PRESS RELEASE

国立大学法人 徳島大学

令和 8 年 11 月 24 日

メディカルピラティス“One 徳島”の取組

＜報道概要＞

徳島大学病院を中心に、徳島県内の 9 病院※が連携してメディカルピラティスを実施しています。ピラティスは、知らず知らずのうちに身についた誤った姿勢や動作を、自分自身でコントロールできるよう学ぶ方法です。ピラティスを通じて姿勢や動作を修正することにより、背骨や関節への負担を軽減することが期待できます。患者さんが少しでもより良い状態になれるよう、各病院で連携して診療にあたっています。

メディカルピラティスの対象疾患には、腰椎疾患（腰部脊柱管狭窄症、腰椎椎間板ヘルニア、腰椎すべり症、腰椎分離症など）や脊柱後側弯症などがあります。2022 年 1 月から現在までに、メディカルピラティスを実施した患者数は、徳島大学病院で 400 例以上、徳島大学病院を除く県内 8 病院で 2,100 例以上にのぼります。メディカルピラティスによって、姿勢改善や疼痛軽減が著明に認められた症例もあります。

徳島大学病院をはじめとする県内 9 病院が連携し、以下の流れでメディカルピラティスを実施しています。

① 患者さん一人ひとりの身体の動きを評価
② 身体の動かし方のどの部分を修正すべきか把握
③ 評価に基づいたプログラムを立案
（マットピラティス、機器を用いたピラティス）
④ 仕事やスポーツへの復帰など、それぞれの目標に向けて、一人ひとりに合ったオーダーメイドの運動療法を実施

※メディカルピラティスを実施している徳島県内の 9 病院（五十音順）

・阿南医療センター ・稲次病院 ・きたじま田岡病院 ・田岡病院
・徳島県鳴門病院 ・徳島大学病院 ・虹の橋病院 ・羽ノ浦整形外科内科病院
・美摩病院

お問い合わせ先
徳島大学病院リハビリテーション部
担当者 副部長／特任講師 佐藤 紀
電話番号 088-633-9313

770-8501
徳島市新蔵町 2 丁目 24 番地
電話番号 088-656-7021
https://www.tokushima-u.ac.jp /