

# 過緊張を和らげる上田法 体験コース in 東京2023

脳性まひの方や脳血管障害後遺症をお持ちの方は、自らの意志では制御が難しい筋肉や筋膜の過度な緊張、時には低すぎる筋活動、また不安定な筋活動の変動に苦しんでいらっしゃるかもしれません。これらの筋活動や緊張の異常は身体活動の様々な場面に悪い影響を及ぼしています。ここで言う身体活動には呼吸運動・摂食や嚥下動作・消化や排泄のための消化器官の運動等といった**生命維持活動**が含まれるほか、見る・聴く・触れる等の身体運動を伴った**知覚認知活動**や顔の表情や発語による**表現活動**、手による操作・製作、全身を使った**移動運動**等が含まれます。痛みや不快感、過度の努力を要する身体活動は回り回って過緊張を更に強めてしまいます。このような悪影響の循環は骨や関節の変形や拘縮、運動制限や機能の低下をもたらし重症の場合には生命の危険につながります。

様々な身体活動障害の最大の関連要因になっている筋肉や筋膜の過度な緊張ですが、それは脳の障害によってのみ引き起こされるものではありません。今回ご紹介する上田法は過緊張に対して様々な側面からアプローチする方法であり、過度な緊張をその程度において最も大きく低下させ、持続時間において最も長い効果をもたらし、訓練を受ける者の負担において最も軽度であり優しく心地よい方法です。

上田法の講習会はPTやOTに対してのみならず、様々な職種の方や保護者の方にも門戸を開いています。是非ご自身の目でお確かめください。

開催日時	令和5年11月3日(金・祝) 9:30~16:30(受付 9:10~)
会場	萩中集会場 (東京都大田区萩中3丁目25-8)
対象	○ 障害児・者の当人やご家族の方 ○ 障害児・者を対象にお仕事されている方

## 講師・インストラクター

江藤 隆夫 九州小児療育研究会 楽塾 理学療法士 上田法シニア国際インストラクター  
大塚 明美 九州小児療育研究会 楽塾 理学療法士 上田法国際インストラクター  
田中 佐和子 株式会社INTERACTION 訪問看護ステーションコアサポート 看護師  
上田法アシスタントインストラクター

- 内容:**
- 1.「百聞は一見に如かず」 上田法治療デモンストレーション
  - 2.上田法実施者の紹介  
日々の仕事や生活に上田法を取り入れている教員や福祉施設職員、保護者の方々のインタビュー動画を見ていただきます。
  - 3.看護師が行った上田法実践例の紹介 ~ケアの技法の一つとして新たな視点~
- 受講料:** 医師、PT、OT、ST、看護師などの医療従事者、障害児・者の支援者 5000円  
障害児のご家族 人家族につき 2000円
- 募集定員:** 30名 (定員になり次第締め切らせていただきます)
- 主催:** 上田法治療研究会
- 協賛:** 株式会社あいりす
- 申し込み方法:** Eメールで下記の必要事項を記入しお申し込みください  
①名前(ふりがな \*親子での参加は両名お願いいたします)  
②連絡先(当日に連絡が可能なもの) ③職種 ④勤務先

申し込み方法・お問い合わせ先 : [ranman0122@yahoo.co.jp](mailto:ranman0122@yahoo.co.jp)

事務局 景山 敏直(株式会社あいりす 理学療法士)