

My Funa

2
月号

February 2018

旭中学校卓球部
平成29年度秋季市民卓球大会(中学生の部)
男子団体優勝



特集

特集1 船橋ゆかりの音楽家たち

特集2 船橋の小・中・高 定期演奏会日程表

船橋を語ろう!

船橋市認可外保育所連絡会 代表 佐久間 勉 氏

ぐるり船橋街めぐり

JR船橋駅南口周辺

船橋市内で
働こう!
求人情報
も要チェック!
P26・27お得情報
けいじ板に
載ってるよ!

No. 391

My Funa ねっと 毎日、船橋の今をニュースとして配信中!! My Funa のバックナンバーもネットで配信しています!!

まいふな 検索

My Funa 編集部をフォローしよう!

facebook

で ふなばし再発見

検索

instagram

で #myfuna

検索

Twitter

で myfuna 検索



船橋の病院

予防医療に力を入れて、健康寿命を延ばす



院長／大数加光治

おおさか整形外科

住 船橋市東船橋1-22-8
 ☎ 047-411-0777
 診 8:30~12:30
 14:30~17:30
 土 8:30~12:30
 休 木・日・祝日

おおさか整形

ロコモティブシンドロームとは

「予防医療に力を入れて、健康寿命を延ばす」
 のか、医師と理学療法士が連携して全身を調べ、患者さん一人一人とじっくり向きあうよう心掛けています」と大数加さん。

2007年に日本整形外科学会は超高齢社会となる未来を見据え、ロコモという概念を提唱した。ロコモは筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器に障害が起り、「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態のこと。進行すると日常生活にも支障が生じる。

同院ではロコモの認知度を向上し健康寿命を延ばすために、約2カ月に1回、「転ばぬ先の体操教室」と題した無料講座を開催。また同院は「ロコモチャレンジ! 推進協議会」に参加しているため、講座の中でロコモを総合的に評価するための尺度をはかるロコモ度テストも実施する。2013年10月から開催している同講座は、毎回新しい話題を取り入れながらテーマを変えた講義と実際に体を動かして運動法を学ぶ。23回目となる2月10日は、最近話題となっている「筋膜リリース」にスポットを当てている。

「ロコモ予防で健康寿命を延ばし、地域医療に貢献していきたい」と大数加さん。

お

おすか整形外科は2012年3月に開業、骨や関節の一般的な整形外科的診療だけでなく、予防医療にも力を入れており、運動用の設備・用具も数多く設置し、リハビリテーションを行う環境も整えている。近年ではロコモティブシンドロームの予防に特に力を入れている。

「肩こり、腰痛、関節痛など慢性的な疾患に対して、電気治療やマッサージは一時的に痛みが緩和されますが、本質的な体の改善にはつながらない」と話すのは同院長の大数加光治さん。外部からのマッサー

ジなどは芯部の筋肉まで到達しない。自分で体を動かし、地道な努力を続けることで症状が緩和されるのだという。「通院時のリハビリだけでは限界があるので、通院で学んだ運動方法を自宅でも日常的に実践し続けることが大切」と大数加さん。

同院では医師と理学療法士が緊密に連携し、診察とリハビリを必ず同時に行っている。そうすることで、どの程度痛みが改善されたか、また運動方法があっているかどうかを確かめることができ、適切な診断につながるという。「痛みがどこからきてい

劇場公開作品 映画『きらきら眼鏡』

めざせ、船橋上映!!

船橋市民が多く制作に参加した映画『きらきら眼鏡』。市内の映画館TOHOシネマズららぽーと船橋さんでの上映実現に向けて、現在署名活動を行っています!! 船橋での上映を成功させて、全国公開や海外公開につなげましょう!! 署名活動の詳細は、ホームページをご覧ください。締め切りは1月末まで。劇場公開は2018年秋を予定しております!!

●出演：金井浩人、池脇千鶴、安藤政信
 ●監督：犬童一利 ●配給：S-D-P ●2018年公開
 ●森沢明夫/双葉社
 ©2017「きらきら眼鏡」製作委員会



家庭教師のトライ から生まれた個別指導塾



トライ+プラス 個別指導

無料体験 教室見学
 随時受付中!!

来校記念
 特典あり
 (先着20名)

タケダホーム
 サミットストア
 西口
 ひがしん

30点UPも夢じゃない!

トライプラス馬込沢校

東武アーバンパークライン
 「馬込沢駅」徒歩1分

0120-177-202

トライプラス馬込沢 検索

【電話受付時間】10:00~22:00(祝日を除く) 船橋市藤原7-17-28 日本都市馬込沢ビル2F

