

膝教室の成果

(令和5年開催)

カリキュラムなど詳細は
お問い合わせください

ピーベリー 090-1459-6094

教室の内容について

・頻度

全12回コース

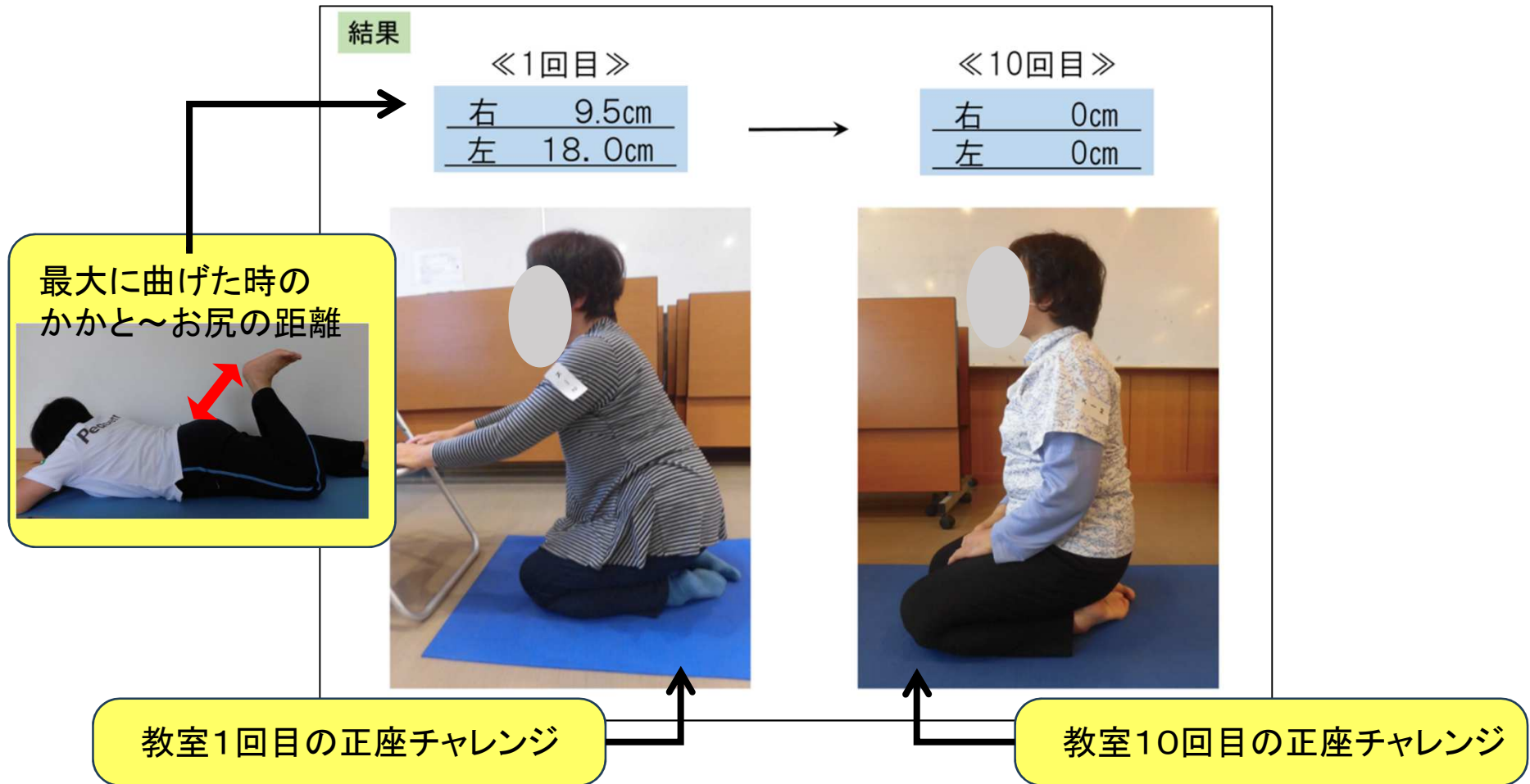
10回目までは1週間毎 残り2回は1か月毎

・成果の確認方法

- 1、踵と臀部の距離(踵臀間距離)を計測
- 2、正座の様子の写真
- 3、歩行の様子動画
- 4、アンケート



教室の成果の見方



結果

《1回目》

右	9.5cm
左	18.0cm



《10回目》

右	0cm
左	0cm



結果

《1回目》

右	28.5cm
左	3.0cm



《10回目》

右	0cm
左	0cm



結果

《1回目》

右	24.0cm
左	20.0cm



《10回目》

右	17.5cm
左	10.0cm



結果

《1回目》

右	0cm
左	16.0cm



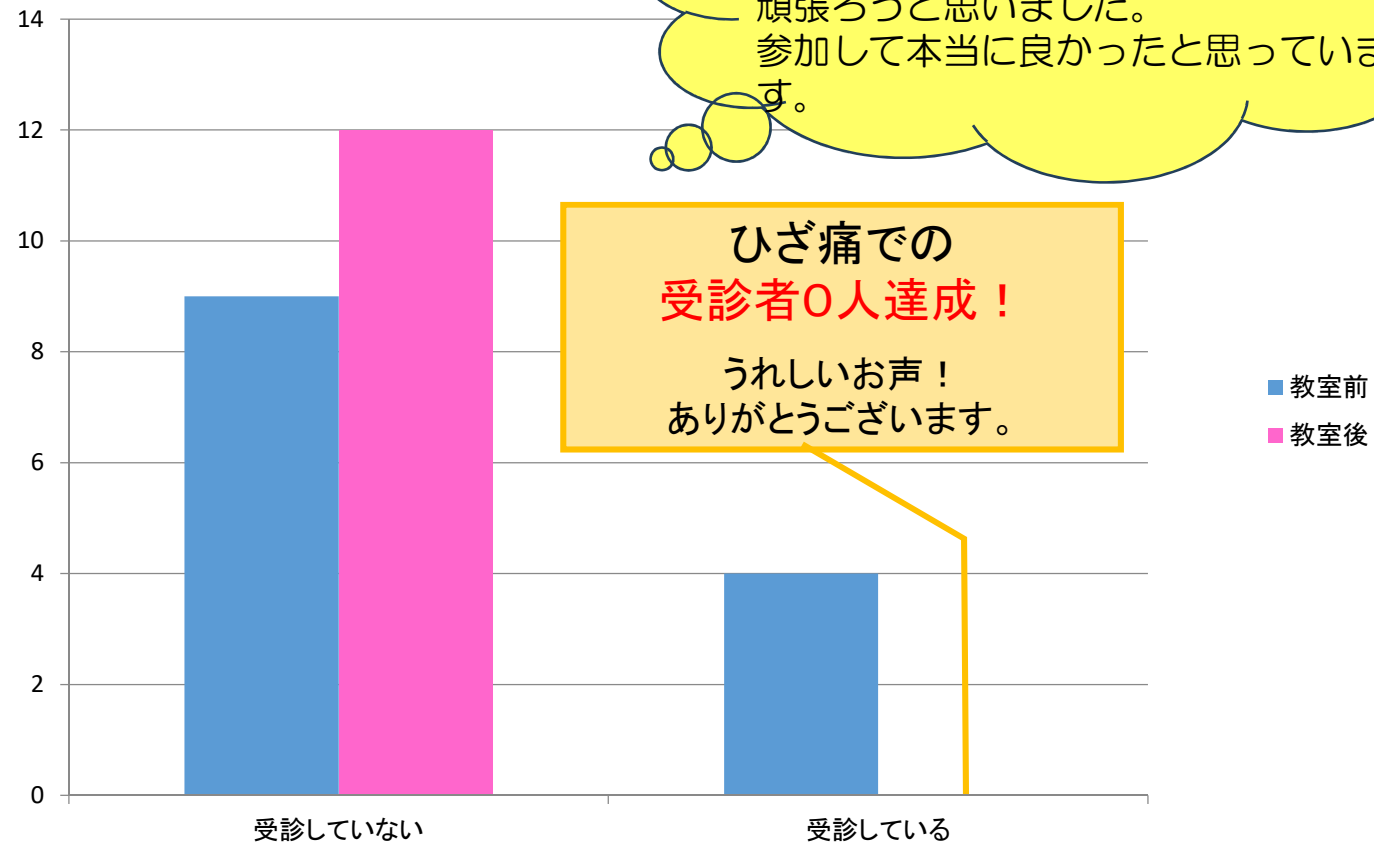
《10回目》

右	0cm
左	0cm



ひざ痛で受診していますか

「ひざの痛みは一生の付き合いです」と聞いた時は落ち込みました。が、教室で習ったケアをした後はひざが楽になり、頑張ろうと思えました。参加して本当に良かったと思っています。



正座する事ができますか

正座できる程度に膝が曲がる
事を目標に取り組みました！

朝のひざの曲げの痛みがやわらいた。
ひざのケアの仕方を覚えてただけでも気
持ちが楽になった。

正座が出来ない状態から長くはできな
いけどできるようになった。

