

# 神奈鍼会報

第 138 号

平成25年3月20日発行

発行者 小野久雄

編集者 知久京子



社団法人 神奈川県鍼灸マッサージ師会

〒231-0065 神奈川県横浜市中区宮川町2-55 ルリエ横浜宮川町304

電話 (045)242-7790 FAX (045)242-7791

E-mail: kanasin@apricot.ocn.ne.jp

## 一年を振り返って

(社)神奈川県鍼灸マッサージ師会 会長 小野久雄

向春の候、会員の皆様におかれましては、いよいよご清祥のこととお喜び申し上げます。平素は神奈鍼会務に格別のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

早いもので本会の会長をお引き受けして、1年を迎えようとしております。

この間、事務引き継ぎ、対外関係部署とのご挨拶等々今まで経験をしたことのない事柄を体験し今日に至りました。今まで杉田久雄先生にどれだけのご負担をお掛けしていたのか身をもって感ずることができました。

中でも公益社団移行問題では会員の皆様にもいろいろご心配を、おかけいたしました。2回にわたる臨時総会で一般社団移行にご承認いただき、神奈川県保健監査部で新しい定款(案)並びに施行細則(案)の条文が確認されましたのでこれ以降定時代議員会でこの(案)を皆様にご検討いただき社団移行申請に入ります。

また学術部行事にも会員の皆様にご協力をいただき特に藤沢師会の廣瀬徹先生にはボランティア事業に毎回のご参加をいただきました。紙面をお借りし感謝申し上げます。ここ数年、神奈鍼会員の中で正会員の数が減少気味です。今までのような予算作成ができなくなるような事態になっています。業界の存在を一般市民にアピールするためにいろいろ模索してまいりますのでご理解とご協力をお願いいたします。

25年度会務の中に「関東甲越ブロック協議会神奈川大会」というイベントを予定しています。関東7県の業友が横浜に集いますので神奈鍼会員の皆様もこぞって参加をお願いいたします。

# 神奈川県鍼灸マッサージ師会 賀詞交歓会



平成25年1月20日（日）ホテル・キャメロットジャパンにおいて、今年も多くのご来賓と会員の皆様のご出席をいただき、賀詞交歓会が和やかに開催されました。

現安倍内閣で官房長官の要職を務められ、毎年ご出席していただいております菅義偉議員からは、当初ご出席の連絡を頂いておりましたが、アフリカ・アルジェリアで発生しました日本人人質事件の対応のため欠席の止むなきとなりましたが、丁重なる賀詞を電報にて頂戴しました。

出席された皆さんから、今年は景気の回復が大いに期待できるとの言葉が聞かれ、明るい年を予感させる交歓会でした。

本年も県民の健康維持に貢献し、一層信頼される鍼灸マッサージ師を目指して、全会員が力を合わせてまいりましょう。

広報部 知久 京子



# 学術部報告

## 平成 24 年度 第 3 回 (社) 神奈川県鍼灸マッサージ師会学術講習会

第 5 ブロック学術委員 三鍋 太郎

日時：平成 24 年 12 月 2 日 (日) 10 時～

場所：小田原市民会館 6 F

- 第 1 部 県民公開講座 参加者数 66 名  
演題：「脳血管障害に対するリハビリテーション」  
講師：八千代リハビリテーション学院 学院長 今井 基次 先生
- 第 2 部 演題：「PNF について」～理論と実技 参加者数 80 名  
講師：八千代リハビリテーション学院 学院長 今井 基次 先生
- 第 3 部 演題：地域健康づくり指導者研修会 ④ 「チェアエクササイズ」  
講師：神奈鍼学術部 介護予防研究委員会委員長 林 秀卓 先生
- 第 4 部 演題：スポーツ講習会③ 「アスレティックリハビリテーション」  
講師：神奈川衛生専門学校 非常勤講師 朝日山 一男 先生

### 第 1 部 県民公開講座

#### 「脳血管障害に対するリハビリテーション」

講師 今井 基次先生

今回の県民公開講座は 66 名の県民の参加をいただきました。脳血管障害とは脳卒中や脳梗塞、クモ膜下出血など様々な脳血管の病態に対する総称名で症状は多種多様ではあるが全体の脳血管障害のある方の 7 割は「うつ病」を発症している。このような精神的な病態と身体的な病態の一つである運動機能能力の低下または消失（麻痺）を伴う。これを**廃用症候群**という。運動機能の向上を図るための運動療法がリハビリ

テーションであり、患者の自立・自律を促す。筋肉活動の効果として**骨の強化・関節の保護・心肺機能の向上・糖尿病の予防・寒冷刺激に強くなる**などの様々な効果が期待できる。

今回の講義では簡単に出来る体操などによるリハビリテーションを参加者に伝えていただきました。

- ・**貧乏ゆすり体操**とは下肢の関節可動域の改善や下肢の筋群、股関節内・外転筋の収縮によるむくみの改善につながる。
- ・**体重移動練習**は姿勢反射を利用しバランス機能の向上をはかる。

- **うつ伏せ訓練**は股関節の動きの改善や廃痰の促進による呼吸の改善や背筋の刺激による脳の覚醒に効果。
- **いつまでもトイレが自立する体操**は足底を完全につけて膝を十分に伸ばすことで美しく立つことが出来、膝を伸ばす力を維持し、一步を踏み出し90度方向変換が出来る。

初めて聞く方々にも分かりやすい言葉で丁寧の説明していただき大好評でした。

## 第2部 「PNFについて」～理論と実技 講師 今井 基次先生

PNFの考えは1. 残存している機能の向上、2. 潜在能力の開発でありリハビリテーション医学の一つで宇宙医学（宇宙飛行での無重力の弊害、筋活動の重要性）の発展とともに注目された理学療法である。

- 1) 基本手技として用手接触で触覚・温覚・圧覚を刺激し、3次元の運動パターンを利用し、遠位から始め近位で終わる筋の協調運動を徐々に加え、協調運動を乱さない範囲で抵抗を加え、筋の伸張刺激による筋紡錘を刺激する。
- 2) 特殊テクニックとしては筋のリラクゼーションを目的に腱紡錘（ゴルジ腱器官）を利用し機能を抑制する方法など
- 3) PNFの基本パターンである・肩甲骨パターン・上肢PNFパターン・下部体幹PNFパターン・骨盤PNFパターン・下肢PNFパターンの実技を講義していただきました。
- 4) また質疑応答の時間を長めに取らせていただき、我々鍼灸マッサージ師の臨床に直接関わることの多い**関節拘縮に対するアプローチや予防法、認知症、パーキンソン病**などへのアプローチの方法などを丁寧

に分かりやすく説明、アドバイスをいただきました。

※PNFを始めリハビリテーションを行うにあたり、**障害をもっても前向きに考える**ということが大事であり、また**人間の身体には運動が必要不可欠**である。そして患者さんの残存している機能を把握し、**出来るコトから始める**ということを我々がしっかり認識し実践していくことが重要だと感じました。今井先生、長時間の講義大変参考になりました。この場を借りて「ありがとうございました」



## 第3部 地域健康づくり指導者研修会④ 「チェアエクササイズ」

講師 林 秀卓先生

今年度4回目となる健康づくり指導者研修会では主に椅子を用いた介護予防運動の実技を行いました。

転倒予防に必要な5大筋として、**大腿四頭筋・前脛骨筋・腸腰筋・中殿筋・足趾屈筋群**の椅子を用いた筋力強化のエクササイズのグループワークや我々医療関係者だからこそ盛り込むべきである**意識・感覚・注意・認知・意思**の機能を高めるための**協調性トレーニング**（後出しジャンケンなど）のエクササイズを実践しながら楽しく行いました。

介護予防教室などでの林先生の巧みな言葉のコミュニケーションも勉強になったのではないのでしょうか。

## 第4部 スポーツ講習会

### 「アスレティックリハビリテーション」

講師 朝日山 一男先生

今年度の第3回目となる「スポーツ講習会」はアスレティックリハビリテーションについて講義していただきました。アスレティックリハビリテーションとは**競技復帰を前提としたリハビリテーション**であり、受傷し医療機関での機能回復後、日常生活が行えるようになったころから競技の復帰までの間に主にスポーツ現場でのトレーニングとして位置づけられる。

実施するにあたり留意点として、①**競技の特性をふまえたトレーニング処方** ②**プログラムの段階的なアプローチ** ③**再発予防への配慮** ④**スポーツ選手の心理面のコントロール**を基本に連動している。なぜならその競技で最もリスクのある動作を行えるだけの要素（ROM・筋力・スキルなど）を習得した上で競技復帰のゴールを設定する為です。

また現場での**アスリハ指導**は選手との信頼関係を構築する重要な要素であり丁寧か

つ分かり易く**傷害の機序**や**現在の状態**、**障害に対してのアスリハの説明**、**リスク管理**（日常などのしてはいけない動作、運動など）の説明、**ゴールの設定**を行う。さらに選手の心理面のコントロールを適切に行えるような声かけの注意点なども含め講義していただきました。

つまりAT（アスレティックトレーナー）は再発防止のためにも**選手の身体的、心理的**な**リスク管理に始まりリスク管理に終わる**ということが重要である。

実技では足関節捻挫のアスリハ指導を陸上選手と仮定し楽しく、ややキツイアスリハを身をもって体験できました。

※最後に私たち臨床家は動かして治す方法（運動療法）を積極的に考えていかなければならない。また鍼治療やマッサージなどの刺激や運動などの外的刺激により免疫力↑↑となるので、皆さんまずは歩いていい汗をかきましょう。

報告 第5ブロック学術委員 三鍋 太郎

---

## 第4回学術講習会 報告書

日時：平成25年2月3日（日）

場所：大和商工会議所

### 第1部演題

「腰痛の診断と治療」～脊柱管狭窄症を中心に～

講師：峯崎整形外科院長 峯崎 孝俊先生

腰痛の原因としていわゆる整形外科疾患、筋肉や骨格、神経性のものだけでなく、内臓、血管系、婦人科系、泌尿器系疾患を原因とするもの、さらに心因性のものもあり、腰痛の原因を特定するには問診が重要である。

さらに整形外科的疾患の中にも筋筋膜性腰痛（ぎっくり腰）、椎間板ヘルニア、変形性腰椎症、脊椎圧迫骨折、脊柱管狭窄症、化膿性脊椎炎、癌の脊椎転位などがあり、単なる腰痛として治療してしまうとかえって悪化させてしまうこともあるので注意が必要である。特に急性期における温熱療法やマッサージは症状を悪化させるし、また癌の脊椎転位の人にマッサージをすると麻痺を作ってしまうことになるので注意が必要である。

最近整形外科医が普及に力を入れているロコモ（運動器低下症候群）について、「メタボ」や「認知症」と並び、寝たきりや要介護状態の3大要因の1つになっている。『ロコモかしこもさびないで』イメージソングの普及も行っているそうです。また、ロコモを予防するトレーニングとして「開眼片脚立ち」と「スクワット」を紹介した。『ロコモかしこもさびないで』

CD注文先：TEL/FAX078-753-3449

#### レポート山中コンサート事務局

最後に脊柱管狭窄症について、原因は骨による圧迫及び黄色靭帯の肥厚により脊柱管が狭窄することによる神経の圧迫である。診断のポイントとしては間欠性跛行のために長時間な歩行が困難で、前屈みの姿勢で楽になるので自転車に乗れることが特徴である。「神奈川県版LCS簡易式診断補助ツール」でも予測が可能である。治療としてはほとんどの患者が保存療法で適応でき、間欠性跛行が悪化し2m以下しか歩行できない患者に手術を勧める。保存療法では内服や注射、コルセットの他に筋トレやストレッチ、マッサージも有効である。先生は私たち鍼灸マッサージ師を商売敵などとは見ておらず、ともに互いの長所を生かして協力してゆくことが大事であると言われていたのが印象的でした。



## 第2部 演題：

「統合医療の現状と我が国のとるべき道」

講師：東京女子医科大学附属青山自然医療  
研究所クリニック所長 川嶋 朗先生

西洋医学は、病気を敵とみなしてそれを排除することが中心となる。病原菌をたたく、癌を切り取るのは得意だが、生活習慣病などの慢性疾患、原因不明の疾患、精神疾患などには治癒させられないものも少なくない。

また、西洋医学は病気の病態解明とそれに伴う治療法の開発に重点を置いているため、病人よりも病気の方に焦点が当たりがちという欠点も指摘されています。

欧米ではそんな西洋医学の欠点を補い、患者を全人的に治療できる相補・代替医療（CAM）が盛んに行われるようになり、CAMに西洋医学的アプローチを包含した統合医療（IM）に関心が高まっている。

次に米国、英国、フランス、ドイツ、ロシア、オーストラリア、日本のCAMの取り組みが紹介し、欧米各国に比べ、日本の研究機関がここ10年増えていないことから、日本のCAMについての取り組みの遅れを指摘した。特に日本ではIMと称して西洋医学を完全否定する団体があったり、誇大広告により被害を受けた消費者や患者も少なくない。CAM施行者の中にも西洋医学を根拠無く否定し、間違った認識や価値観を押し付けるものもある。IM提供者は①大儲けしない②自身を過信しない③自身の価値観を押し付けない、この3点を心得るべきである。

患者側も医療依存体質が問題であり、特に日本人は医療者の言いなりお任せの傾向が強く、今日、日本の西洋医学の医療費が税収に匹敵するまでに上昇している。また65歳以上の医療費が30%以上を占め、100歳以上の寝たきりの比率が米国に比して高

い状態なのにも国民皆保険による医療依存体質が表れている。

予防医学に関しても2次的、3次的予防が主流で生活習慣を見直す1次予防を主張する医師は少ない。特に食事、運動、冷えの予防、精神の安定が健康維持のために大切となる。どんな素晴らしい治療を受けても意識改革なしに完全治癒は成し遂げられない。生きるという真の意味を考えなければ



ばならない。癌のような死に至る病にかかって初めて人は行動変容が起こることから、QOD (Quality of Death) を提唱し、必ず訪れる死を意識しつつただ生きるのではなく質の高い寿命を全うすること(QOL)が重要である。先生の著作『医師が教える幸福な死に方(角川SSC新書)』でも書き込み式エンディングノートを作成し自らの意思で終末期の処置を決め、死に方を選択することを勧めています。

最後にまとめとして、「統合医療とは、個人の年や性別、性格、生活環境さらに個人が人生をどう歩み、どう死んでいくかまで考え、西洋医学、相補(補完)・代替医療を問わず、あらゆる療法からその個人に合ったものを見つけ、提唱する受診側主導医療」とであると定義されました。

報告 第6ブロック学術委員代理

相模原支部 三国 健二

## ●学術部からのお知らせ

### 〈平成24年度の受講者カードの送付について〉

受講者カードの送付期限は、平成25年3月21日(木)となっております。まだ送付されていない方は、下記「神奈鍼事務所」まで至急ご送付くださいますようお願いいたします。

〒231-0065

横浜市中区宮川町2-55 ルリ工横浜宮川町304号

神奈川県鍼灸マッサージ師会



# 2012年 湘南国際マラソンの報告

沢田 昌子

第7回湘南国際マラソンが11月3日（土・祝）  
に行われました。

大磯プリンスホテルからフルマラソンは江ノ島入口交差点、ハーフはサザンビーチ付近、10キロは虹が浜交差点付近、10キロ車椅子は八間通り交差点付近をそれぞれ折り返し点として行われました。参加者はフルマラソン18,000人、10キロ5,000人、ハーフ500人、車椅子50人、視覚障害者50人、知的障害者100人、移植者50人でした。昨年あった湘南ベルマーレのトレーナー室と湘南医療福祉専門学校ストレッチがありませんでしたので、今年はいつよりもより大勢の人が殺到して大変忙しい一日となりました。



7年前第1回湘南国際マラソンが開催される時、ブースに足裏マッサージが入るかもしれないという報に急遽参入をお願いしたことを思い出しました。毎年恒例になっている鍼・マッサージ・パイオネックスは参加している方たちが当てにしているコーナーとなっています。今回の参加者は施術者18名、学生24名、教員2名でした。被施術者は鍼・マッサージ・パイオネックス合わせて347名でした。

## 第34回 丹沢湖マラソン

小田原師会 今井 吉則

平成24年11月25日（日曜日）山北町丹沢湖周辺を走るマラソン大会が行われました。その日は快晴で周辺の景色は紅葉がとても綺麗でした。

施術者16名、学生10名で被施術者（鍼灸マッサージ）178名、円皮鍼（パイオネックス）



110名の施術を行いました。走る前に施術を受けた選手が「記録がのびた、いつもより走っていて軽かった、引き攣らなかつた等」お礼を言いに来ました。また、走り終わった選手が筋肉痛や重かつた体が施術後、「体が軽くなつた、気持ちよかつた等」喜んで帰りました。

今日、ボランティア活動で選手達の喜ぶ顔が見られて、お昼には具がいっぱいの丹沢湖名物「しし汁」を食べながら他会員との交流ができ、充実した1日でした。

今まで、参加しなかつた会員さんも次回は是非、ボランティア活動にご参加いかがでしょうか…。

## ブロック情報

### 小田原師会イベント



小田原師会会長 奈良 賢治



毎年、1月開催の「山北町キッズ・カーニバル」が11月23日（祭）「山北町産業祭」と合同で行われる事になりました。あいにくの雨に関わらず、町の大きなイベントだけあり、会場にはたくさんの来場者がありました。師会では、ベッド4台を4名の会員でフル回転し、依頼の目的である「育パパ・ママ・ご家族」を対象に約50名のケアを行いました。すでに、リピーター



がいられたので驚きました。後日、利用者から高い評価を受けたのは、今後の励みになります。

また、主旨をご理解いただいたボランティアの方々のご協力をいただき、会場の受付では来場者に100円の寄付に対し、震災支援の「アクリル毛糸たわし」をプレゼントする形で約50個を手渡すことができました。ご協力に感謝します。

小田原師会では、今年度「ボランティア活動のユニフォーム」を新調しました。背中に「小田原ちゃん」を背負っています。活動をしながら「小田原」をアピールでき、イベントの盛り上げにも一役かっています。今後も、目的意識を高く持ち、活動していきたいと思えます。

### 一般社団法人 川崎市鍼灸マッサージ師会

### 法人設立記念 賀詞交歓会

川崎師会理事 深谷 大介

川崎師会は24年に法人化したため今年は「法人設立記念 賀詞交歓会」と題して賀詞交歓会を1月13日に開催いたしました。出席者は来賓が34名、川崎師会会員が20名でした。

川崎市長をはじめ多くの方にご祝辞をいただきました。祝辞の内容は日本の景気を含めて先行きの明るい話題が多かったです。恒例のジャズバンド演奏も行いました。今回は記念式典なので7名編成の演奏になりました。音楽と食事、酒で良い一年のはじまりとなったと思えます。



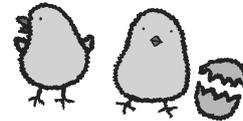
# 厚生部からのお知らせ

ご結婚おめでとうございます



♥ 浜 鍼 師 会 木村 悠 様  
♥ 川 崎 師 会 中嶋 宏幸 様

ご出産おめでとうございます



♣ 川 崎 師 会 松浦 宏治 様  
♣ 浜 鍼 師 会 川倉 崇 様

## 杉山祭のご案内



- 日 時：5月12日（日）  
午前11時墓前祭、正午より懇親会（岩本楼）
- 申 込 み：神奈鍼事務所
- 参加費用：3,000円

\*参加者は4月25日（木）までに神奈鍼事務所に電話かFAXでご連絡の上、10:50までに岩本楼玄関にて受付を済ませ墓前へご参集ください。  
なお、FAXでお申し込みの方は、同封のFAX用紙をご利用ください。

今年で設立

20周年

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

ご加入できる方は、鍼灸マッサージ師等に就いている方（ご家族・従業員の方を含む）で、20歳以上50歳未満の国民年金の第1号被保険者として保険料を納めている方です。基金加入時点で、国民年金の保険料を免除（半額免除等を含む）されている方は、ご加入できません。

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。

**基金は65歳から年金が受取れます！**

※2口以降の確定年金（Ⅲ型・Ⅳ型・Ⅴ型）を合わせてご加入いただくと、60歳から年金が受取れます。



掛金は全額所得控除  
で税金がお得!



基本は終身、  
だから一生お受取り  
万が一の時にはご家族に一時金も

詳しい資料のご請求は

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リンク先での資料請求は24時間受付）



優香

## 入会者名簿（会報第137号以降）

師会名	会員番号	氏名	入会年月	師会名	会員番号	氏名	入会年月
足柄上	4355	村山朋洋	H24年11月	川崎	4359	小松弘和	H25年02月
藤沢	4356	保志英夫	H24年12月	浜鍼	4360	松元榮子	H25年02月
藤沢	4357	京崎洋二	H24年12月	浜鍼	4361	脇本良介	H25年02月
川崎	4358	佐藤一平	H25年01月				

## 退会者名簿（会報第137号以降）

師会名	氏名	退会年月	師会名	氏名	退会年月
茅ヶ崎寒川	阿部トミ子	H24年11月	浜鍼	藤原浩美	H24年12月
浜鍼	星野季宣	H24年11月	浜鍼	清水亜紀子	H24年12月
鎌倉逗葉	船瀬尚子	H24年11月	浜鍼	國嶋徹	H25年01月
川崎	永野淳一	H24年11月	平塚	池田雪子	H25年01月
茅ヶ崎寒川	上原長治	H24年11月	藤沢	斉藤玲子	H25年01月
藤沢	重田好夫	H24年12月	浜鍼	大澤登志雄	H25年01月
藤沢	川浪和代	H24年12月	大和	中村陽一	H25年01月
川崎	小林洋一	H24年12月	浜鍼	館林喜美子	H25年01月
大和	岩倉元気	H24年12月	浜鍼	大木常恭	H25年02月
平塚	迫下悟	H24年12月	茅ヶ崎寒川	井上優	H25年02月
平塚	岸岑生	H24年12月	浜鍼	勝部祐介	H25年02月



