

発行者：公益社団法人愛媛県鍼灸マッサージ師会
会長 佐藤 佳孝

事務所：〒791-8032 松山市南斎院町951-11
TEL・FAX 089 (974) 1219
E-mail：ehimekenshikai@e-ahaki.com

編集者：広報部長 松岡 嵐

愛媛県師会サイトはこちら→



1月～3月の予定一覧

毎週水曜 大街道献血マッサージ (未定)

1月30日 (日) 第59回愛媛マラソン

2月6日 (日) 第23回コムズフェスティバル

2月20日 (日) 令和3年度第2回学術研修会

※新型コロナウイルス影響の為、予定の変更・延期・中止の可能性があります。

令和3年度中央学術研修会 報告

学術部長 三谷武

愛媛県との共催による今回の中央学術研修会ではコロナ禍を配慮して、毎年お呼びしている来賓を遠慮させて頂き、主催者(県及び本会)と講師を含めた参加者のみで行い、また会場ではマスク・消毒・換気を徹底し、3密を避けて必要最小限度の人数とZoomによるWeb参加にて研修会を開催致しました。

公開講演及び実技講演では明治国際医療大学の江川雅人(えがわまさと)先生をお招きし、『アフターコロナにおける鍼灸治療、後遺症としてのせき、倦怠感、呼吸困難』～コロナ時代に活用する東洋医学の知恵～と題して、コロナの後遺症に対して具体的なセルフケア(体操)や鍼灸治療における効果的なツボを学びました。その中で、ブレインフォグ(脳に霧がかかったような症状)による倦怠感、サルコペニア(筋肉の痩せ)、ロコモティブシンドローム(移動機能低下)、フレイル(身体的・精神的・社会的虚弱による介護の危険性)などの具体的な後遺症を問題提起され、それらを回避もしくは治療する目的として所謂2活(身体活動と社会活動)が必須であることを諭されました。

アフターコロナに相応しいタイムリーな研修会となり、会場、Web共に積極的な質疑応答も出る有意義な内容となりました。県と共に本会ではこれからもコロナ禍に負けず、健康増進・地域貢献・資質向上等を掲げて、より積極的な研修会を開催していきたいと存じます。



第23回コムズフェスティバル市民企画分科会 ご案内

令和4年2月6日(日) 午前10時から
松山市男女共同参画推進センター・コムズ4階 視聴覚室A・B

青年女性部長 田窪京子

「イキイキと生活するために～おうちでできるセルフケア～」

- ミニ講座
 1. 使いすぎ? 「若さゆえの腕・肩の痛み」
 2. ストレスいろいろ 「眠れなくなったら要注意」
 3. 老化について 「無理は禁物」

- 椅子を使ってゼンシン体操
- 東洋医学的健康相談・手技体験
- パネル展示

※参加希望者は、コムズへの申し込みが必要になります。
※新型コロナウイルス感染対策のため、人数制限があります。

☆会員の皆様へ
当日9時から12時までお手伝い下さる方、6名募集します。
詳細は、インフォメーション等でお知らせいたします。

魚際(ぎよさい)

病気に負けない免疫とツボのお話 その7



毎日のケアとして腹巻をすることもよいでしょう。血流の多いお腹を温めると、内臓が活性化し効果的に体温があがります。

また、腸には免疫反応において中心的役割を担うリンパ球が約7割集まっており、腸が温まれば免疫力が高まり、反対に冷えると免疫力は下がってしまいます。

<参考文献>元気読本「ウイルス・細菌と戦う力“免疫力”を高める心得と健康術」オアシス株式会社 5月/1号 5頁。

魚際の場所：手の親指の付け根にある膨らみの中央あたりの、手の平と甲の境目。

ツボの効能：喉の痛み。腹痛など

会長あいさつ

会長 佐藤佳孝

8月からの第5波による感染も今は収束し、県内も新規感染者が出ない日が続き社会生活が活発化してきています。しかし、オミクロン株という感染力の強い新たな株が発生しています。今後国内でどれだけ拡大するかが懸念されますが、皆さんは日頃の感染予防対策をしっかりとして継続していただきたいと思えます。

先日、愛媛県立松山盲学校 高等部専攻科理療科の1年生から3年生の5名に対する講義の依頼があり話をしてきました。理療師としての自覚とともに臨床能力を高めることを目的とした研修会です。学生ではありますが、春には国家試験に合格し、はり師・きゅう師・あん摩マッサージ指圧師免許を取得すれば、社会では「先生」と呼ばれる職業になります。私の拙い施術の中でも日頃から心がけていることをお伝えし、常に研鑽を忘れないことがこれから飛躍する若い人に伝われば幸いです。

今年もあと僅かになりましたが、来年はコロナが終息し安心な年になることを祈念いたします。

編集後記

広報部長 松岡嵐

皆様いかがお過ごしでしょうか?今年はおリ・パラリンピックなどもあり大いに盛り上がりました。今年の漢字は「金」となりましたが、まあそうだろうなと思ながらも納得しました。

編集者の今年の漢字は「食」ですね。ダイエットを始めたので食事制限を頑張っていますが、クリスマス・お正月等もあるので、食事制限解除されてまた元通りになるのだろうなと予測しています。今現在はコロナ感染者が少ないですが、来年はどうなるか分かりませんが少しでも皆様にとって良い年になることを願っています。