

令和3年度第3回鍼灸学会Tokyoオンライン研修会

# 首こりの新常識とガッテン! -後頭下筋群を中心として-

今回の研修会では2019年2月にNHKガッテン!「新原因発見!衝撃の肩・首こり改善SP!」にご出演された上田泰久先生、粕谷大智先生にご登壇頂き、その後の新たな知見や実技動画なども含めてご講演いただく予定です。首こり治療のスペシャリストお二人に注目です!

「**頰椎の機能解剖・病態運動学と運動療法**—後頭下筋群を中心に—」



上田泰久先生

文京学院大学  
保健医療技術学部 准教授

「**首・肩こりに対する鍼灸の専門性の提示**」



粕谷大智先生

東京大学医学部附属病院  
リハビリテーション部鍼灸部門主任

令和3年12月5日 (日) 13:00~16:10



一般参加費：5,000円 (鍼灸学会Tokyo会員は無料)

会場：オンライン開催 (Zoom)

申込締切：2021年11月28日

**定員100名限定**

申込URL：<https://forms.gle/qFXoHRwWJ2Gzemf97>

新規入会された場合も参加費無料です。

(申込締切までに入会手続きと本年度会費4,000円の納入が必要です。)

入会希望の方は当会ホームページよりお申し込みください。

鍼灸学会Tokyo ホームページ <https://sgtokyo2019.wixsite.com/mysite>

※鍼灸学会Tokyoは全日本鍼灸学会とは異なる団体ですのでご注意ください。



# 令和3年度第3回鍼灸学会Tokyo研修会

## 首こりの新常識とガッテン! -後頭下筋群を中心として-

日時 2021年12月5日 (日) 13:00~16:10  
会場 オンライン開催 (Zoom)  
主催 鍼灸学会Tokyo



タイムスケジュール  
12:50 ZOOM open  
13:00 ~ 13:05 講師紹介 (5分)  
13:05 ~ 14:15 講演① (70分)  
14:15 ~ 14:20 休憩 (5分)  
14:20 ~ 15:30 講演② (70分)  
15:30 ~ 15:35 休憩 (5分)  
15:35 ~ 16:10 討論会 (35分)  
※実技は各講師が準備した動画の供覧となります。

### 講演1 「頸椎の機能解剖・病態運動学と運動療法－後頭下筋群を中心に－」

講師 上田泰久先生

文京学院大学 保健医療技術学部 准教授 理学療法士 修士 (保健医療学部)

略歴:

2000年4月 横浜新緑総合病院 リハビリテーション科  
2007年4月 文京学院大学 保健医療技術学部 理学療法学科

#### 【本研修会と関係ある著書と論文等】

- ・頸部の末梢神経と軟部組織に対する運動療法, PTジャーナル, 54(9):1022-1026, 2020
- ・肩関節痛・頸部痛のリハビリテーション, 羊土社, p152-161, p162-175, 2018  
(分担執筆:頸部の解剖 / 頸部のバイオメカニクス)
- ・頸椎の機能解剖と臨床応用－頸椎の病態運動から展開する評価とアプローチ－(全1巻), ジャパンライム, 2016
- ・頭痛・頸椎症性神経根症に対する理学療法, PTジャーナル, 49(5):403-410, 2015
- ・大後頭神経の肉眼解剖, The Journal of Clinical Physical Therapy, Vol.16:39-41, 2014

#### 上田泰久先生よりコメント

本講演では、頭頸部の機能解剖（筋骨格系および末梢神経）の知識を整理して、評価および治療に繋がる技術を紹介したいと思います。また頭頸部は体幹を土台とするため、体幹のアライメント障害による頭頸部の病態運動について簡単に解説します。この頭頸部の病態運動により、深層筋である後頭下筋群や表層筋の僧帽筋・肩甲挙筋の過活動が生じやすくなります。このような筋のトラブルの原因と対処法についても、知識・技術を整理して紹介したいと思います。

### 講演2 「首・肩こりに対する鍼灸の専門性の提示」

講師 粕谷大智先生

東京大学医学部附属病院 リハビリテーション部 鍼灸部門 主任  
宝塚医療大学 客員教授 博士 (心身健康科学)

略歴:

筑波大学理療科教員養成施設 臨床研修生修了、人間総合科学大学大学院博士後期課程修了、日本心身健康科学会理事、全日本鍼灸学会監事、日本東洋医学会代議員、日本リウマチ学会、日本顔面神経学会、日本リハビリテーション医学会会員

1987年東京大学医学部附属病院 内科物理療法学教室 (物療内科) 勤務、その後、アレルギー・リウマチ内科、現在のリハビリテーション部に至る。特に顔面神経麻痺に対する数多くの研究成果や論文を発表している。また、鍼灸の普及のため、NHK「東洋医学ホントのチカラ」「ためしてガッテン!」に出演。新聞、雑誌などでも活躍中。主な著書に「関節リウマチ 鍼灸臨床最新科学」(医歯薬出版)、「ひざ痛はお灸で消える」(光文社)「最強のボディメンテナンス」(徳間書店)などがある。後進の指導にも力をいれており、東京有明医療大学、筑波大学理療科教員養成、東京医療専門学校教員養成科、国際鍼灸専門学校の非常勤講師として教鞭をとっている。

#### 粕谷大智先生よりコメント

本講演では①首・肩こりと後頭下筋群の関連、②触診所見とエコー所見の筋硬度との関係、③施術によるVDT症候群の方の仕事能率の変化、④頸部深層筋の姿勢調節機能と鍼灸治療の効果データを提示しながら実技動画の配信を行う予定です。