

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→



4月～7月の予定一覧

毎週水曜 大街道献血マッサージ (未定)

4月24日 (日) 西条ふれ愛健康フェスティバル (未定)

6月12日 (日) 令和4年度第1回学術研修会・令和4年度第1回保険研修会・勉強会

6月26日 (日) 令和4年度第1回青年女性部基礎セミナー

7月10日 (日) 令和4年度IT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年度第2回学術研修会 報告

学術部長 三谷武

令和3年度を締めくくる今回の学術研修会では、『健康寿命をのばすために～中西医の立場から～』と題して、梅の木中医学クリニック 院長 川又 正之 (かわまた まさゆき) 先生をお招きし、フレイル (虚弱) を予防する10の提言 (国立高度専門医療研究センター6機関の提言) の検討や具体的な知識を学びました。

その中で、日本は長寿世界一、寝たきり世界一であること、「誤嚥性肺炎」は日本特有の言葉、日本と比較したスウェーデンに学ぶ健康寿命、セロトニン (精神の安定や体内バランスを司るホルモン) を自力で増やすためには1日30分以上の運動が必要であること、緑茶に含まれる栄養素の大切さ等々、不健康寿命の対策には目からウロコのような解説が続々と出て、感染予防を含めコロナ禍にこそ学ぶべき正常な健康のあり方を知ることが出来、非常に有意義な研修会となりました。

本会の学術では中医学、西洋医学を問わず、様々な観点から学べる研修を実施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 報告

青年女性部長 田窪京子

今年度も 第23回コムズフェスティバル市民企画分科会に公募で参加できました。

また、新型コロナウイルス感染症対策期間のため、令和4年2月6日 (日) コムズ視聴覚室A・Bで集客無し、人数制限ありの中で収録を済ませました。2月下旬より、繰り返し愛媛CATVにて放送される予定です。

さらにインフォメーションでお知らせしましたとおり、愛媛CATV未加入の方も視聴できます。内容は、(1)「使いすぎ?若さゆえの腕・肩の痛み」(2)眠れなくなったら要注意(3)老化について「無理は禁物」と題して、ミニ講座が開催されました。今年度作成したポスターも展示しました。コロナが落ち着けば、ゼンシン体操と東洋医学的健康相談・手技体験が実施できます。【国家資格保有者の認知】と【あはきの広報】の為 その際には、是非、ご参加・ご協力をお願いいたします。



中府 (ちゅうふ)

病気に負けない免疫とツボのお話 その8

～さらに体をあたためる入浴法～

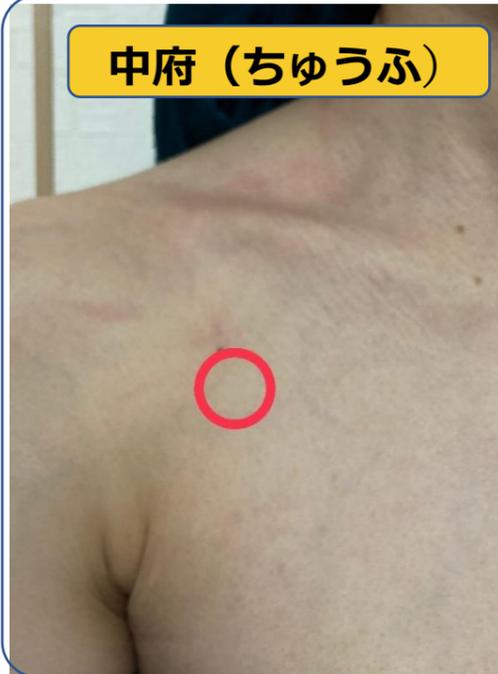
免疫力を上げる効果の高い入浴方法は「ヒートショックプロテイン (HSP)」というタンパク質を活用すること。

HSPは免疫力のカナメである白血球を活性化し、体内に入ってきたウイルスを除去します。免疫力が1番高まる日は、熱ショックを受けてから2～3日後。熱いお風呂とじんわり温まるお風呂を1～2日ずつ交代にするなどが良いでしょう。

<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。

中府の場所：鎖骨の外端下のくぼみから指の幅1本分下へ降りたところ。

ツボの効能：咳止め・免疫力アップ・肩の痛みなど。



会長あいさつ

会長 佐藤佳孝

2月のコムズフェスティバルにおけるミニ講座で“あん摩マッサージ指圧、はり、きゅう (以下、「あはき」) 施術”または私達業団の働きは何かと改めて考えさせられました。この様な企画の中で、一施術者の施術理論、手技を訴えることは個人的な宣伝になると捉えられます。あはきの基本的な部分の説明からその応用により多くの人に施術が可能であることを伝えるのが大事なのではと感じました。

会の事業にしても「公衆衛生の向上を図り、県民の保健、福祉、医療に寄与する」において、あはき施術によって必ず健康の保持、増進、疾病が予防出来ることを訴えるのでなく、受療者の様々な状況において良い結果にならない場合であっても、あはき施術者は皆さんに寄り添っていることを伝えていくことが大事なのかと感じた事業でした。

新年度が始まりましたがCOVID-19はいまだ終息しないため、皆さんにはリスクのある行動は慎み、感染予防を講じた施術所で受けていただきたいと思います。

令和4年度第1回学術研修会・第1回保険研修会・勉強会

学術部長 三谷武
保険部長 石丸洋

日程は令和4年6月12日 (日) 9:00～
会場は愛媛県男女共同参画センター2階視聴覚室です。

講師及び研修の内容については未定です。詳細が決まり次第、学術部・保険部より改めてご連絡させていただきます。