

# クライアントレポート

レポート日	対象者	作成者
日付 2024年 6月 20日	名前 A-I 性別 男 年齢 20代	名前 浅野

## 障がい名・状態

脳性麻痺 クラッチ歩行可能

期間 2024年 2月～ 2024年 6月

## 初見の状態 希望や目標

体幹筋が弱い。胸椎に右凸の側弯がある。肩甲骨周囲の柔軟性が無く、筋力が弱い。大胸筋、上腕二頭筋が発達しすぎている。

目標：車椅子レースのタイム向上、肩甲骨周囲の柔軟性向上

## 当時のリスク

側弯や下半身の筋力が不十分なことにより歩行バランスが悪く、クラッチが無いと転倒の恐れがある。

## 実地内容

パーソナルストレッチによる柔軟性の改善（特に肩甲骨周囲）

体幹部の機能改善（側弯）、筋力強化（腹筋・背中）

下半身の筋力トレーニング→シシースクワット（脚にボールを挟むことで股関節内戦を防ぐ）

神経系トレーニング（拳上スピードを早く行う）

## 改善内容・現状の経過報告

全体的に筋力が付いて身体が大きくなった。体幹と背中筋の筋力・柔軟性の向上

### お客様の感想

始めた頃と比べると体幹や背中筋の筋力が強くなった気がする。家でもできるトレーニングやストレッチを続けて行い、さらに筋力を付けていきたい。

### 今後の課題

体幹や背中筋の更なる筋力強化と柔軟性向上。

側弯の改善（右重心の改善）

脚と臀筋の筋力向上（トレーニング効果を上げるため。今後の生活のため）

