

|  |  |
| --- | --- |
| 動画視聴報告書 | |
|  |  |
| 名前・所属 | ・ |
| 視聴終了日 | 年　　　　月　　　　日 |
| テーマ | 在宅でできる関節可動域訓練の実際：拘縮予防のために |
| 視聴動画 | 1.肩関節の可動域訓練  2.肘関節・前腕の可動域訓練  3.手関節の可動域訓練  4.股関節の可動域訓練 ①構造  5.股関節の可動域訓練 ②動かす際のポイントと注意点  　6.膝関節の可動域訓練  　7.足関節の可動域訓練  　8.体幹の可動域訓練  　9.筋緊張亢進者への対応（上半身）  　10.筋緊張亢進者への対応（下半身） |
| 学んだこと |  |
| 実践してみようと思うこと |  |