

神経筋関節促通法治療技術及び自主トレーニング方法講習会 ～膝、足関節篇～

神経筋関節促通法（NJF:Neuromuscular Joint Facilitation）とは、運動学の知識に基づき、固有受容性神経筋促通法の促通要素と関節構成運動を統合し、他動・自動・抵抗運動における関節の動きを改善する運動療法技術である。近年NJFに関する多数の研究は報告され、エビデンスのある新しい運動療法である。

NJFの膝関節アプローチの即時効果として、筋力増強、筋電図反応時間の短縮、膝OA患者の荷重時痛の軽減、脛骨回旋運動機能の改善を認めました。今回の講習内容では、神経筋関節促通法の治療技術、変形性膝関節症、足関節捻挫の治療を実技中心に行います。また、運動学、NJF治療理論に基づき、自主トレーニング方法を紹介します。さらに最新の研究成果を紹介します。



本講習会では以下を理解・実践できるようにします！

- NJFの理論と技術を学ぶ
- NJFによる変形性膝関節症、足関節捻挫の治療法を学ぶ
- NJF治療理論に基づく自主トレーニング方法を学ぶ
- 最新の研究成果の紹介

講師：霍明（ホウミン）先生（リハビリテーション大学 教授：中国 青島）
PhD、NJF創始者

日時 2026年3月7日（土）10:00～17:00

会場 対面（八王子会場）およびオンラインにて開催（オンデマンド付き）
オンデマンド（録画視聴）のみの申し込みも可能

定員 対面20名、オンライン15組、オンデマンド20名
*オンラインは実技があるため2人1組でのペア参加となります。

*締め切り：開催2週間前、ただし定員になり次第締め切らせていただきます。

受講費 8000円(m3.com会員) 9000円(非会員)
(*オンライン参加は1組16,000円(非会員:18,000円))

**お申込み
お問合せ** 【参加申し込みURL】<https://forms.gle/ENhUuHKfD3KCxGB16>
担当：青堀 樹 【E-mail】psyence1108@gmail.com

