

作業療法士が提案する

～快適な姿勢の作り方～



車いす使用者の生活のほとんどは座位姿勢です。

常に同じ姿勢であることから、疲れやすいことや褥瘡や背骨の側弯症などの二次障害などの心配があります。

この研修では、二次障害の軽減はもちろん、最適な座位をとることで可能となる深い呼吸を体験し、さらに健康な体作りを提案する研修となっています。

ピアサポート研修 車椅子シーティング研修（中級編）

日時

令和5年2月4日（土） 13時30分

会場

京都テルサ 東館3階 大会議室（B, C）
京都市南区東九条下殿田町70番地（新町通九条下ル）
075-692-3400

参加定員

50名（会場参加）

※研修の様子はYouTube Liveでも視聴ができます。

<https://youtu.be/x6EfrspWFvE>

主催

全国脊髄損傷者連合会 京都府支部

全国脊髄損傷者連合会 滋賀県支部

共催

NPO法人 京都頸髄損傷者連絡会

後援

京都府、滋賀県、京都市、公益社団法人全国脊髄損傷者連合会

独立行政法人自動車事故対策機構 京都支所・滋賀支所

一般財団法人日本車椅子シーティング財団

（※後援名義は現在申請中のため、全て仮での記載となります）





講師紹介



作業療法士歴 38 年

<https://www.pas21.com/>

<https://pinto-seatingdesign.com/>

一般財団法人

日本車椅子シーティング財団理事

野村 寿子 (のむら ひさこ)

16 年肢体不自由児の施設に勤務したのち、(株)ピーエーエスを設立。

22 年間で約一万件を超えるオーダーメイドのシートづくりをしている。

セラピストとしての長年の経験と知識に裏付けられた「快適さと動きやすさを同時に可能にする特別な採型」が特徴の車椅子(椅子)シートは、「筋肉や皮膚の緊張を感じ取りながら姿勢を整え、骨や関節を直接触って動きを確かめながら最適な位置を見つける」という、技法で作るもので、シートに座って生活活動をするだけでリハビリ効果を生む、「人生を変える魔法の椅子」としてBSのTV番組でも取り上げられている。

そのノウハウを活かした姿勢が整うクッション p!nto を開発、9 年でシリーズ累計 38 万台を販売するすべての p!nto シリーズをデザイン。東京南青山に自身のブランドの店舗 P!NTO SEATING DESIGN を構えシーティングデザイナーとしても活躍中。



野村 咲 (のむら さき)

3 歳からクラシックバレエを始め、2015 年 劇団四季に入所。

劇団四季退団後はフリーランスとして様々なミュージカル、ショーに出演、ダンスの指導も行なう。

日々体と向き合う中で、自分のメンテナンスのためにヨガを取り入れたとき、自分の体と心の変化を感じ、ヨガの歴史に関心を持ち、全米ヨガアライアンス RYT200 を取得。マインドフルネスの効果も実感し、マインドフルネス講師の資格を取得。日々様々なストレスを感じている方々に、気軽に体を動かしながら心と体を解放し元気になることを伝えたいと思い、シーティングヨガインストラクターとして活動中。



<https://saki-nomura.com/>



スケジュール

- 13:00 受付開始
- 13:30 開会式
- 13:40 人体と車椅子の関係について
- 15:00 座位・シート調整などの相談
- 16:00 イスヨガ体験
- 16:30 閉会式



会場について

