

# 体のメンテナンスを忘れずに！

関節の可動域や筋力をチェックして、維持向上を目指しましょう！

国立国際医療研究センターリハビリテーション科の藤谷順子先生にご協力をいただき、今年も関節の状態を測るリハビリ検診会を実施することになりました。『リハビリ』と聞くと、関節が悪くなってから行うものと思っている方が多いと思います。しかし、この検診は、関節の可動域や筋力をチェックし、専門家から適切なアドバイスを受けることで、悪くなる前に予防し、自身の関節の状態を維持、そして向上も目指していくものです。

今回で7回目となる検診会ですが、毎年たくさんの方が参加しています。患者同士の横のつながりがや、ACC 外来のすぐそばに患者が集う場「サロン・ド・ヘモフィリア」ができるなど、思わぬ副次効果もありました。また、継続して参加していると過去の検診結果のデータが見られるので、自身の運動機能がどう変化したかもわかります。

毎回参加している方は年1回の定期検診として、まだ参加したことのない方は今年から定期検診を受けるつもりで参加しましょう。また、検診会終了後、参加された皆さんと近況などを話し合う懇談会も設けましたので、こちらもご参加ください。

日時：令和元年 10 月 5 日（土） 10:00～14:00

※検診会終了後、14 時から 1 時間ほど皆さんと近況等をお話する懇談会を行います。

場所：国立国際医療研究センター 中央棟 5 階リハビリテーション科

スタッフ：国立国際医療研究センター リハビリテーション科を中心としたリハビリテーション科医・理学療法士・作業療法士・義肢装具士の皆さん  
エイズ治療・研究開発センター岡慎一センター長、瀧永博之救済医療室長、ACC スタッフの皆さん

## プログラム

10:00 開会挨拶

岡 慎一 先生（ACC センター長）  
瀧永 博之 先生（ACC 救済医療室長）

10:15 講演「循環器疾患の網羅的スクリーニング（中間報告）」  
廣井 透雄 先生（国立国際医療研究センター循環器内科診療科長）

10:45 身体・日常生活機能評価  
・筋力、可動域の測定・歩行チェック  
・リハビリ相談・お試しコーナー（靴、サポーターなど）

12:45 昼食・懇談

13:00 藤谷先生：リハ検診会データのまとめ報告

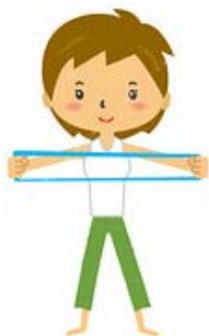
13:20 はばたきより情報提供：長期療養に関する取り組み

13:30 座談会

14:00 閉会挨拶

検診会終了後に昼食、14:00 から懇談会を行います。当日は・・・

- ・体を動かすので、動きやすい服装でお越しください。
- ・念のため、当日は凝固因子製剤を注射してからお越しください。



## ●お問い合わせ先

社会福祉法人 はばたき福祉事業団 TEL：03-5228-1200 / E-mail：info@habataki.gr.jp

※懇談会では、お弁当をご用意いたします。注文のことがございますので、参加される方は裏面のお申込書を FAX するか、お電話、メールでお申し込みください。

