



運動療法のアーサイト



アーサイトとは、アートとサイエンスの造語。運動療法にはサイエンスが欠かせません。でも、サイエンスだけでは患者ココロは動かない。そこで、運動療法をアートで見える化！

第2回 アーサイトdeディベート

どうせ運動するなら

朝の時間！vs 夜の時間！あなたはどっち？

「運動は、食後がよいといわれるがなかなかできない」

「運動は、何時でもできると思うけど、なかなかできない」

食事の後じゃなくても、朝や夜の時間帯ってどうなの？

そこで、朝型運動を推奨する理学療法士と夜型運動を推奨する理学療法士の各2名1組で、朝型と夜型の運動のメリット、デメリットについて立論。また、朝なら、夜なら、運動できるけど…。と問われた糖尿病を有す、46歳の働き盛りの男性、72歳の専業主婦の女性の各症例への運動療法は、朝？夜？どっちを指導するディベートを開催します。

ご参加頂くみなさんが、今運動に取り組んでいるなら、それは朝？夜？、これから取り組むなら朝？夜？を参加時にお答え頂き、2つの症例については、ディベート後にお答え頂くアーサイトを行います。

オンライン開催日時 2021年9月24日(金) 19:30~21:00



モデレーター 東京医大八王子医療センター 糖尿病・内分泌・代謝内科
理学療法士 健康運動療法士 CDJ 天川淑宏

ディベーター 裏面でご紹介

* 下記URL、またはQRコードよりZoomミーティングに事前登録して下さい。

<https://zoom.us/meeting/register/tJwqcOuspzwtE9T8Iett8Td4OzC5iWrexURN>
登録後、ミーティング参加に関する情報の確認メールが届きます。

【主催・問合せ先】 東京医科大学八王子医療センター 糖尿病・内分泌・代謝内科
メール: dmnaika@tokyo-med.ac.jp

共催 東京医科大学八王子医療センター 医療連携室