膝蓋大腿関節のリアライン
- ●非荷重位での検査（Q-angle、アクティブ・クアドリセプス・プル・テスト、Sulcus top compression sign、膝蓋骨アライメント、膝蓋骨下方滑動性テスト）
- ●荷重位での検査（立位Q-angle、立位Sulcus top compression sign、荷重位膝蓋骨アライメント、片足スクワット）
- ●リアライン・エクササイズ（荷重・内旋位セッティング、内旋位伸展チュービング、ニーアウトスクワット）
- ●マニュアル・リアライン（大転子リリース、大腿二頭筋リリース、膝蓋骨内方・下方モビライゼーション）
- ●リアライン・デバイス

▶Chapter 4　下肢ローカルリアライメント（各下肢関節の簡便な評価とエクササイズ）
- ●骨盤（骨盤ローリングテスト、骨盤ローリングエクササイズ）
- ●股関節（股関節屈曲テスト、ワイパーエクササイズ）
- ●膝関節（ニースィングテスト、RRRプログラム、ニーアウトスクワット、サイドランジ）
- ●足関節（ニーアウトテスト、ニーアウトエクササイズ）
- ●足部（ニースィングテスト、竹踏み、リアライン・インソール）

▶Chapter 5　膝関節のスタビライズ
- ●スタビライズの目的と方法
- ●OKCでのエクササイズ（大腿四頭筋セッティング、アンロッキングエクササイズ、SLR、遠位枕を用いた下腿内旋位セッティング、近位枕を用いた大腿四頭筋セッティング）
- ●CKCでのエクササイズ：リアライン・バランスシューズ膝関節用（可動域確認、各種スクワット、ランジ、各種ステップ、各種ジャンプなど）

お申し込み
お問い合せ
JLC ジャパンライム株式会社　〒113-0033　東京都文京区本郷５－25－14
TEL. 03-5840-9980　FAX. 03-3818-6656　http://www.japanlaim.co.jp