



藤和けんこう通信

2024年7月号 VOL.145

藤和マッサージチャンネルのご案内

発行元：藤和ビジョン株式会社（訪問マッサージ・はりきゅう）

相模原院042-855-0420 町田院042-851-7528 海老名院046-204-5482 二俣川院070-6962-0301 青葉台院070-6452-4527



スマートフォンの方はQRから動画紹介のページへ移動できます。パソコンの方は、「藤和マッサージch」で検索🔍

チャンネル登録

チャンネル登録者数
"1万8300人"到達
皆様のご登録、感謝致します



コメントも
お気軽に

●YouTube 発信者●

すどう しん
須藤 新

- ・藤和ビジョン株式会社代表
- ・鍼灸マッサージ師
- ・元プロ野球トレーナー
- ・15年以上の現場での臨床経験



藤和マッサージch



【今月のおすすめ動画紹介】

脳梗塞リハビリ 片麻痺尖足・足のリハビリ

【動画内容の概要】

脳卒中の後遺症の一つとして、足首が底屈してしまう「尖足(せんそく)」があります。罹患者様お一人でもできる、こうした足のリハビリをご紹介します。

重要なポイントとして、

1. ストレッチを行い可動域の確保・拡大を目指す。
2. 自動運動を行い、足首の背屈の機能向上を目指す。

足首のリハビリ方法は下記の通り。

●ストレッチ

1. タオルを爪先につま先にかけて、10秒ほど持ち上げる。
2. それぞれの足指にかけても効果的。
3. 上記を膝を曲げた状態・伸ばした状態で行う。

●自動運動

同様にタオルをつま先につま先にかけて、タオルで補助しながら自力で足首を背屈する。自動運動が難しくても、足首を背屈するよう意識をして行う。

脳卒中患者様は足首に装具をつけることが多いですが、少しでも機能向上を目指してみてください。



藤和マッサージ公式X(旧Twitter)では、

施術者の一コマを紹介中です！

@towa_message

身体機能が安定し、施設側からのお願いもあり手引きでの廊下歩行が可能となりました。今までは室内だけで短い距離での歩行だったため、少しずつ改善しています。



自分の体が緊張していることに、自分では気づけないことがあります。マッサージで体がほぐれると、ふと力が抜けて緊張が緩む瞬間を経験できます。

パーキンソン病の患者様『マッサージやリハビリ運動の大切さを実感』（娘様より）

藤和マッサージを1年以上ご利用いただいている

患者様・ご家族様へのアンケート

差し支えなければお名前をご記入下さい（

娘）

- ① どんなきっかけでサービスの利用を決めましたか？また当社を選んでいただいた理由はなんでしょうか？

パーキンソン病の影響で背中から腰が丸まり痛みも出ており、さらに歩行も段々と不安定になってきており、とてもパーキンソン病やリハビリ方法などが詳しく載っていると嬉しいと思いました。

- ② 長い期間ご利用頂いている中で、喜んでいただいている点・ご満足頂いている点はどんなところでしょうか？

以前から困っていた背中から腰の痛みがとても軽減されてほとんど「痛い」と言わなくなりました。歩行などのリハビリ運動も熱心にやっていたので父もいつも楽しみにしているようです。本当にお願いして良かったです。

- ③ そのほかに、ご感想・ご意見・ご要望等がありましたらご記入ください。（空欄でも構いません）

マッサージやリハビリ運動の大切さをとても実感しました。

専門の先生にお願いして良かったです。

- ④ 本アンケートの内容を当社のニュースレターやホームページ等に掲載させて頂いてもよろしいでしょうか？

匿名にして掲載しても良い

掲載しないでほしい



とうわ

藤和マッサージ

【訪問マッサージ・はりきゅう】

無料体験マッサージ受付ダイヤル

☎0120-922-164

相模原院	相模原市南区南台4-13-23-1階
町田院	町田市森野4-17-23-2階-B
海老名院	海老名市大谷北1-5-9-301
二俣川院	横浜市旭区中沢1-7-25-202
青葉台院	横浜市青葉区荏田町437-1