



東鍼会報

2014. 03 NO. 263 TŌSHIN KAIHŌ

発行
公益社団法人
東京都鍼灸師会
☎ 03-3985-7501
FAX.03-3985-7526
www.harikyū-tokyo.or.jp

事業日程表 〈Nは日鍼会の略〉

3月

| | | | | | |
|----|---|-----------------------------|----|---|----------------------------|
| 5 | 水 | フォローアップ① イキイキ教室① 新入会員説明会 | 16 | 日 | 保険審査会 (4F) 〔N理事会〕 |
| 6 | 木 | (レセプト締切) 保険取扱疾患講習会 | 23 | 日 | 日鍼会共催学術講習会 |
| 9 | 日 | 都民公開講座 | 26 | 水 | フォローアップ② おおつかサロン 後期支部長会 |
| 12 | 水 | 筋力アップ教室同窓会 イキイキ教室② 理事会 | 27 | 木 | 症例検討会 |
| 15 | 土 | 保険予備審査 (4F) 治療院見学会 | | | |

(3/23 新宿支部研修会)

4月

| | | | | | |
|----|---|-----------------|----|---|----------|
| 2 | 水 | イキイキ教室① 新入会員説明会 | 20 | 日 | 保険審査会 |
| 3 | 木 | 保険取扱疾患講習会 | 23 | 水 | 決算監査 |
| 9 | 水 | (レセプト締切) | 24 | 木 | 症例検討会 |
| 16 | 水 | イキイキ教室② | 27 | 日 | 在宅鍼灸推進の会 |
| 19 | 土 | 保険予備審査 | | | |

(4/5 新宿支部「レガスまつり」 4/6 武蔵野三鷹支部「さくら祭り」)

5月

| | | | | | |
|----|---|-----------------------------|----|---|------------------|
| 1 | 木 | 保険取扱疾患講習会 | 18 | 日 | 保険審査会 |
| 7 | 水 | 筋力アップ教室① イキイキ教室③ 新入会員説明会 | 21 | 水 | 筋力アップ教室③ イキイキ教室④ |
| 8 | 木 | (レセプト締切) | 22 | 木 | 症例検討会 |
| 11 | 日 | 〔N理事会〕 | 25 | 日 | 理事会・会員総会 |
| 14 | 水 | 筋力アップ教室② | 28 | 水 | 筋力アップ教室④ おおつかサロン |
| 17 | 土 | 保険予備審査 | | | |

支部活動の掲載について――「支部活動の日時」本部が把握している範囲で掲載しています。早めのご連絡をお願いいたします。事業日程表への掲載は、事務局までご連絡ください。(開始時間についてはご確認ください。)

平成26年 新年会開催

平成26年1月11日(土) 18:00~
於:ベルクラシック東京(大塚)

公益社団法人として初めての新年会が開催されました。会場は“ベルクラシック東京8Fセレナーデ” 広さは以前の1/2。白を基調とした格式の高い宴会場でした。(公社)として今回は特別な新年会であり、司会者と弦楽四重奏団をお願いしました。

東京都知事選挙の告示を控えたお忙しい中を国会・都議会議員の先生方も列席されました。



中川雅治氏
(参議院議員)

秋田一郎氏
(都議会議員)

水島正彦氏
(豊島副区長)



新年会出席者

お忙しい中を ありがとうございます。

1. 来賓者 17名(代理を含む)

| | | |
|--------------|----------|---------|
| 国会議員 | 衆議院議員(代) | 石原 伸晃 様 |
| // | 衆議院議員 | 菅原 一秀 様 |
| // | 参議院議員 | 中川 雅治 様 |
| // | 参議院議員(代) | 武見 敬三 様 |
| 都議会議員(新宿区選出) | | 秋田 一郎 様 |
| // | (小金井市選出) | 木村 基成 様 |
| 東京都豊島区 | 副区長 | 水島 正彦 様 |
| 東京都柔道接骨師会 | 副会長 | 橋本 昇 様 |
| 東京都柔道接骨師会 | 理事 | 春原 博 様 |
| 全日本鍼灸学会 | 副会長 | 小川 卓良 様 |
| 鍼灸学会TOKYO | 会長 | 山田 勝弘 様 |
| 東洋療法学校協会 | 副会長 | 坂本 歩 様 |
| 東京医療専門学校 | 学校長 | 村居 眞琴 様 |
| 東洋鍼灸専門学校 | 理事長 | 毛塚 鉄雄 様 |
| 東京医療福祉専門学校 | 学校長 | 芳野 光子 様 |
| 東京衛生学園専門学校 | 学科長 | 菅原 之人 様 |
| 日本工学院八王子専門学校 | 学科長 | 宇南山 伸 様 |

2. 業者 12名

| | | |
|-------------|--------|---------|
| 日本理学療法器材工業会 | 会長 | 甲斐 新一 様 |
| 明健社 | 代表取締役 | 石川 研 様 |
| 前田豊吉商店 | 代表取締役 | 中田啓太郎 様 |
| カナケン | 営業部次長 | 川本 譲司 様 |
| ツキモトメディカル | 代表取締役 | 月元 秀二 様 |
| セイリン | 取締役 | 内山 利男 様 |
| セイリン | 東京営業所長 | 八木 賢訓 様 |
| ウーベル保険 | 代表取締役 | 岡崎 慶太 様 |
| 共栄印刷(株) | 東京営業所長 | 押切 洋一 様 |
| ブランチタウン | 代表 | 原田清次郎 様 |
| 青樹劇場 | 代表取締役 | 青樹 浩文 様 |
| 三澤会計事務所 | 顧問会計士 | 三澤 卓也 様 |

3. 会員等参加者数 67名

| | |
|------|-----|
| ①城 東 | 15名 |
| ②城 南 | 12名 |
| ③城 西 | 10名 |
| ④城 北 | 11名 |
| ⑤多 摩 | 7名 |
| 学生会員 | 5名 |
| 事務局等 | 7名 |



来賓のみなさま方（学校）



城東地区



来賓のみなさま方（業者）



城南地区



司会者（木下 彩さん）



城西地区



弦楽四重奏団（吉田正 記念オーケストラ）



城北地区



事務局職員



多摩地区

新入会員のご紹介

会員事業部（平成26年1月8日現在）

【新入会員の紹介】

| 氏名 | 住所 | 電話番号 | ランク | 支部 |
|--------|--|--------------|-----|----|
| 井坂 有杏 | 〒169-0075 新宿区高田馬場3-12-14 「痛快堂鍼灸治療院」 | 03-3367-8566 | B | 新宿 |
| 小宮 由希子 | 〒106-0004 新宿区四谷1-2-30-4F 「株東京物理療法研究所」 | 03-5366-6431 | A | 新宿 |



井坂 有杏（新宿）



小宮 由希子（新宿）

【住所その他の変更】

| 氏名 | 変更内容 | 電話番号 | 支部 |
|---------|---|--------------|------|
| 伊藤 浩明 | (施術所) 〒179-0073 練馬区田柄3-23-11 「いとう鍼灸院」 | 03-3999-0009 | 練馬 |
| 勅使河原 新一 | (ランク) AS会員 ⇒ HAS会員 | — | 三多摩北 |
| 中 秀行 | (ランク) A会員 ⇒ B会員 | — | 世田谷 |



生涯研修委員会からご案内 生涯研修委員会 浦山 久昌

平成26年度の生涯研修の概要をご案内いたします。

◎財団と東鍼会方式の2本立て

財団（公益財団法人 東洋療法試験財団）の生涯研修は実施年度ごと、研修事業部経由で実施予定の学術研修等の申請を行い承認されたものについて対象となります。

東鍼会方式は財団の単位数に区・市民まつり等鍼灸の普及啓発のための活動、奉仕活動、情報交換会等を加算（一日中活動する場合の単位数については一定の上限を設定）します。

◎手順

①お手元の公益社団法人日本鍼灸師会発行の**学術研修カード**が本格運用されます。

各研修会に於いて、**学術研修カード**で出席をチェックして下さい。念のため26年度に出席した研修等は、ご自分でも記録してください。

②生涯研修委員会にて履修単位の確認を行い、財団及び東鍼会方式修了証発行手配を致します。

注1) 各研修会等主催担当者は従来通り「生涯研修自主申告名簿」に開催日、時間、会場、主催者、研修名、演題、講師氏名、講師肩書きと出席者氏名を明記の上、その都度、本会事務局生涯研修委員会宛お届けください。毎年度発行の「生涯研修実施報告書」の原稿となります。

注2) 財団及び東鍼会方式の生涯研修の単位数を履修されていても、**学術研修カードシステム**にて、履修が確認できない場合、各修了証の発行を行えません。

《 財団と東鍼会の履修単位 》

| 財 団 | | 東鍼会方式 | | |
|--------|------|-------|----------|----|
| 課 程 | 医学教養 | 4 | 指定研修 | 26 |
| | 基礎医学 | 6 | 自由研修 | 24 |
| | 臨 床 | 10 | | |
| | 小 計 | 20 | | |
| 学会出席1回 | | 5 | | |
| 合 計 | | 25 | 合 計 50単位 | |

《 平成26年度財団承認済み研修の単位 》

| 研 修 会 名 | 目安単位 |
|-----------------|------|
| ①日本鍼灸師会学術講習会 | 4 |
| ②日本鍼灸師会全国大会 | 5 |
| ③都福祉保健局委託学術研修会 | 4 |
| ④症例検討会 | 2 |
| ⑤保険取扱疾患講習会 | 2 |
| ⑥スポーツボランティア研修会 | 2 |
| ⑦保険取扱者講習会 | 2 |
| ⑧青年・女性部会研修会 | 2 |
| ⑨支部研修会 | 2 |
| ⑩全日本鍼灸学会ブロック研修会 | 4 |
| ⑪全日本鍼灸学会学術大会 | 5 |

注3) 財団認定学会（各5単位）は、2回出席まで10単位を上限とする。

学術研修関係のみ45分＝1単位

（但し1日、5単位を上限とする）

なお、修了者で希望者は、財団および本会ホームページに氏名を掲載いたします。

《 東鍼会方式 》

※指定研修

- ①上記財団承認研修
 - ②区・市民まつり等普及啓蒙活動
 - ③奉仕治療など
- （但し1日、5単位を上限とする）

※自由研修

- ①医学書籍、雑誌、テレビ、ビデオ、ラジオ等による個人またはグループ学習。
- ②指定研修以外の研修、講習会、講演会等。
論文の執筆、講師としての活動（準備含む）
- ③ボランティア活動

◎ 生涯研修へのお問い合わせは委員会まで
E-mail : info@harikyu-tokyo.or.jp

理事会議事録

平成25年12月

◎日時：平成25年12月22日（日）

10：05～12：00

◎場所：日本鍼灸会館 2F 会議室

◎出席者

◇理事・監事 14名

（会 長） 高田常雄

（副会長） 伊集院克、岩元健朗

（理 事） 佐藤直史、天野寛敏、一ノ瀬宏、
関口知次、芝田武司、樋口陽一、
森野一巳、松浦 正人、藤井伸康

（監 事） 仲田欣司、浦山久昌

◇事務局 1名（山中利道）

◎議長挨拶 高田常雄会長

【案件】

◎審議案件

1. 入会等審査

◇佐藤理事より、入会申請者2名、退会申出者6名、変更届出者2名について説明があり、了承を得た。

※特別会員推薦⇒勅使河原新一氏（三多摩北）

2. 平成26年度予算見積りについて

◇審議は予算会議にて行うことで了承。

3. 平成26年新年会について

◇佐藤理事より余興としてホテル側に弦楽四重奏を依頼したいとの提案があったが、経費を安く上げるため天野理事が他の事業者と交渉することになり、了承された。

4. 普及用リーフレット（パンフレット）

印刷について

◇佐藤理事より「保険で鍼灸の治療が受けられる」「女性特有のこんな症状に鍼灸治療が有効です」「安心してスポーツライフを楽しむために」の3種のリーフレットの作成・印刷について原案をもとに説明があり、概ね了承された。

◇芝田理事より「女性特有の…」のリーフレット

は「子ども」を含めたらよいのではないかとの提案があり、子どもを対象とした疾患を表記することで了承された。

◇高田会長から鍼灸師免許は「国家資格」なので、その文字をもっと強調すべきだとの意見があり、リーフレットに大きく表示することで了承された。

◇作成数については、各5,000部を作成することで決定した。

◎報告事項

1. 杉山検校遺徳顕彰会「春の交流会」

◇芝田理事が出席することで同意を得た。

2. 礼状2件

（大阪府鍼灸師会、豊島区障害者福祉課長）

3. 保険審査報告（11月・12月審査）

4. 各部報告

以上

平成26年1月

◎日時：平成26年1月8日（水）

19：10～20：20

◎場所：日本鍼灸会館 2F 会議室

◎出席者

◇理事・監事 13名

（会 長） 高田常雄

（副会長） 伊集院克、岩元健朗

（理 事） 佐藤直史、天野寛敏、一ノ瀬宏、
関口知次、芝田武司、樋口陽一、
森野一巳、藤井伸康

（監 事） 仲田欣司、浦山久昌

◇事務局 1名（山中利道）

◎議長挨拶 高田常雄会長

【案件】

◎審議案件

1. 入会等審査

◇佐藤理事より退会申出者3名について説明し、了承された。

2. 平成26年度予算案について

◇一ノ瀬理事より予算会議後に支部長と連絡を取り合った経緯のほか、予算金額の修正について

報告・説明があり、了承された。

- ◇食事代の金額が事業により異なっていたが、一律800円ということで決定された。

3. 新年会の最終確認

- ◇佐藤理事より新年会の次第、司会者委託、余興、会場配置、役員分担等について説明、了承された。
- ◇高田会長より新年会の席上で功績のあった支部長を表彰したいとの提案があったが、新年会での表彰には賛同者がなく、否決となった。

4. その他

- ◇佐藤理事から「元中央支部の堀部秀夫氏は12月末で退会されたが、今月5日に急逝された。氏は長年当会に貢献されたので、会として弔意を表すべきではないか」との提案があり、生花等の供養を行うことが了承された。
- ◇高田会長より11月に岐阜県で行われる「第5回臨床鍼灸スポーツフォーラム」で東京マラソンの活動発表を岩元副会長にお願いしたいとの話があり、了承を得た。

◎報告事項

1. 各部報告

- ◇保健福祉事業部の活動報告

2. その他

- ◇高田会長から「震災関連で被災者の支援活動に対して、東京都より厚生労働大臣の感謝状候補者の推薦依頼通知があったので、ボランティア活動に参加した方は事務局まで活動報告を出すように」との指示があった。

以上



迷信じゃなかった 「天気悪い」→「リウマチ悪化」

…京大グループが実証…

京大付属病院などは、リウマチ患者の臨床データと気象庁の天候情報を分析し、気圧が低いほど関節の痛みや腫れが悪化するとの相関関係を明らかにした。

従来、天気が悪くなるとリウマチの症状が悪化することは経験的に知られていたが、統計学的に実証したのは世界初という。米オンライン科学誌プロスワンに16日掲載された。

同病院リウマチセンターの橋本求特定助教らは、リウマチ患者約2,000人のデータと、気象庁が公開している天候情報を分析。気圧が低くなるほど痛みや腫れの悪化を訴える患者が多く、3日前の天気が最も影響することがわかった。湿度も若干関係するが、気温との相関はなかった。

一方、炎症の程度を示す血液データと気象との相関はなかったため、天気がリウマチの進行に大きな影響を与えることはないと考えられるという。

リウマチは関節に炎症が起きて痛みや腫れが出る病気で、国内に約70万人の患者がいるとされる。

橋本特定助教は、「気圧と症状が関係する原因は分からないが、昔から患者さんが実感していることが統計学的にも事実だとわかった」としている。

平成26年1月16日 産経新聞

2月17日「社会保障と税・教育」衆院予算委員会での与党議員提案 ― 現在、「機能訓練指導員」の要件はアマ指師等であるが鍼灸師の活用が提案された。

2月25日 鍼灸柔整新聞から

新卒会員制度について

(公・社) 東京都鍼灸師会 会長 高田 常雄
会員事業部長 (組織部長) 佐藤 直史

冠省

先般の理事会で決定した事項についてお知らせ致します。昨今の入会会員数減少を考慮し、以下、新しい会員制度が決定いたしました。総会ならびに支部長会にて順次お知らせ申し上げます。なにとぞ、ご理解ご協力のほどお願い申し上げます。

早々

記

定款施行規則の(2) 賛助会員とする。(鍼灸学校卒業後の鍼灸師を対象とする)

1) 目的

鍼灸学校(専門学校・大学)を卒業した鍼灸師を新卒会員として東京都鍼灸師会の研修事業や会報などの情報を積極的に享受する環境を提供する。

2) 条件

鍼灸学校卒業後1年～5年の鍼灸師であること(但し、開業鍼灸師はA会員とする)
生涯研修において各年度25単位以上の取得につとめること
入会金: 3,000円 GKカード(3,000円)の購入費とする
会費: 年間12,000円

3) 内容

東鍼会報の送付(経費削減からPDFでの送信を検討する)
生涯研修・療養費取扱者講習会等への参加
治療院見学会への参加
新卒会員交流会への参加

介護予防委員会

『筋力アップ教室』

(公社)東京都鍼灸師会が豊島区より受託しております。平成25年度(後期)筋力アップ教室が、平成25年10月30日(水)より平成26年3月26日(水)まで全14回のコース(うち2回は豊島区指導の講座)にフォローアップ教室全2回を加えて、日本鍼灸師会館2階で、参加者19名(男性3名・女性16名)で、毎回 10:00~11:30 に開催されております。

『筋力アップ教室』は、介護予防の一助になるよう行われております。現在多くの高齢者(65歳以上)の皆様は、元気で自立した日常生活を送られておりますが、介護保険のお世話になっている方々も少なくなく、高齢者の2割ほどいるといわれています。

『筋力アップ教室』では、自立した日常生活を送られている方々や二次予防対象者(いまは自立しているが介護状態に近い)が、要介護状態にならないようにする手段として筋力(身体機能・構造)の維持・向上を目的とし、さらには「心身機能の改善」を基盤とし、「生活行為(活動)」や「(社会)参加」などの生活機能全般の向上につながればと考えております。

(公社)東京都鍼灸師会が行っている『筋力アップ教室』は東京都健康長寿医療センターで活躍されている各分野の先生方により研究・開発されたプログラムであり、その内容を学習・習得した介護予防運動指導員により参加者の皆様へ実践・提供されているものです。

【講話】と【運動】で構成されており、毎回運動の前に行う【講話】では、多くの高齢者(65歳以上)特に後期高齢者(75歳以上)の不健康寿命の増大を招くものとされている「老年症候群」(転倒・失禁・低栄養・うつ・軽度認知症・筋肉・骨・口腔衛生など)を中心に行い、また東洋医学や経穴の話も交えながら介護予防や体調管理に直接結び付くものとして参加者の皆様の関心も非常に高いです。

【運動】では、その内容は高齢者の方であっても筋力維持のみならず筋力向上も期待できるものとして開発されたものであり、また手軽に各自ご自宅でも行えるように背もたれのついた椅子を利用したもののなので、参加者はもちろん指導者も安心して行うことができます。

運動は5つの動作を基本としており、座位での大腿引き上げによる腸腰筋・膝関節伸展による内側広筋に注目した大腿四頭筋・肩甲骨の後退による菱形筋、立位での股関節の外転及び内旋による中殿筋・膝関節の屈伸(スクワット)による大腿四頭筋に注目した下肢筋などを重点的に強化し、また、握力などに必要な上肢の筋や、歩行の安定につながるバランス能力の向上にも留意して指導しております。

また、適切でエビデンスに基づく介護予防を実践・提供するために、教室の開始時と終了時に体力測定として、握力・ファンクショナルリーチ・膝伸展力・長座体前屈・開眼片足立ち・普通歩行・最大歩行・TUGを行っており、その結果に基づき効果判定、評価をして参加者の方へのフィードバックもしております。

今後、高齢者人口はますます増加し介護事業は言うまでもなく、介護予防事業についても必要性が高まっていくことが予想されます。私ども鍼灸師にとりまして高齢期に抱える様々な問題を把握し理解することは大変重要であると考えます。また、治療におきましても特に運動器疾患をお持ちの方への運動療法や指導の幅も広がり、治療効果や予後判断の充実につながると思います。

(公社)東京都鍼灸師会の先生方でご興味・ご関心いただけましたら、是非、見学や参加を歓迎しております。ご連絡は事務局のほうまでお願いいたします。

介護予防主任運動指導員
中野支部 辻 潤一郎



支部だより

新宿支部

第12回新宿シティーハーフマラソン

平成26年1月26日（日）午前9時の合図でハーフマラソンがスタート致しました。

今年はたくさんの変化がありました。（以下）



①国立競技場のトラック ——

例年はトラックを1周してスタートゲートをくぐり外周路に出ますが、今年は直線を走ったらすぐにゲートをくぐりそのまま外周路へ。競技場は今夏から解体されますが外周部分は工事車両道に改修され影響が出始めています。



②テント場所の移動 ——

暖かい南側から北側に移動。記録証発行所の混雑を緩和する目的と思われます。

③気候 ——

午前中はとても暖かく、ランナーは例年よりも発汗していました。午後になると冷たい北風が変わり一時はテントが飛ばされるかと思うほどでした。

④病欠者8名 ——

直前になって風邪によるキャンセルの連絡が相

次いだこと。施術者はまず健康であることの大切さを感じました。



⑤テーピングの受付開始 ——

皮内鍼施術に加え、今年からテーピングの希望者に対応。申副支部長と木村役員がテーピング担当、やはり足関節・膝関節の希望者が多かったです。



⑥子供の施術希望者が増えた ——

今年の待合は30人を超えても施術を希望するランナーの列が続きました。



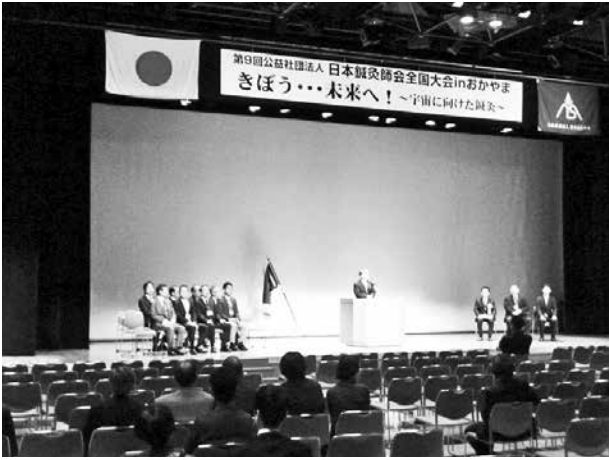
施術総数384名

ボランティア参加者39名

(会員15名 非会員20名 学生4名)



第9回 全国大会in岡山 (続編)



開会式：日鍼会 仲野彌和会長挨拶



懇親会：日鍼会役員



懇親会：東京都鍼灸師会 参加者 計30名



懇親会余興：バンド演奏
全日学 後藤会長・日鍼会 仲野会長
お二人は飛び入りで熱唱されました

鍼灸師のスポーツトレーナー制度について



小椋賢二氏 小松秀人副会長 藤原秀雄氏

一般口演



伊集院克氏(中野) 池田教克 群馬県師会長



南上亮氏(渋谷) 小池英義氏(渋谷)



元吉正幸氏(豊島) 紺野康代氏(世田谷)

お詫び

上記以外にも多数の写真を撮影しましたが諸般の条件により掲載できなかったことをお詫び申し上げます。

広報部

速報!!

第8回 東京マラソン

739名のランナーに喜ばれました!



平成26年2月23日(日)。2週続けて記録的な大雪に見舞われたが、当日は曇天・無風でまずまずの天候。35,500名がエントリーした。昨年からのWMM(ワールドマラソンメジャー)のビッグなマラソン大会に昇格。



号砲は午前9時。42.0km地点：最終コーナーではランナーを太鼓と神輿がお出迎え。ほかにも色々な催しで東京マラソンを盛り上げた。ピークは12:30~14:30。スタッフは大忙し。受療者は昨年より1.7倍を超えた。

(以下、2013集計から) ①ふくらはぎ ②大腿前側 ③膝の不調を訴える方で半数を占め、④大腿後側 ⑤腰 ⑥下腿外側 ⑦足関節 ⑧背部・その他と続く。急性筋肉炎はアイシング、ほかの部分は“バイオネックス”円皮鍼で対処した。後半のランナーは苦痛が増加、足を引きずる方が多く見られ一人あたりの施術時間は長くなる傾向であった。

施術後の感想は「即効性があるんですね!」との声が聞かれ、アンケートでは「ほぼ満足」との集計でした。

ボランティア・スタッフのみなさん立ちっぱなしで大変お疲れ様でした。

| | |
|-----------------|--------|
| 目標受療者数(ランナーの2%) | 710名 |
| 683名+56名(英語カルテ) | 総計739名 |
| 参加有資格者63名 学生4名 | 総勢67名 |



太鼓と神輿がお出迎え



今年はブースの向きが変更



受付で外国人に英語で説明するスタッフ



カルテ記入を終え施術待ちのランナー(昨年より受療希望者が大幅に増加した)

祝 金メダル

フィギア羽生選手と“置きばり”

平成26年2月15日(土) 朝日新聞：朝刊

2月13日。フィギアスケート男子：ショートプログラム(S.P)で世界歴代最高となる101.45点を出して首位に立った羽生結弦氏。

喘息の急な発作に襲われたのは2012年9月。練習拠点のカナダ・トロント。新しい環境に慣れていなかった。息をするのも苦しく食事がのどを通らない。細い身体がさらに細くなってシーズンを迎えた。

2歳の頃から喘息に悩まされてきた。今も飲み薬は朝晩2錠ずつ。吸入薬も手放せない。喘息の影響で肺を大きく開いて息を吸い込むことができないから4分半、全力疾走するような運動量のフリーでは、後半に必ず息苦しくなる。背中が丸まって頭が前に出てしまう。

喘息に良くないため冷たい空気を避けるためマスクは手放せない。捻挫した足首や膝には補助のテーピングが欠かせない。練習後は氷水に足を浸す。普通の練習は長くて2時間。同年代の選手の2/3もこなせないスタミナ。それが彼の課題だった。

昨年から硬い上半身をほぐすため“置きばり”という“はり治療”の市販品を使うようになった。肺周辺の筋肉が軟らかくなれば姿勢も良くなり呼吸もしやすくなる。

専門家の助言を受け人体図を見ながら研究。背中・腰・足など全身に15か所ほど。血行を良くしてほぐしたい筋肉をめぐらして“はり”を置く。長いもので2ミリ弱。試合中や就寝中も体に“はり”を入れたまま。「正確な場所に置けないと痛い。腰に長い“はり”をおいておくと、寝返りをうてないときがある」

最近「ずいぶん良くなった」と自分で施す“はり”の効果を実感している。プライアン・オーサーコーチに「ひざや足首を強くするため」と勧められ嫌っていた筋力トレーニングにも昨夏から時間を割いた。ソチに到着した3日、こう胸を張った。「今シーズン、けがもなくやってこられた。去年と比べ、成長したのはそこ」。

弱点を克服し、“金メダル”に輝いた。

アナウンス

青年女性部

「治療院見学会」

平成26年3月15日(土)

16:30~18:45(受付16:15から)

「せりえ鍼灸室」

住 所：港区南青山7-14-5いし山ビル2F
広尾駅徒歩8分・表参道徒歩13分

参加費：会員は無料

一般鍼灸師2000円 学生1000円

*懇親会費は別途4000円を予定

定員：20名(先着順 定員になり次第メ切)

申込み方法

①お名前

②所属

③会員(支部名) 一般(治療院名&住所)
学生会員 or 学生(学校名&学年)

④懇親会出席の有無 を明記の上

Eメールrin5shin9in@gmail.com

TEL 050-3413-8239 林 真紀子まで

日赤広尾病院の正面玄関からすぐ、マタニティ鍼灸・産後ケア専門「せりえ鍼灸院・広尾」は、不妊や妊婦さんへの鍼灸治療を広めてきた女性鍼灸師フォーラム代表、有明医療大学非常勤講師も勤められる辻内敬子先生の治療院です。医師からの信頼も厚い先生の鍼灸治療の実技も一部披露していただけます。

また、見学後は辻内先生を囲み懇親会もあります。年度末でご多忙とは思いますが、ぜひご参加下さい。

訃 報 2/17 鈴木毅 セイリン会長(90歳)
ご冥福をお祈り申し上げます



(株)セイリン製作“宇宙鍼”岡山大会参加者
「東京マラソン」にも協賛を頂いています

厚生部

2月12日 理事会報告にて

弔 事

謹んでお悔やみ申し上げます。

三多摩西支部 浜田 義春氏
1月1日 母堂死去(97歳)
八王子・日野支部 鈴木昭彦氏
12月18日 母堂死去(84歳)

【退会者のお知らせ】

| | |
|--------|---------------|
| 台東 | 松本 和臣 (A会員) |
| | 稲飯 均 (A //) |
| 大田 | 村山 巖 (A //) |
| | 真壁 文男 (B //) |
| 中央 | 堀部 誠治 (A //) |
| 渋谷 | 末成 敏子 (A //) |
| 新宿 | 福岡 稔允 (A //) |
| 三多摩北 | 服部 誠 (A //) |
| 武蔵野・三鷹 | 村上 文子 (A //) |

平成26年 3月9日(日) 14:00~15:30

都民公開講座

講師：熊谷 修先生

講演テーマ

「介護リスクを高める新型栄養失調
～元気シニアを襲う新たな栄養問題～」

池袋サンシャイン文化会館 5階 501号室
無料：先着200名(事前申込制)

まだ座席に余裕があるかも知れません。
どうぞ、お気軽にお問い合わせください。
申込み先：事務局 03-3985-7501または
担当理事 松浦 正人 まで 090-2746-1704

特別展 医は仁術

平成26年3月15日(土)～6月15日(日)
9:00～17:00(金は20:00まで・休館 月曜日)
国立科学博物館(東京・上野公園) 一般1,500円
問合せ 03-5777-8600

会長日誌

- 12月1日 日鍼会 全国師会長会議
2日 都議会自民党躍進の集い
(伊集院・岩元・森野・邊田・
小林潤一郎氏が同行)
4日 東鍼会介護予防委員会ミーティング
6日 国民医療を守るための総決起大会
(伊集院・森野・邊田・関口氏参加)
厚労省老人保険課訪問
帝京大学医学部5年生に講演
「はり・きゅう治療」について
8日 豊島区ふくし健康まつり
学術講習会
10日 衛藤晟一参議院議員の会
15日 長野県鍼灸師会にて講演
20日 「第6回在宅医療を推進するための会」
22日 理事会、予算会議
- 1月8日 日鍼会 業務執行役員会
理事会 江戸川支部新年会
(代理出席 松浦氏)
11日 新年会
12日 東京都健康福祉局委託学術講習会
(後期)
13日 「第27回介護予防運動指導員養成講座
in神奈川」1日目
関東ブロック正副会長会議
(伊集院・岩元・小林委員同席)
東京マラソン研修会
19日 「第27回介護予防運動指導員養成講座
in神奈川」2日目
24日 「第7回在宅医療を推進するための会」
25日 日鍼会 介護予防委員会
26日 日鍼会 合同委員会・理事会
30日 東京都健康長寿医療センター研究所
新開省二先生・堀田晴美先生 打合せ

「一鍼たすけ」発刊について

平成26年度は7月号・1月号の2回となります。
1月号は「普及啓発活動：特集号」です。4月から始まる「支部活動」の記事・写真をお送りください。お願い申し上げます。

広報部

(公社) 東京都鍼灸師会協力会員

| | |
|--|---|
| <p>株式会社 カナケン</p> <p>〒225-0002 横浜市青葉区美しが丘2-17-39 TEL:045-901-5471 URL: http://www.e-kenkou.jp E-mail: info@kanaken.co.jp</p> | <p>株式会社 明 健 社</p> <p>〒181-0013 三鷹市下連雀7-6-36 TEL:0422-71-8801 URL: http://www.meikensha.com E-mail: l@meikensha.com</p> |
| <p>(有) 前田豊吉商店</p> <p>〒167-0052 杉並区南荻窪1-22-15 TEL:03-3332-7634 URL: http://www.needlemaeda.com E-mail: harimaeda@pop01.odn.ne.jp</p> | <p>丸菱産業 株式会社 東京支社</p> <p>〒160-0023 新宿区市谷薬王寺町58番地402 TEL:03-3513-7756 URL: http://www.marubishi.com E-mail: tokyo@marubishi.com</p> |

協力会員募集中

発行者  公益社団法人 **東京都鍼灸師会** 会長 高田 常雄 (広報部)

〒170-0005 東京都豊島区南大塚3-44-14 日本鍼灸会館内

電 話 03-3985-7501 FAX 03-3985-7526

メールアドレス

info@harikyu-tokyo.or.jp