

妊産婦さんの日常生活での身体の使い方から改善予防法を習得



助産師だからこそできる!

# 臨床からみた「産前産後の骨盤ケア」

妊産婦目線に立ったケア **ベーシック編**  
身体を使った体感・実践と座学で学ぶ

状態に合わせたケアとお母さん自身が  
良い状態を維持できる  
セルフコントロールのアドバイス方法

**國吉裕史氏** 鍼灸整骨院サステーナ 院長

亀田医療大学大学院 助産学領域 非常勤講師  
東京医療学院大学 保健医療学部 助産師課程 非常勤講師  
亀田医療技術専門学校 助産学科 非常勤講師  
首都医校周産期専科 非常勤講師  
資格: 鍼灸師 / 柔道整復師 / JCCAアドバンストレーナー

**東京** 25年 2月24日 (月・祝) 東京都助産師会館 5階講堂 [10]

[講義時間] いずれも10:00~17:00

**定員28名**

お申し込みはお早めに!

**受講料** (税込) 一般 21,000円 会員 18,000円  
※会員は日総研雑誌(定期刊行物・会員制)の年ぎめ購読者です。  
※昼食代は含まれません。昼食は各自でお持ちください。  
※ご参加いただくには事前のお申し込みが必要です。※最少催行人数12人。

※当日は実際に身体を動かし体感していただく時間を設けています。  
動きやすい服装でお越しください。

[アドバンス助産師 更新申請要件・再認証申請要件 選択研修適合]

## プログラム

1. 妊産婦のよくある声から骨盤ケアの現状を考える
2. 臨床からみたマイナートラブルという言葉と妊産婦の症状や子どもの命を守る思いに対するギャップについて
3. マイナートラブルの原因と姿勢や身体の使い方の関係
4. 骨盤周囲は不安定、妊産婦の骨盤に関する基礎知識
5. 骨盤を直すことが目的にならない、身体の状態や原因を評価するための骨盤のみかた
6. 妊産婦が体感でき気づきを与える骨盤ケア、妊産婦へフィードバックや伝え方のポイント
7. 身体の負担が最小限に抑えられる姿勢、ニュートラルポジションの評価
8. 妊娠中から産後のよくみる2パターンの姿勢と各々の下肢の動きと症状の特徴について
9. 脊柱を安定させる体幹筋の役割と呼吸との連動
10. フィジカルアセスメントからの状態や原因の評価  
~問診・視診・触診・自動運動・徒手検査と具体的な流れ~
11. 自動運動や徒手検査法によるマイナートラブルかどうかの判断
12. 授乳、抱っこ、抱き上げ、抱きおろし、立ち上がり、仰臥位時での症状改善や予防できる身体の使い方
13. 授乳、抱っこ時に効率よく赤ちゃんとできる脊柱と骨盤を意識した体操
14. **症状別による注意ポイントと対処法**  
  - 〈腰痛〉筋肉性・神経性・骨性に分けられるしびれ、坐骨神経痛、梨状筋症候群
  - 〈恥骨痛〉恥骨離開に注意、分娩直後からの痛み、起居動作時の痛み、圧痛の有無、内転筋群のストレッチ痛
  - 〈腱鞘炎〉ドケルバン病、フィンケルシュタインテスト、前腕回外・手関節屈曲位での使い方
  - 〈尿もれ〉妊娠期、産褥期、産後1ヶ月以降、どの時期から起こったのか、抱っこ・入浴時の違和感、臓器脱の注意  
骨盤底筋群を理解し感覚を体感する

プログラムや講師プロフィールなどセミナーの詳細はこちらから▶

日総研 15180

検索

関連雑誌

現場実務のスキルアップ!

妊娠中・分娩時・出産後のケアと支援

季刊

## 臨床助産ケア

Web教材+実務専門誌 (定期刊行物・会員制)

B5変型判 88頁 入会金 3,000円 年間購読料 16,940円 (共に税込)

今後の特集

- 妊産婦の生活環境・習慣を考慮した  
保健指導・支援 [11月号(秋)]  
出産後のマイナートラブル  
~お母さんに伝えることができる日常生活・育児面からの腰痛予防  
社会的課題を持つ妊婦への支援 ほか
- 地域で母子・家族を支える助産ケア [2月号(冬)]

優れた接遇サービスを実践する病院・介護事業所を表彰



## 日総研 接遇大賞

応募は9月30日まで。発表は11月。

これまで受賞された全48施設の特色を  
Webで公開中

接遇大賞

検索

国家資格の受験資格を取得することができる養成所

厚生労働大臣指定 一般財団法人 日本総合研究所

## 社会福祉士養成所 通信課程

## 精神保健福祉士養成所 通信課程

お問合せ  
ご注文

TEL: 0120-054977

URL: www.nissoken.com

日総研

検索