

鍼灸マッサージ情報誌

月刊 東洋療法

2015
2.1 発行

250

公益社団法人 全日本鍼灸マッサージ師会

平成26年度 スポーツ鍼灸マッサージ 指導者育成講習会

後期講習会報告 来期から新たな展開で

4期目となるスポーツ鍼灸マッサージ指導者育成講習会は後期講習会を東京ビックサイトで12月20～21日の二日間にわたり開催した。特別講演では元シドニーオリンピック日本代表(陸上競技10000m)の高橋千恵美氏より、選手時代のエピソードと現在管理栄養士として選手を栄養面からサポートしている難しさについてユーモアたっぷりにご講演いただいた。

受講科目ではアスリハ実技(A級のみ)、鍼灸実技・マッサージ実技・ドーピングの他に新たにディスカッション(委員との意見交換)とカンファレンス(活動及び症例発表)が行われた。ディスカッションでは「トップアスリートだけではなくマスターズや愛好家、レクリエーションスポーツなどのケアも認定対象としてほしい」「研修のため参加可能なスポーツ大会を事前にアナウンスしてほしい」などの意見が出された。カンファレンスでは委員による選手ケアの実技デモンスト

レーションや福岡スポーツ鍼トレーナー部会発足の経緯、京都マラソンでの活動報告と次回への準備状況などが発表され、多くの質問が飛び交う熱気のうちに今年度の講習全課程を修了した。

今期は合計181名(S級32名・A級122名・B級27名)の鍼灸マッサージ師を新規認定及び更新した。来年度からの計画として新規B級講習会は廃止し、新規A級及び更新者を対象とした指導者講習会として新たなカリキュラムで展開する予定。過去にB級認定を受けた方及びA級認定講習会の未履修者または更新を行っていない方(B級認定者101名、A級未更新者46名)は平成27年度の受講または登録更新を行わない場合、名簿から削除させていただきますので、漏れなく講習会へご参加いただきますようお願い致します。

(報告：笹川隆人)

年頭所感

厚生労働大臣 塩崎 恭久



平成27年の新春を迎え、心よりお慶び申し上げます。本年も何とぞよろしくお願い申し上げます。

厚生労働大臣に就任してから約4ヶ月が経過しました。その間、国民の皆様の安全・安心の確保に万全を期すべく努力して参りましたが、引き続き、私自身が先頭に立って、様々な課題に全力で立ち向かう決意を新たにしています。

第一に、東日本大震災からの復興を加速させなければなりません。

東日本大震災の発生からもうすぐ4年が経とうとする今もなお、多くの方々が避難生活を送っておられます。昨年、私も被災地を訪問し、被災された方々からお話を伺いました。現場第一主義に立ち、将来を見据えて復興に取り組む思いを新たにいたしました。私自身も復興大臣であるとの強い意識で、対策を進めていきます。

具体的には、避難生活の長期化に対応するとともに、地域の復興を進めるため、被災者の健康確保や心のケア、医療・介護の体制整備、雇用対策等に取り組んでいきます。

また、東京電力福島第一原子力発電所事故への対応も重要な課題であり、発電所での作業や除染作業などに従事する方々の放射線障害防止や食品中の放射性物質の安全対策に努めていきます。

第二に、昨年、消費税率の10パーセントへの引上げについて、安倍総理より、予定されていた今年10月からの引上げを18か月延長する旨の表明がありました。安倍総理のご判断を重く受け止めつつ、今後とも、国民の安心を支える社会保障制度を所管する立場として、世界に誇る我が国の社会保障制度を次の世代にしっかりと引き渡していくため、国民のご理解を得ながら改革を進めていきます。

医療・介護については、住み慣れた地域で継続的に生活できるよう、質の高く効率的な医療提供体制や地域包括ケアシステムの構築が必要です。このため、昨年6月に成立した医療介護総合確保推進法に基づき、地域医療構想の策定によって医療機能分化や連携を図るとともに、各都道府県に設けた地域医療介護総合確保基金を人材不足対策等への支援に活用していきます。また、在宅医療・介護の連携の推進等によって地域支援事業を充実するなど、地域の実情に応じた医療・介護提供体制の確立に引き続き取り組んでいきます。さらに、平成27年度の介護報酬改定に取り組むとともに、認知症の方が安心して暮らせる社会の構築に向けて、関係省庁とも連携しながら認知症施策を加速するための戦略を策定し、施策を推進していきます。

医療保険制度については、国民皆保険を今後とも堅持するとともに、広く国民の納得・信頼・安心を実現できる制度を構築することが重要です。国民健康保険を始めとする医療保険制度の財政基盤の安定化、医療費の適正化、国民の負担に関する公平の確保等を推進し、将来を見据えた改革に向けてしっかりと取り組んでいきます。

子ども・子育て支援の充実についてはきわめて重要な施策であるため、幼年期の学校教育・保育、地域の子ども・子育て支援の総合的な推進を図る子ども・子育て支援新制度を、本年4月から施行します。引き続き、円滑な施行に向けた準備を進めるとともに、「待機児童解消加速化プラン」に基づき、平成29年度末までの待機児童の解消を目指して取組を進めます。また、いわゆる「小一の壁」の打破に向け、「放課後子ども総合プラン」に基づき計画的な整備を進め、放課後児童クラブによる受皿の拡大に取り組んでいきます。

年金については、国民の老後の安定した生活を支えるセーフティネットであり、将来にわたって制度を持続可能で安心できるものとするのが重要です。

このため昨年から、社会保障制度改革プログラム法に規定された公的年金制度の検討課題等については、社会保障審議会年金部会において、また、企業年金制度の普及・拡大の方策等については、社会保障審議会企業年金部会において、それぞれ検討を行っています。本年早々に議論を取りまとめ、必要な取組を進めます。年金積立金の運用については、運用の見直しとガバナンスの強化は車の両輪であり、改訂日本再興戦略等を踏まえ専ら被保険者の利益のための取組を進めます。さらに、年金記録問題を踏まえ、年金事業を更に国民に信頼されるものとするよう年金記録の訂正手続の円滑な実施や、国民年金納付率の向上、厚生年金の適用促進等に取り組んでいきます。

第三に、持続的な経済成長のためには、女性や高齢者が働きやすく、意欲と能力のある若者が将来に希望が持てる環境を作るとともに、投資の促進や人材力の強化等を通じた労働生産性の向上を図ることが重要です。このため、改訂日本再興戦略に基づき、働き方改革や失業なき労働移動の実現、女性・若者、高齢者等の活躍推進等に取り組んでいきます。

働き方改革については、昨年9月に、私を本部長とする「長時間労働削減推進本部」を厚生労働省内に設置し、長時間にわたる過重な労働が疑われる事業場に対する重点監督の実施等、省を挙げて長時間労働の削減に取り組んできました。その上で、時間ではなく成果で評価される新たな労働時間制度の創設など労働時間法制の見直しや、年次有給休暇の取得促進策の検討など、働き方改革の実現に取り組んでいきます。また、パートタイム労働者の均等・均衡待遇をより一層確保するための取組を行います。

失業なき労働移動の実現については、労働市場全体としてのマッチング機能の強化を図るほか、産業ニーズ等を踏まえた職業訓練の推進、主体的なキャリア形成支援、新たな職業能力評価制度の構築等、職業能力開発施策を積極的に推進していきます。

女性の活躍促進については、急速な少子高齢化の進展や国民ニーズの多様化などの社会経済情勢の変化に応じていくため、「女性の力」が十分に発揮される環境を整備し、活躍の場を充実させることが重要です。このため、各企業における女性の活躍推進に係る取組の

着実な推進を図るための仕組みなどを盛り込んだ法律案の再提出・成立に向けて全力で取り組んでいくとともに、仕事と家庭を両立できる職場環境の整備・充実に向けた取組を進めていきます。

若者等の活躍促進については、若者の円滑な就職支援、企業における若者の活躍促進に向けた取組の支援等、若者の雇用対策の充実に向けた法的整備を含む検討、「正社員実現加速プロジェクト」により非正規雇用労働者の正社員化を推進します。

また、外国人技能実習制度については、国際貢献を目的とする趣旨を徹底するため、関係省庁と連携して、新たな法律に基づく制度管理運用機関の設置等による管理監督体制の抜本的強化や対象職種の拡大等の拡充を図ってまいります。

このほか、医療・福祉、建設業等の人材不足分野における「魅力ある職場づくり」等を通じた人材確保対策を進めます。

労働者派遣制度については、昨年の臨時国会で改正法案が廃案となりましたが、派遣労働者の一層の雇用の安定と保護等を図るため、制度の見直しの必要性についてさらなる理解を求めていきます。

第四に、地方創生については、昨年末にまち・ひと・しごと創生本部でとりまとめられた長期ビジョン・総合戦略に基づき、今後、政府において本格的な取組が始まります。厚生労働省においても、昨年10月に、私を本部長とする、「まち・ひと・しごと創生政策検討推進本部」を設置し、この問題について省を挙げて対応することとしておりますが、引き続き、国民が安心して働き、希望通り結婚や出産・子育てができ、将来に夢や希望を持てる、魅力あふれる地方の創生に向け、各府省と連携し、総合的な対策に取り組んでいきます。

第五に、国民の皆様の安全と安心の確保に向けた取組についても、迅速に進めていかなければならないことが多々あります。

国民の生命や健康を守るため、感染症対策については、昨年公布された改正感染症法の円滑な施行に取り組むとともに、エボラ出血熱や新たなインフルエンザなどへの当面の対応として、行政機関や医療機関における対応を強化すること、国民の皆様への正確な情報を提供し協力をいただくなど、警戒を怠ることなく万全を期してまいります。

難病や小児慢性特定疾病については、本年1月から、公平かつ安定的な医療費助成の制度の確立等を柱とした難病法等が施行されました。本年夏には国の基本方針を定めることとしており、今後とも、難病等の克服を目指し、相談支援体制の確保など総合的な対策を進めていきます。また、予防接種基本計画に基づく予防接種施策の推進、がん検診の受診率向上やがん登録推進法の円滑な施行に向けた取組をはじめとするがん対策、肝炎、生活習慣病等様々な疾病を抱える方々への支援策や予防策、原爆被爆者の方々への支援を引き続き進めていきます。

心身に重大な悪影響を及ぼし、幼い子供などが犠牲者となる悲惨な事故を引き起こす危険ドラッグについては、厚生労働省は、指定薬物の迅速指定、検査命令・販売停止命令の発動や、販売サイトの削除要請などを強力に推進してきました。その結果、販売店舗の3割を廃業又は閉鎖し、国内販売サイトの約4分の8を閉鎖又は販売停止に追い込みました。昨年11月に成立した改正医薬品医療機器等法に基づき、危険ドラッグの撲滅に向けて取締り等を徹底してまいります。

医薬品・医療機器等については、昨年施行された医

薬品医療機器等法に基づく取組を進めるとともに、安全対策や審査の迅速化、薬事戦略相談の拡充等により、世界に先駆けた革新的医薬品・医療機器の創出や再生医療の実用化を図ってまいります。

児童虐待については、子どもの命が奪われる痛ましい事件が後を絶たないなど、依然として深刻な状況が続いています。こうした現状を踏まえ、政府としては、「児童虐待防止対策に関する副大臣等会議」を開催し、関係府省庁が連携して検討を進めております。厚生労働省でも、昨年9月に「児童虐待防止対策のあり方に関する専門委員会」を設置し、妊娠期からの切れ目ない支援のあり方など、課題について実効ある児童虐待防止対策の構築に向けて検討し、11月にはこれまでの議論のとりまとめを行ったところです。専門委員会では、引き続き、自立に向けた支援等について議論することとしています。

また、児童養護施設等には、虐待などにより保護者の適切な養育を受けられないことが原因で入所する子どもが増加しています。そうした子ども達に対して家庭的な養育環境の下できめ細かなケアを提供していくため、里親やファミリーホーム、児童養護施設の小規模化・地域分散化等の社会的養護の充実をさらに取り組んでいきます。

社会福祉法人については、福祉ニーズの多様化、複雑化に対応していく中で、その果たす役割がますます重要となっており、高い公益性や非営利性に見合ったガバナンスの強化、透明性の確保、財務規律の確立等、制度の見直しに取り組めます。

福祉人材確保対策については、喫緊の課題である介護人材の確保に向けて、多様な人材の参入促進、資質の向上及び労働環境の改善について、あらゆる施策を総動員し、総合的な確保方策を講じていきます。

生活保護・生活困窮者施策については、昨年施行された改正生活保護法の規定に基づき、不正・不適正受給対策の強化や医療扶助の適正化を図るほか、受給者の自立に向けた就労支援の強化を進めるとともに、生活困窮者に対して包括的な相談支援や就労支援等を行う生活困窮者自立支援制度の本年4月からの円滑な施行に取り組めます。

あわせて、子どもの将来がその生まれ育った環境によって左右されることのないよう、また、貧困が世代を超えて連鎖することがないように、子どもの貧困対策を総合的に進めていくことが重要です。

援護行政については、戦後70周年を迎える節目の年に当たり、戦没者の遺骨収集帰還事業の一層の推進を図るとともに、慰霊事業、戦傷病者、戦没者遺族に対する支援に着実に取り組んでいきます。また、中国残留邦人等に対する支援策をきめ細かく実施します。

障害のある方への支援については、障害福祉サービス等の報酬改定に取り組むとともに、障害の有無に関わらず活躍できる環境整備を推進し、障害者総合支援法施行後3年の見直しに向けた検討を進めていきます。また、改正障害者雇用促進法の円滑な施行に取り組むなど、障害者の就労支援の充実を進めて行きます。

その他にも、生活衛生関係営業の振興や老朽化した水道施設の計画的更新や耐震化、運営基盤強化のための広域化等を推進していきます。

以上、厚生労働行政には多くの課題が山積しています。国民の皆様には、一層の御理解と御協力をお願い申し上げます。年頭に当たっての私の挨拶と致します。

平成27年 元旦

都道府県別代議員・補欠代議員立候補者一覧表

- ◎平成26年12月1日告示の代議員及び補欠代議員の立候補者は下記のとおりです。
 - ◎代議員立候補者が定数以内のとき、また補欠代議員の立候補者が1名のときは無投票当選となります。
 - ◎神奈川県においては、代議員定数9名に対し10名の立候補者がありましたので、選挙を実施します。
- なお、補欠代議員については立候補者がありませんでした。

(各師会の立候補者名の記載は受付順)

都道府県名	師会名	代議員定数	立候補者数	立候補者名						補欠代議員		
				定数	立候補者数	立候補者名	定数	立候補者数	立候補者名			
北海道	北海道師会	3	3	羽山 康雄	福良 均	堺谷 敏勝				3	1	戸沢 茂
青森	青森県師会	1	1	大沢 光弘						1	1	藤田 啓介
岩手	岩手県師会	1	1	佐々木 実						1	1	佐藤 明
宮城	宮城県師会	2	2	山田 幹夫	堀田 三千春					2	1	佐藤 要
秋田	秋田県師会	1	1	高橋 和彦						1	1	小松田 泰
山形	山形県師会	2	2	白田 栄二	原田 幸美					2	1	鈴木 耕平
福島	福島県師会	1	1	熊田 泰治						1	1	菅野 徹
茨城	茨城県師会	2	2	伊藤 徳也	仲澤 進					2	1	石川 雅之
栃木	栃木県師会	1	1	増田 薫						1	1	植木 均也
群馬	群馬県師会	2	2	大隅一彦	齊藤 了					2	1	大下 富士男
埼玉	埼玉県師会	3	3	長嶺 芳文	尾野 彰	岩本 賀奈夫				3	1	山岸 克也
千葉	千葉県師会	4	4	齊藤 曠	染谷 雄一	元吉 正幸	川端 隆治			4	1	矢島 実
東京	東京都師会 東京都東洋師会	2	2	黒澤 淳 森井 貴司						2	1	皆川 浩一
神奈川	神奈川県師会	9	10	伊勢山 竹雄 太田 修二	沢田 昌子 小野 良太郎	梅田 春樹 齊藤 圭吾	朝日山 一男 大淵 真	角田 敏男	松野 徹	9	0	—
新潟	新潟県師会	2	2	高野 栄	桜澤 知弘					2	1	早川 康
富山	富山県師会	2	2	中野 邦雄	羽馬 澄夫					2	1	宮西 和男
石川	石川県師会	2	2	常盤 和成	田中 良和					2	1	宮川 巖幸
福井	福井県師会	1	1	道下 勝元						1	1	小林 豪
山梨	山梨県師会	1	1	坂本 司						1	1	澤登 拓
長野	長野県師会	2	2	臼井 武文	三村 守					2	1	石原 敏晴
岐阜	岐阜県師会	3	3	高橋 昌司	竹下 正二	松尾 将典				3	1	岩田 誠
静岡	静岡県師会	4	4	伊奈 保美	青島 義治	齋藤 恭二郎	海野 てる			4	1	吉川 栄
愛知	愛知県師会	2	2	山ノ下藤美雄	中川 徹					2	1	古川 元通
三重	三重県師会	2	2	清水 義弘	島谷 宏					2	1	上口 長年
滋賀	滋賀県師会	2	2	岳 東弘	三越 洋					2	1	太田 秋雄
京都	京都府師会	4	4	西島 登貴子	高野 實	栗山 修	田口 幸三郎			4	1	田中 光博
大阪	大阪府師会	11	11	古田 高征 中濱 経宥子	佐藤 明 老羅 秋宏	鴻野 知央 宮本 恒	秦 章 西條 稔	西村 久代 高橋 一郎	牧野 克則	11	1	村上 正人
兵庫	兵庫県師会	5	5	櫻井 義明	中南 正	賀内 進一	梅木 茂樹	中村 芳真		5	1	天野 豊
奈良	奈良県師会	1	1	喜多嶋 毅						1	1	入口 芳一
和歌山	和歌山県師会 全和歌山県師会	2	2	宮本 年起 金崎 義明						2	1	泥谷 匡広
鳥取	鳥取県師会	1	1	山根 和由						1	1	山下 泰男
島根	島根県師会	1	1	持田 栄一						1	1	植田 昇
岡山	岡山県師会	1	1	松浦 浩市						1	1	畑 和則
広島	広島県師会	3	3	山田 健三	岡田 佳広	佐々木 健二				3	1	竹辺 竜司
山口	山口県師会	1	1	林 和俊						1	1	武田 正樹
徳島	徳島県師会	2	2	高島 弘和	八百原義正					2	1	谷川 仁士
香川	香川県師会	1	1	宮武 功哲						1	1	山内 浩二
愛媛	愛媛県師会	2	2	浦川 武之	佐藤 佳孝					2	1	森 康臣
高知	高知県師会	1	1	林 道夫						1	1	浦宗 義人
福岡	福岡県師会	4	4	要 信義	横山 貴一	楠窪 哲也	前田 徹			4	1	川越 寛應
佐賀	佐賀県師会	1	1	江口 雅昭						1	1	黒木 寛
長崎	長崎県師会	1	1	下釜 光弘						1	1	佐藤 英孝
熊本	熊本県師会	2	2	丸山 衛士	高橋 武良					2	1	小山 博一
大分	大分県師会	2	2	羽田野 廣司	麻生 陽子					2	1	仲野 健二
宮崎	宮崎県師会	2	2	今村 俊一	河野 哲史					2	1	佐藤 暢一
鹿児島	鹿児島県師会	3	3	右田 善信	片平 俊彦	清水 大樹				3	1	松元 健一
沖縄	沖縄県師会	1	1	豊平 朝清						1	1	相島 英臣
合計		109	110							109	46	

平成27年2月1日 公益社団法人 全日本鍼灸マッサージ師会 選挙管理委員会

医者いらず

健康長寿 処方箋 13



医学博士 井上正康

(健康科学研究所所長&大阪府鍼灸マッサージ師会学術顧問)

井上正康先生は、癌や生活習慣病を「活性酸素」やエネルギー代謝の観点と、地球や生命の歴史という大きな視野で研究されている国際的研究者です。

専門書、一般書のご執筆をはじめ、マスメディアでも大活躍、「予防医療」の研究と普及に取り組まれています。

纏足(てんそく)は、足のやわらかい幼女期から親指以外の足指を内側に曲げて布できつく縛り、成長を抑えて小さな足にする中国の風習だった。この作業を生涯続けると最終的には「金蓮」と呼ばれる10cm前後しかないハイヒールに似た形の小さな足になった。纏足は南唐の李煜が足の細い女性を好んだことから始まり、中国全土が統一された北宋以降に広く普及し、清代には纏足狂時代と呼ばれる最盛期を迎えた。しかし、布で包まれた纏足は蒸れて臭く不衛生であったことから時の皇帝が度々禁止令を発した。義和団の乱以後に大規模な反対運動が起こり都市部では罰則により下火になった。しかし、全土では実質的な効果は少なく、第二次世界大戦直後まで隠れて行われていた。このため現在でも70歳以上の老女では纏足が見受けられる。

纏足文化が生まれた理由は、小足の女性が美しく魅力的と考えられていたからである。貴族達はうまく歩けない纏足の弱々しい女性に美しく装飾された小靴を履かせ、その歩き方や可憐な仕草を楽しんでいた。事実、当時は纏足でない大足の女性には嫁の貰い手がなかった。纏足ほど極端ではないがヨーロッパでも大足の女性は労働者階級と見なされ、貴族は小足の女性を好んだ。苦痛を伴う身体加工の纏足は、視覚的なスタイルを良く見せる美容術であり性的アピール法でもあった。17世紀にバレエが流行して以来、バレエシューズによって小さくされた足は貴族の証となっていた。シンデレラしか履けなかった小さなガラスの靴も小足美人のメルヘン的小道具であった。日本の舞妓さんの履物も下部が細い高底靴であり、彼女達は纏足女性の歩き方を真似ていた。

纏足は歩くことや走ることが困難なので、日々の生活には大きなハンディとなっていた。野生の世界はもとより、人間界も生きていくのは大変厳しいので、この様なハンディを背負う纏足文化が生まれた背景にはそれなりの理由があった。

実は纏足の本質は「玩蓮」と呼ばれた官能の開発であった。小さな足で歩く時に体のバランスを維持するために内股の筋肉が余分に働き、局所の筋肉

も強化される。この為、歩行時の独特な足音や姿勢などが聴覚(聴)や視覚(矚・窺・看・視)を刺激し、これに嗅覚や触覚が加わって48種もの官能を刺激すると云われている。明代の四大奇書『金瓶梅』には、纏足が美人と結婚の条件であり、男女の誘惑・求愛・性愛の手段であったことが述べられている。

人間の様々な風習や奇行の背景には無意識的に生存を模索する進化要因が潜んでいる。纏足が長期間愛用されてきた事実にも進化生物学的な理由があると思われる。約100年前に脳外科医ベンフィールドにより作成された脳の身体地図を見ると、人間の様々な無意識の世界が視えてくる。側頭葉の感覚野では顔の領域の上側に手や指の感覚領域が隣接している。両領域と視覚や痛覚の関連領域との神経繊維の交差連絡が幻肢や幻肢痛の原因であることが脳科学者ラマチャンドランにより明らかにされている。又、足の感覚領域の直下には生殖器の領域が局在しており、両者間にも神経繊維の交差連絡がある。このため足に対応する感覚野の神経細胞が廃用性萎縮により退縮すると、これに隣接した生殖器の感覚領域が増大してくる。纏足は足感覚領域を縮小させて脳の性感帯領域を増幅する術として発明されたものである。現代女性もハイヒールにこだわり足や靴がフェティシズムの対象となっている理由は、この様な脳の身体地図と神経交差連絡の為である。ハイヒールでは脚線美を強調できるが、覆われて見えない纏足はバーチャルな官能世界をも刺激していたのであろう。古今東西「秘すれば花」は美意識とエロスの根幹である。

東洋医学では足の裏に五臓六腑に対応するツボが想定されている。筆者も評判の良いプロから足ツボマッサージを受けた直後に驚く程身体が軽くなり歩行も楽になったことを経験したことがある。足裏に想定されたツボの医学的実態には不明な点も多いが、脳の身体地図との関連で鍼灸マッサージ法を解析することにより、エビデンスに裏付けられた有効な施術体系を再評価できると思われる。

注)「矚」は遠下方からの眺め、「窺」は盗み見る、「看」は見る、「視」は細かに観察の意。

現代の纏足・ハイヒール

がゆめこばなし Dr.タコの外来小咄 58



寒い冬はもちろん、普段にも増して厚着のおばあちゃんたち。ヒートなんかの下着など着ま
せんから肌着を何枚も重ね着するタイプが多くて、なかなか肌があらわれません。らっきょう
みたいにおむいてやっと肌にたどり着くと、汗でびしょり。「ガン大会じゃないんだし、過保
護にしているとかえって弱くなっちゃうよ！」でもまあ転んだときのクッションだと思って、む
き続ける毎日なのです。

物忘れ外来

「うちのおばあちゃん、薬は自分で管理できるというから
らせていたんですが、このあいだ確かめたら、いっ
ぱい飲み残しがあって」
「それは無理でしょう、なにしろもう90歳ですよ。あ
わなと思うのは捨てたり、飲み残してたりしますか
ら、やはりお家のひとがみてあげないと」
「そうですよね、そういえば、おばあちゃん、こないだ
から脳外科にも通うって言うたんじゃないの？」
「そうだけ？」
「そうそう、なんだっけ、そうだ『物忘れ外来』だ！」
通い続けること自体、難しい外来のようですね

同じ吸うなら楽しまなくちゃ

「血圧はいいですね、安定していますよ」
「でも私ここで測ると少しあがるし、いろいろと心配で」
「もったいないなあ、よくコントロールできてるんだか
らもっと自信を持って、血圧のことなんか忘れるくら
いでいいですよ」
「そうでしょうか？」
「たとえば、肺ガンになったらどうしよう、なんて思い
ながらタバコ吸うくらいなら、うまいなあ、スッキリす
るなあと思って吸った方がまだましでしょ？どうせ吸
うならね。」
だから吸えといってるわけではありませんので、悪し
からず

鏡の法則

「はい、胸診るからね、暴れないでよ」
そうやって男性看護師が手を押さえます
おばあちゃんは怖い顔で「なにすんだ一、やめろ〜」
じたばた、一度叩かれたことも！
「内科の先生が診察しますからね、ここ少し持ち上げ

てもいいですか？」
「ん〜、あーいよ」同じ方がおとなしく診察させてくれます
ついでなのはベテランの女性看護師
相手は自分を映す鏡といいますが、わかりやすい実例
ですね

血圧占い

仕事柄、血圧はこれまで何万回測ったかしれませんが、
密かな楽しみ方があります。デジタルなのでたまにプロ
目が揃うのです
「えーと血圧は、166の66、脈も66ですね(ワーオ)」
体重計も同様「先生、体重は77.77キロでした」
「そりゃすごーい！(何が?)」
パチンコでプロ目が出るより、確率は低いと思います、
1から9まで、それぞれ意味があるので(僕なりに)、内
心喜んだりドキッとしたり
一年中この数字とにらめっこするための、秘策なので
す

バットウーマン

かつて出張先の病院で後輩の女医さんを指導する立場
になったことがあり
もちろん悪いコではないのですが、気になったのがその
返事
まず最初に返ってくるのが「・・・デモお」なのです
「あそこは、こうしたほうがいいんじゃないかな」
「でも、こうなんですよ」ってかんじ
意見が一致した同僚と、飲み会の席でそのことを指摘
しました
「きみさあ、そのなんにでも『でも、でも』っていうの
やめてみたら？まず一回でいいから『はい、そうです
ね』っていってごらんよ」
その返事ももちろん「・・・でもお」やれやれ

Dr.タコ 昭和40年生まれ、慶應義塾大学医学部卒。田んぼに囲まれたふるさとで診療する熱き内科医。

簡単ツボ療法

不快な症状を自分で治す

自分の手で簡単にでき、しかも効果の期待できるツボ療法を症状別に紹介する
コーナーです。もちろん、専門的な診断・治療は医師、鍼灸マッサージ師などに委
ねなければなりません。ツボ療法は、あくまでも手軽な日常の養生法の一つとして
ご活用下さい。板橋区三療師連合会会長 佐々木邦男 監修

第52回 「足の疲れ」

足のだるさは足の裏の湧泉で取る

症状

長時間立ち通しで働く人や、デスクワークや車ばかり
乗っていて歩かない人に多い足のだるさ。最近
は、車社会で、せっかく歩くために足があるのに、歩くこ
とを嫌い、何かというときすぐ車に乗る生活は足の機
能を衰えさせ、腰も弱らせ、ひいては精力や生命力
も弱らせてしまいます。

ツボ

湧泉

治療

足のだるさを取るには、足の裏の湧泉のツボを、両

手の親指を揃えて十分に押しもみしたり、子
供に踏んでもらうのが一番。湧泉は、人間の
生命力と生殖力の源となる腎を丈夫してく
れるツボ。腎が弱っている人は、足の裏が冷
えたり、逆にほてったり、のどがはれて痛ん
だり、立ちくらみがしたりしやすいものです。
インポテンツや不妊症も腎と密接な関係があ
るといったら驚かれるかもしれませんが、そ
れだけ重要なのが腎です。昔のように、裸足
で駆け回れた時代は人間の生殖能力も正常
だったということでしょう。
健康はあなたの財産です。昔から「治療より
養生」といいます。健康な時こそ身体を大切
に。「疲労は万病の元」。その日の疲れはその
日のうちに回復させましょう。



各地での研修会・イベント情報をお知らせいたします。多くの方のご参加をお待ちしています。詳細は各師会へお問い合わせ下さい。

月日	師会名	時間	場所	内容	一般参加	参加費	生涯研修単位
2月1日	宮城	13時30分～16時	仙台市福祉プラザ	高齢者のケアに対する評価、長谷川式機能検査、カルテの記入法	可	会員1000円 一般2000円 学生500円	3単位
	茨城	10時～16時30分	水戸市福祉ボランティア会館	ロコモティブシンドロームについて、保険診療について	可	会員2000円 付添500円 一般2000円	6単位
	栃木	10時～15時	栃木県教育会館	片頭痛の病態と鍼灸手技療法の実践—鍼・手技療法は高位中枢を介し鎮痛に寄与する—	可	無料	6単位
	石川	10時30分～12時30分	石川県立盲学校	筋骨格系の触診マニュアル通読と実技、現代鍼灸臨床論通読	可	無料	2単位
2月8日	青森	10時～15時15分	八戸市総合福祉会館	短命県返上を食の立場から考える、ヴァンラーレ八戸サッカーの町おこし	可	無料	6単位
	千葉	13時～16時	千葉県師会事務所	アスリートの為の栄養学	可	資料代1000円	4単位
	神奈川	13時～17時45分	横浜市技能文化会館	山元式新頭鍼法、介護予防と認知症、スポーツ現場での鍼灸マッサージの注意事項Ⅱ	不可	神奈鍼会員限定参加費1000円	6単位
	兵庫	13時～16時	神戸市立総合福祉センター	慢性痛に対する鍼灸治療	可	無料	4単位
	島根	10時30分～15時	出雲市社会福祉センター	統合医療の中での鍼灸マッサージ師の役割、末梢性顔面麻痺に星状神経節への置鍼の実践	不可	1500円 付添1000円(弁当代)	5単位
	徳島	10時～16時	内町公民館	奇経・経絡治療について	可	会員2000円 会員外4000円 学生1000円	6単位
	愛媛	6時30分～15時30分	松山市民会館駐車場	愛媛マラソンフィールドワーク	不可	無料	6単位
2月15日	高知	13時30分～15時	四万十市立文化センター	AED救命講習	可	会員無料 会員外1000円	2単位
	長崎	10時～16時	長崎市障害福祉センター	トリガーポイント療法の理論と実際について	可	無料	6単位
2月22日	石川	13時～15時	研修センター労災会館	高齢者のcommon disease を皆で推論しよう！	可	無料	2単位
	岐阜	10時～13時	岐阜県鍼灸マッサージ会館	認知症の早期診断と対応方法について	可	無料	4単位
	京都	14時～16時15分	京都社会福祉会館	食べない生き方	可	無料	3単位
	奈良	10時30分～14時30分	奈良商工会議所	美顔について、高齢者と健康	可	無料	4単位
	和歌山	10時～12時15分	和歌山県鍼灸マッサージ会館	スポーツマッサージ研修	不可	無料	3単位
	広島	10時～12時15分	呉市 つばき会館	今心配される、感染症の予防と対策	可	無料	3単位
3月1日	鹿児島	10時～15時20分	県民交流センター	糖質制限と肉食のすすめ～飽食の時代の新しい食養生について～、人類は裸足で狩をしていた～病の起源に対する考察について～	可	1000円	4単位
	岩手	9時30分～16時	盛岡市 アイーナ	看護師という仕事について、地域健康づくり指導者研修会伝達講習	可	会員・学生1000円 一般2500円	7単位
	神奈川	13時～16時30分	鎌倉市生涯学習センター	腰痛に対する鍼灸手技療法	可	神奈鍼会員1000円 全鍼会員2000円他	4単位
	石川	10時30分～12時30分	石川県立盲学校	筋骨格系の触診マニュアル通読と実技、現代鍼灸臨床論通読	可	無料	2単位
	富山	13時30分～15時45分(予定)	(公社)富山県鍼灸マッサージ師会館	BLS(一次救命処置) 問合せ：076-434-3314河合	可	1000円	3単位
3月8日	栃木	10時～15時	とちぎ福祉プラザ	パーキンソン病に対するあはき治療	可	無料	6単位
	愛媛	10時～15時	愛媛県視覚福祉センター	蔵象学理論と配穴法～基礎と臨床～、痔に対する伝統医学的な考察と鍼灸配穴～理論・配穴・実技まで～、老官山遺跡のお話	可	会員2000円 一般4000円 学生2000円	6単位

※研修単位は会員のみ

今がチャンス!!

新規加入者 キャンペーン!

期間：平成26年12月1日～平成27年3月31日

《 キャンペーン内容 》

- 新たにご加入された方全員に、全国デパート共通券・図書カードのいずれか 3,000円分をプレゼント。
- さらに抽選で50人に1人、月額掛金相当額(上限3万円)の全国デパート共通券が当たる!

★ 加入をご検討されている方の掛金・年金額等のプランを作成いたします。★

仮に将来、国民年金の受給開始年齢が引き上げられても安心。

国民年金基金は、65歳から年金が受取れます。

※2口目以降には60歳から年金が受取れるものあり。

国民年金にゆとりをプラス。自分で入る公的な個人年金。

鍼灸マッサージ師等国民年金基金

まずはお気軽に資料請求を!

フリーダイヤル **0120-151289**

(土・日・祝日を除く 9:00～17:00)

<http://www.hari-kyuu.org/>

(HPリンク先で24時間受付)

地域健康づくり委員会からお知らせ

第8回地域健康づくり指導者研修会part2の1日目(2月14日)、厚生労働省老健局の担当者による講演、並びにシンポジウムにおいて地域包括ケアシステム構築と連携等について意見交換を行う予定です。

シンポジウムのみ参加(無料)も受け付けますので、お申し込みは全鍼師会事務局まで。多くの方のご参加をお待ちします。

(地域健康づくり委員会)

日時 2月14日(土)16:30～18:00

会場 東京 西新宿「B1Z新宿」
多目的ホール

お問い合わせ・お申し込みは全鍼師会事務局まで

電話03-3359-6049

編集後記

今月は「あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師」の国家試験があり、毎年多くの後輩たちが挑戦します。また、養成校の卒業生に対する「業界案内」も各地で行われています。卒業される生徒さんに送るメッセージとして次のようなこともお話ししています。

私たちの仕事は人助け。電車で席を譲りましょう。困っている人がいたら声をかけましょう。周囲に気配りしましょう。思いやりの気持ちを意識的に鍛えましょう。小さな親切の体験を積み重ねましょう。やがて大きな自信につながります。人に喜ばれ感謝されること、これが私たちの仕事です。困っている人を助けるって、カッコいいと思いませんか？

(広報局長代理：廣野敏明)

KANAHOT MOIST

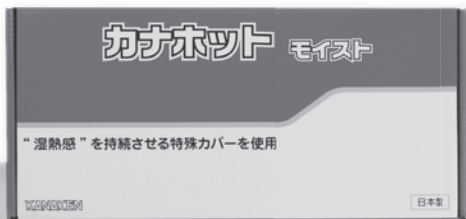
湿熱+セラミック温熱により血行をよくする

カナホット モイスト

日本製



電源スイッチ
(連続・60分タイマー)



カナホット モイスト

“湿熱感”を持続させる特殊カバーを使用



しつねつ
“湿熱感”を持続させる
特殊カバーを使用

カナホットモイスト

サイズ：640mm×380mm
重量：約900g

KB-248 本体価格 **48,000円**
+消費税

総発売元 **株式会社 カナケン**
本社：〒225-0002 神奈川県横浜市青葉区美しが丘2-17-39
TEL 045-901-5471(代) FAX 045-902-9262
オンラインショップ <http://e-kenkou.jp/> E-mail info@kanaken.co.jp

大阪営業所：TEL 06-6935-3016(代) FAX 06-6935-3017
新潟営業所：TEL 025-286-0521(代) FAX 025-286-8870
福島営業所：TEL 024-961-7211(代) FAX 024-961-7221
仙台出張所：TEL 022-287-6273(代) FAX 022-287-6218
千葉出張所：TEL 043-286-6466(代) FAX 043-286-6366

発行所 〒160-0004 東京都新宿区四谷 3-12-17 全鍼師会会館内
公益社団法人 全日本鍼灸マッサージ師会
TEL.03-3359-6049 FAX.03-3359-2023

全鍼師会 [ホームページURL http://www.zensin.or.jp](http://www.zensin.or.jp)
E-mail zensin@zensin.or.jp

協同組合 [ホームページURL http://www.jamm.or.jp](http://www.jamm.or.jp)
E-mail jamm@jamm.or.jp

名称 鍼灸マッサージ情報誌 月刊東洋療法
代表者 杉田 久雄
郵便振替 00160-8-31031
銀行口座 りそな銀行 新宿支店 普通口座 1717115
名義/公益社団法人 全日本鍼灸マッサージ師会

発行人 杉田 久雄
編集人/広報局長代理 廣野 敏明
購読料 3,600円 円共 (会員は会費より)

口座名のフリガナは「シヤ)ゼンニホンシン
キユウマツサージシカイ」となります

●発行者 公益社団法人全日本鍼灸マッサージ師会

FTEL 東京都新宿区四谷3-12-17
AXL 03-3359-6049
313359120249

平成七年一月三〇日
第三種郵便認可

●購読料 年三、六〇〇円(会員は会費より)

●定価 三〇〇円