

人材バンク “魅学” プログラム例記入書

登録者名 (団体名)

穂刈 理子

プログラム名	日常生活に役立つキネシオテーピング		
プログラムのねらい	テープを貼る前と後での痛みの緩和・動きやすさを体験する		
講座名・テーマ 学習分野等	学 習 内 容 等 (具 体 的 に)	時間数 (分・時間)	備 考 (備品等)
キネシオテーピング の効果を 体験しよう。	<p>なわらひの原因で力が入りにくい。 重たかばらい所にキネシオテープを貼る 事で本来の力を発揮する事ができる様 になります。</p> <p>つには (これはなわらひの原因で筋肉が 伸びてしまつたからです。伸びた筋肉は 自分では縮めることはできません。)</p> <p>テープを貼るコツも教えます。</p> <p>知っておくとおる様のクラブ活動 にも役立ちます。</p> <p>お子様からお年寄までキネシオテープ を貼る事ができます。</p>	1回 60分~	テープ代1000円 (テープの必要は 時はプラス500円)