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、ﾗﾝﾆﾝｸﾞ

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、バレーボールー、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・ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ等、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！

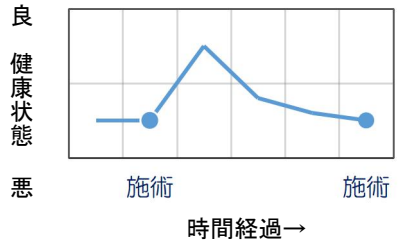
□　自分でできる「息苦しさ改善マッサージ」レッスン　（￥1,500／マッサージ 1 種類）

□　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）

□　日常での体の使い方　□　ストレッチ

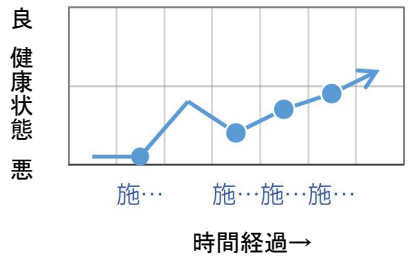
【　施術間隔について　】

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



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！

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。

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