

北田 航也



《担当教室》

理学療法士のピラティス

みなさん、こんにちは。

私は10年目の理学療法士です。

臨床では、患者様の痛みや機能障害に対してリハビリを行う傍ら、施設でピラティスや運動を通じて痛まない体作りの

お手伝いをしています。

体を良くする一番の近道は体の捻じれや非対象性を治す運動だと私は考えます。

さあ、みなさん楽しく運動して、一生痛まない体作りをしましょう！