

肩こりをほぐして肩痛！吹き飛ばせ！！

バレーボール選手の肩関節痛と肩こり

バレーボール（アタック・サーブ）動作別に肩痛との関連性を医科学的に分析
埼玉県バレーボール協会 医科学委員会編集

埼玉県バレーボール協会・医科学委員会の事業として、第4弾『バレーボール選手の肩関節痛と肩こり』を出版いたしました。

医科学委員会（医師・トレーナー）がバレーボール選手・関係者に知っておいて頂きたいことを加えて作成しました。

バレーボール競技と肩関節痛の関連性また日常生活で起こる『肩こり・肩痛』に理解を深めていただきたいと思います。

手にとって読んでいただきますと、こんな質問があったらよいのに、この部分の内容をもっと深く知りたい等のご意見が出てくると思います。ぜひご指摘いただきたいと存じます。バレーボール関係者の皆様の貴重なアンケート・意見を集めて、『バレーボール選手の肩関節痛と肩こり』をより役立つものに育てて一層充実した増補・改訂版に結びつけば有り難いと考えています。

バレーボール関係者の皆様のご購読をお勧めいたします。

☆主な項目

- 第1編 肩の構造（関節・筋肉・血管・神経）と姿勢
- 第2編 肩の機能
- 第3編 バレーボール競技と肩の機能
- 第4編 バレーボール競技の肩障害について
- 第5編 バレーボール選手の肩の痛みと疾患について
- 第6編 肩こりについて
- 第7編 バレーボール選手の肩の障害復帰のためのリハビリについて
- 第8編 バレーボール選手の肩の痛みと機能障害の予防
- 資料編1 肩障害についてのアンケート結果まとめ
- 資料編2 バレーボール選手の肩障害を予防する工夫

● 定価：500円(税込)

A5版・並製・カバー装

申込書 [埼玉県バレーボール協会 HP](#)にも掲載しております。

<お申込み先>

埼玉県バレーボール協会 医科学委員会（担当：持田）

TEL：048-522-0600 FAX:048-525-8692

| | | |
|-----|-------------------|------|
| 申込書 | バレーボール選手の肩関節痛と肩こり | 注文部数 |
| | 住所（〒 - ） | |
| | ふりがな | 冊 |
| | 氏名 | |
| | 電話： | |
| | FAX： | |