

**日常で多い動作・環境**

立ち仕事 座り姿勢 PC作業 中腰 車 自転車 バイク 徒歩 空調強め 朝型 夜型

**よくやっていること（運動・趣味他）**

：介護、手芸、庭仕事、水泳、ランニング

**これまでの運動経験（幼少期含む）**

水泳、野球、サッカー、バスケ、バレーボール、テニス、バドミントン、バレエ、ダンス、柔道、剣道、合気道、ラグビー、スキー、スノボ他

**検査・施術・トレーニング等、確認の為、動画・写真で撮ることがあります。お差し支えないですか？**

はい / いいえ

**撮影した動画・写真を、HP等に掲載させて頂いてもよろしいでしょうか？**

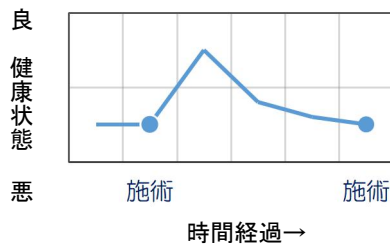
はい / 顔が出なければ可 / いいえ

**ご興味があるものに ✓ してください！**

- 自分でできる膝・腰痛用マッサージレッスン（¥1,500/マッサージ1種類）
- ご家族等によるマッサージのレッスン（¥2,000/マッサージ1種類）
- トレーニング(¥1,000/1種類)
- ランニングチェック（¥2,000/回）
- 日常での体の使い方
- ストレッチ

**【 施術間隔について 】**

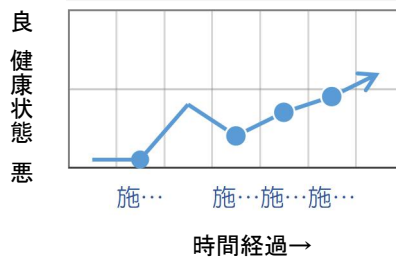
**施術間隔が空きすぎた場合**



施術後少しよくなっても、日常の負担やクセによって戻ってきますので、初めの内は間隔があきすぎると、なかなか改善しません。

**健康への理想的な施術間隔**

症状が安定するまでは、1週ごとに通院。はじめのうちは、あまり間隔があかないほうがよいです。



戻ってしまう前に施術することで早くよい状態に近づけます！

**当院での目標**

- 今ある症状がとれればよい
- 痛みを取るだけでなく、再発しないように予防していきたい。
- 末永く仕事や趣味を楽しめるよう、できれば定期的にケアをしていきたい。
- できるようにになりたい動作、直近の目標、予定、試合等**

**計画をたてますので教えてください**

- Q) 今の症状は、いつ位までに改善したいですか？ \_\_\_\_\_ 頃まで
- Q) どのくらいの期間、回数がかかるとお思いますか？ \_\_\_\_\_ 回位 \_\_\_\_\_ ケ月位
- Q) どのくらいの間隔でいらっしゃれそうですか？ \_\_\_\_\_ ( )週間に( )回 \_\_\_\_\_ ( )ケ月に( )回
- Q) 当院の提案にそって通院頂くことは可能でしょうか？ \_\_\_\_\_ ペースはおまかせしたい / 自分のペースで