★**下肢（膝関節・足部）への徒手的アプローチ**

運動機能障害により膝の痛みが生じている場合、アライメントや身体の使い方の修正は重要となります。

しかし、症状が慢性化している場合、それらの介入を行っても膝関節周囲に残存する局所的な制限によって痛みが続いているケースもみられます。

本セミナーでは膝関節を含む、大腿・下腿・足部の軟部組織の局所的な機能障害に対して、ピンポイントで制限を捉えて改善させる徒手的な技法を、手技療法の基本を踏まえながらご紹介します。

なお、ベーシックでは基本技法の確認と共に、技術以前に大切な『身体で動かす・感じる』を、アドバンスでは技法のレパートリーを増やしつつ『気づく（見えてくる）触診』へのポイントもご紹介します。

関心をお持ちの方、どうぞご参加ください。

**3月15日㈯18～21時**

■ベーシック～　『身体で動かす・身体で感じる』を身体で覚える

“手技はやり方が色々あって難しいもの（セミナー参加者の声から）”

そのような印象をお持ちの方も少なくないようです。

手技療法には様々な技法ありますが、もともとは痛いところに手を当てるという本能的な行為から発展した、私たちにとってもっとも身近なケアの手法です。

その基本は「伸ばす・押さえる・滑らせる」であり、実施にあたっては「身体を使って操作する」ということがポイントになります。

また、評価としての触診も手指の感覚だけではなく「身体全体で感じる」ことが大切です。

ベーシックでは、基本自術以前に大切な「身体を使って動かし・感じる」ことを遊び感覚で練習しながら、手技に馴染んでいただくことを目的にしています。

冒頭の声は以下のように続きます。

「“手技はやり方が色々あって難しいもの”そんなイメージが払拭できたセミナーでした」

**3月16日㈰10～17時**

■アドバンス～ 『探す（見る）触診』から『気づく（見えてくる）触診』へステップアップするポイント

アドバンスでは技術のレパートリーを増やすことに加え、骨盤を対象としながら『探す（見る）触診』から『気づく（見えてくる）触診』ができるようになるためのポイントもお伝えします。

機能障害がどこに存在するのか、はじめは探して見つけ出すように触診するでしょう。

しかし、『探す触診』は集中力を必要とするため疲労しやすくもあります。

これに対して、制限が見えてくるかのような感覚を持つ『気づく触診』は、リラックスして触れやすいため疲労もしにくく、触診の感度はより高くなるため、個体差に応じたアプローチもより行いやすくなります。

今回は、気づく触診を習得し、実践するための技術的なポイントも合わせてご紹介いたします。

器用な人ならセンスで身につけるものを、技術を分解整理して言語化することで、より多くの方が習得しやすいようにまとめています。

興味をお持ちの方、どうぞご参加ください。

※下肢の解剖学・運動学につきましては、必要に応じ教科書程度の内容で結構ですので、予め復習なさっておいてください。