

# 令和元年度茨城県柔道整復師会特別公開講座を開催 筑波大学体育センター長の自木仁先生が講演

1月19日(日)つくば国際会議場3F中ホールにおいて、公益社団法人茨城県柔道整復師会(竹藤敏夫会長)主催、公益財団法人茨城県体育協会、つくば市後援による、「オリンピック選手のトレーニング&コンディショニング ~オリンピックフィジカルコーチが指導する競技で求められる体作り~」に関する特別公開講座が開催されました。当日は、学校等の体育指導者・学生及び一般希望者合わせて130名が熱心に聴講しました。

講演を前に主催者を代表して竹藤会長は、「今年 は7月から9月にかけて、東京オリンピック・パラ リンピック競技大会が開催されます。よって、今年 もスポーツ界が大変な盛り上がりを見せる年になる ように思います。本会も、このオリンピック・パラ リンピック競技大会の成功に向け、メディカルスタ ッフの派遣について、現在、会員を諸研修会等へ参 加をさせているところであります。この競技大会 が、成功裏に終了することを心から願う次第であり ます。このようなことから、今回は、オリンピック 選手の日頃のトレーニング方法やコンディショニン グ作りなどを指導している筑波大学大学院人間総合 科学研究科スポーツ医学専攻教授 筑波大学体育セ ンター長の白木仁先生をお招きして、日本女子プロ ゴルファーの黄金世代を育成したお話とか、オリン ピック競技種目 ゴルフのフィジカルコーチとして の考え方、指導方法などについて、事例を交えなが らご紹介をいただくことになっております。皆様に とりまして有意義な講座となりますことを祈念申し 上げます。」と、あいさつしました。

続いて、講演に移り白木先生は、トレーナーとしての今までの経験談をお話ししてくださいました。

トレーナーはコーチと選手とコミュニケーションを取り、いかにして選手にとって最良のトレーニングを行うのか、また、ケガの予防方法やケガに対してのケアを考えてトレーニングを実践させるのかをお話ししてくださり、更に「コーチと選手から信頼を得られなければ良い結果を得ることはできない。」

との話しを聞いて難しい仕事だと思いました。

本題に入ると、「スキルシレーニング」や「コンディショニング」を図解を入れて説明してくださり、 更にアスレティックトレーナーが行うコンディショニングの説明では、いかにして選手の身体をケアして良い状態にしていくかが大事で、そのための身体の正しい動かし方の習得が大切でありその概念・手段・順序を具体的方法の写真を用いて説明がありました。また、体幹のトレーニングや股関節のトレーニングで姿勢による筋肉の負担をグラフによってわかり易く説明していただきました。

更には、シドニー・アテネオリンピックシンクロナイズドスイミングデュエット銀メダルの立花美哉・武田美保選手などを指導した経験から、シンクロナイズドスイミングを例にして画像を入れて視覚的にわかり易く説明してくださったので、休憩なしの2時間の講演も時間が過ぎるのが早く感じ、中ホールを埋めた参加者は最後まで真剣に聞き入っていました。

その後、この公開講座の記事が茨城新聞に掲載され、竹藤会長の挨拶で述べた「当会では東京オリン



講演する筑波大学体育 センター長の白木仁先生

最後になりますがご多 忙の中、早朝からお越し いただき貴重な講演をし てくださった白木先生 に心から感謝申し上げ ます。

(広報部長 鈴木正嘉)

## 保険取り扱い等講習会開催される

2月15日(土)石岡市民会館において、本会主催、茨城県後援による「保険取り扱い等講習会」が開催されました。会場には会員と非会員の方々多数の参加をいただき、皆様の関心度の高さを感じました。

真中進副会長の開会のことばで始まり、続いて竹藤敏 夫会長が主催者を代表して、「本会は公益社団法人と連携 を密にとり諸事業の執行にあたっている。また、本会は 保険者へ提出する療養費支給申請書について療養は に審査委員会を設置して内容点検などを行い療養本 に審査委員会を設置して内容点検などを行い療養本 においても柔道整復師が交通事故を偽造して自賠責保 険をだまし取ったという詐欺事件が発生した。このよう な事件が発生することにより、柔道整復師全体の信頼を 失墜させることになることから、皆様には常に謙虚さと ンプライアンス、法令遵守をお願いしたい。そして、柔 道整復師一人ひとりが、人の健康に携わる者として、倫 理観をもって更なる資質の向上に努めていかなければな らないと考えている。」とあいさつされた。

続いて、茨城労働局 労働基準部 労災補償課 医療係 主任の益子良介氏より、「労働者災害補償保険の療養の給 付請求について」、労働者災害補償保険制度の業務災害 や通勤災害、労災保険給付の概要・種類など法律の解説 を含め詳細に説明されました。また、併せて労災保険の療養 給付や休業給付などについても丁寧に説明いただきました。

続いて、茨城県保健福祉部 厚生総務課 国民健康保 険室 室長補佐の長谷川貴弘氏より、「国保療養費の現 状と患者調査について」全国及び茨城県の医療費の状 況、それから県内各市町村から県が受託し一括実施して いる療養費の内容点検、患者調査の実施状況などにつ いてわかり易く説明がありました。

続いて、休憩後、公益社団法人日本柔道整復師会総務部長 三橋裕之氏から、「柔整業界の現状と今後の制度改革等について」講演をいただき、柔道整復師のこれまでの歴史や匠の技伝承プロジェクト、療養費の推移、国において行われている柔道整復療養費検討専門委員会の内容、今後の制度改革、今年の料金改定など包括的に説明いただきました。中でも、誰もが興味のある施術管理者の要件や電子請求の推移、料金改定などについて、講師の説明に真剣に聴講されていました。

そして、最後に本会の谷中照男保険部長より「保険取り扱いに関する留意事項について」と題して、審査委員会における事例を基に、主な返戻理由や患者調査の内容、施術録の記載例、柔道整復師の職務範囲の確認、取巻く環境等について説明された。併せて柔道整復師個々が現状を直視し、国からの通知等を遵守して正しく請求をすることにより、患者さんとの信頼が築けるものと思われますので、強い覚悟をもって仕事に取り組んでほしいと話された。

最後に、荒井健吉副会長の閉会のことばで終了となりました。 ◇◇◇

私は、この講習会に参加して、「普段、情報が余り入らない環境の中で仕事を行っていることから、こうして関

係者から、我々の身近な問題などの説明を受けることは大変ありがたいと思いました。

出来れば、年に1回ではなく数回開催していただくことをお願いしたいと思いました。 (広報委員 古内裕人)



関心度の高さを示し、会場には 会員と非会員の方々多数の参加

## 県西支部講演会を開催

令和元年12月8日(日)に常総市石下福祉センターに おいて、公益社団法人茨城県柔道整復師会参与・学校 法人花田学園講師の根本恒夫先生を講師としてお招きし て、「足部の外傷」と題してご講演をいただきました。

近年では骨折などの大きな外傷は少なくなり、捻挫を 多く診るようになりましたが、その捻挫と思われた中には、 裂離骨折が隠れている場合があり、自身で治療した症 例をもとに足部の部位別による損傷の説明がありました。

【1】遠位脛腓関節部の損傷(青少年期を中心に)では、A)前脛腓靭帯の損傷、B)脛骨側の前脛腓靭帯付着部の裂離骨折、C)腓骨側の前脛腓靭帯付着部の裂離骨折等について発生から徒手検査法及び固定法・固定期間の説明があり、【2】足関節外側部の損傷(小児の内がえし損傷を中心に)では、小児における足関節外側靭帯損傷の有効なX-P撮影の方法や小児の裂離骨折の固定法・固定期間の説明があり、【3】Chopart関節周囲の損傷では、内かえし損傷による踵骨前方突起骨折や立方骨裂離骨折の説明がありました。【4】Lisfranc関節および中足骨基底部の損傷では、第2中足骨基底部骨折の説明があり、【5】第5中足骨基底部の損傷(疲労骨折を除く)では、ダンサー骨折や、第5中足骨近位部骨折の分類から、第5中足骨基底部骨折の分類が年齢によって変わることや、内がえしによる骨折や底屈・軸圧・前足部の回旋による損傷(裂離骨折)の説明が図解でわかり易く説明いただきました。

本日講演していただいた症例は根本先生が施術されたもので、怪我の発生のメカニズムの説明から、受傷時と経過時のレントゲン写真を比較して見たり、固定法の写真や固定角度の理由を一つ一つ丁寧に説明していただき、治癒までの経過説明もありわかり易い内容になっていて、会員一同真剣に聞き入っていました。

なかでも、今まで足部の捻挫と思われたものにも、腫れの出方や、写真(エコー画像)の撮る角度に気をつけてみると、裂離骨折だったことがあるので注意が必要であるということを、成功例だけでなくご自身の失敗例も話していただき大変興味深い内容でした。このような講演が休憩をはさんで2時間にわたって行われ、参加した会員は配付された資料とスクリーンに写しだされる資料を見ながら根本先生の話を一言も聞き漏らさない雰囲気のなか充実した講演が続き、質疑にも快くわかり易い説明をしていただき大変参考になりました。

講演会終了後の食事会でも会員から「0か100しかな

い脱臼は整復しないと帰せないと帰せると各部位の脱談を各質にない。と多質に大くを変したながら、の話をしただき、の話がいただき、とながら、最後といましたがご多性の中、貴重をしてがご多性のができたといいただきのよりができたは心から感謝申し上げまた。



。 講師は本会参与・学校法人 (広報部長 鈴木正嘉) 花田学園講師の根本恒夫先生

## 水戸支部講演会を開催

令和元年11月16日(土) に茨城県柔道整復師会館において、水戸赤十字病院副院長 第一整形外科部長の上牧裕先生を講師としてお招きし、水戸支部会員35名参加のもと講演会が開催されました。

講演は、前半に「膝関節と足関節外傷の症例」「診断の悩ましい疾患について」そして、休憩を挟んでの後半は「脳震盪の対処法」の2時間でした。

前半の内容は、スポーツの中で一番受傷率が高い膝関節と足関節に絞り、外傷の症例としては、骨挫傷、タナ障害、そして、ACL+MCL損傷の症例をわかり易くスライド画像にて説明いただきました。また、診断の悩ましい疾患として、PMR(リウマチ性多発筋痛症)・FM(線維筋痛症)・RLS(レストレスレッグ症候群)を挙げていただき患者さんを診察するうえで、鑑別に繋がる貴重なお話しもしていただきました。

後半の内容は、脳震盪の概要から始まり、各スポーツ界における脳震盪に対する指針や脳震盪を起こした際の鑑別方法から対処法までわかり易くご説明していただきました。

スポーツ現場での脳震盪の多くは軽症ですが、時に命を失ったり、後遺症が残るなど重症化してしまうケースもあるとのことで、軽視してはならないものの一つだなと改めて感じました。

今回講演してくださった上牧先生のように、整形外科部長の先生が柔道整復師にご理解いただいていることは本当に有り難いことですし、膝部損傷のMRI画像、レントゲン画像など、貴重な怪我の症状を見ることができましたことは、柔道整復師の私達にとって、これからの日々の施術に活かしていける大変貴重な講演会でした。

最後になりますが、ご多忙の中、講演してくださった 上牧先生に心より感謝申し上げます。

(広報委員 長谷川秀樹)



茨城県柔道整復師会館で開催された水戸支部講演会

# 第39回つくばマラソン救護員ボランティア活動

令和元年11月24日(日)第39回つくばマラソンが開催されました。この大会に救護員を派遣して今年で7回目となりますが、今年も鮏川秋雄、吉原貴範、齋藤正仁、内舘秋男、田中広一、永田喜久雄、山﨑久史、根本隆司、大久保博之、桜井亮、と期待の新入会員、湯田隆幸の11名で参加しました。

今回、初めて雨天での開催となり、雨の弱まった時を見計らいながらの準備となりました。主催者よりテント、テーブル、椅子、ストーブ、毛布などを用意していただき、11時前に早めの昼食を済ませて救護活動の態勢を整えました。つくば市のスポーツ推進ボランティアの方3名と協力して28.5km地点でランナー約360人の救護活動と、棄権者の搬送などをしました。

11時30分位から手当を求めるランナーがぞくぞくと増え、午後2時位までみんな休み無く動きまわり一人ひとりのランナーに全力での施術をさせていただきました。

主な手当の内容としては、転倒による捻挫、膝、腰、 股関節等の痛み、筋肉疲労による張り、痙攣、マメ を潰した、靴擦れなどがあり、包帯、エラスチックテー プによる固定・キネシオロジーテープなどによるテー ピング・手技療法によるストレッチ・アイシングなどの 処置をしました。それに、今回は雨の中での競技となってしまったため、体が冷えてしまい腹痛などで体調 を崩すランナーが例年より多くみられました。靴擦れ の手当てをしたランナーからは、砂を含んだ雨水が靴 の中に侵入してしまったことが靴擦れの原因になった との声がありました。 また、「去年テーピングをしてもらい楽になり最後まで走れたので、今年もお願いします。」と、我々を頼りにしてくれるランナーも立ち寄りました。毎年の救護活動の積み重ねがランナーからちょっとずつ頼りにしてもらえているのかと、満足気に思う自分がいました。雨の中の競技にもかかわらず、大会新記録も出てめでたしめでたしでした。

昨年の経験を活かし人員の配置役割分担などがうまくいきランナーの誘導なども良くできたと思います。しかし、今年は雨だったため去年までのように外にブルーシートを敷いて新たに施術場所を設けることができず、3張りのテントの中だけでの施術となりランナーの待ち時間が長くなってしまいました。課題だった汗で濡れた肌へのテーピングについては、今年は雨もありタイツまで濡れて水を含んでいるような状態にもうまく対応できていたように思います。

大会終了後のとっても楽しい反省会でも、待ち時間の短縮については、一人ひとりへの施術の時短も大事だがそれはなかなか難しいので、場所と人員を増やすことを検討しました。また、実際に施術を待ち切れず再スタートをした人も何人か出てしまい残念で心苦しい思いになったというような話もでました。先ずは、今日参加した我々が、いつまでも元気で、そして身近な会員に地味にじわじわとボランティアの輪を広げていくことも大事なことではないかと話し合い、本日のボランティア活動が嬉しい汗と笑顔で気持ち良く終了しました。皆さまお疲れ様でした。 (広報委員 桜井亮)



11名の会員が救護ボランティアとして活躍



一人ひとりのランナーに全力で施術をする。

### 第68回勝田全国マラソンに 救護員として「ワンチーム」で活動

1月26日(日)第68回勝田全国マラソンが開催されました。

当日は、朝から曇りで気温が低く寒い中のマラソン大会でしたが、全国から2万人程のランナーがひたちなか市と東海村のコースを快走しました。

今回は、水戸支部より嶋崎英恭、藤田博美、藁谷和彦、中川文夫、久保田浩将、新井俊行、岩本勝久、木村栄作、中川翔太、長谷川秀樹の10名が参加し、23.5㎞地点と31㎞地点に分かれて救護活動を行いました。

主な手当の内容として、転倒による捻挫、膝、腰、 股関節の痛み、筋肉疲労による張り、痙攣、マメの 対処などであり、テーピング固定や手技療法、ストレ ッチなどの処置をしました。 この度、初めて参加させていただいた私が一番印象的だったのが、テント内の雰囲気でした。それは、One for all, All for one 「一人はみんなのために、みんなは一つの目的のために」チームのみんなが、周りが見えていると言っても良いくらい、自分の得意分野を活かし、声は無くても、ナイスコンビネーションで、スムーズにどんどん対応していく。まさに「ワンチーム」でした。

選手の思いや立場になって、的確なアドバイスもしつつ早急に怪我を処置しリスタートさせて行く。みんなの気持ち・目的はただ一つ、「早めのリスタートを心がけること」=「選手ファースト」。暖かい院内とは違い、対処が遅くなって体が冷えてしまったら、精神面への影響や怪我を起こしかねないので、今必要な処置を見極めて、臨機応変に素早く対応していくことが大切になってきます。

マラソン大会で行う活動は、環境や処置方法なども普段の施術とはまた違うものなので、このような経験を積ま



10名の会員が救護ボランティアとして活躍

せていただけることは、 自分の柔整師としての視 野を確実に広げてくれる ものだと感じ、ここで得 たものを患者さんへの施 術にも活かしていこうと思 います。

改めて、「経験すること」 の大切さを再認識させて いただける一日でした。

救護活動に参加された 会員の皆様ありがとうご ざいました。 (広報委員 長谷川秀樹)

## 県南支部親睦ゴルフ大会

令和元年12月15日(日)かすみがうら市の出島ゴルフクラブにおいて、「第3回公益社団法人茨城県柔道整復師会県南支部親睦ゴルフ大会」が開催されました。今回は、市川善章名誉会長の叙勲「旭日双光章」受章のお祝いを兼ねた大会となりました。当日は、県南支部会員22名と、関係者多数をお

当日は、県南支部会員22名と、関係者多数をお招きして楽しくラウンドしました。

その後、午後4時から表彰式が行われ、優勝は倉持孝浩会員が、準優勝は市川善章名誉会長が受賞しました。

最後に、倉持孝浩会員から優勝のあいさつ、続いて市川善章名誉会長から叙勲受章のお祝いを兼ねたゴルフ大会にしていただいたお礼と、準優勝のあいさつをいただき終了しました。

(広報副部長 髙儀和広)



県南支部会員22名が参加。市川善章名誉会長の叙勲 「旭日双光章」受章のお祝いを兼ねた大会となった

## 私の散歩道(1)

#### 釧路湿原に次ぐ2番目に広い湿原

私の住んでいる古河市に隣接して、2012年7月3日 「ラムサール条約登録」された、渡良瀬遊水地という 釧路湿原に次ぐ2番目に広い湿原があります。

遊水地は栃木県・群馬県・埼玉県・茨城県にまたがる、面積3,300ha、総貯水容量2億㎡、周囲は30kmで、 我が国最大の遊水地です。

その中に人口湖の谷中湖があり、その広さは面積450ha、総貯水量2,640万㎡で外周が約9.2kmもあります。

谷中湖への入口は、東京方面から走り三国橋を渡り 土手の道を北上するど中央エントランス」の入り口があり、 ここはスポーツエリアでサッカー場や野球場に行く人が 入り300台の駐車場があります。

エントランスを過ぎると道が上り坂になり、土手と同じ高さになり、左側に「道の駅きたかわべ」があります。ここでは食事をすることができ、また、「遊学館」という遊水地の歴史や生息する動植物のパネル展示をしていて、屋上にある展望デッキから遊水地を一望できます。55台の駐車スペースがあり、ここに車を止めて道路を渡って、徒歩や自転車で谷中湖に入り散策する人もいます。

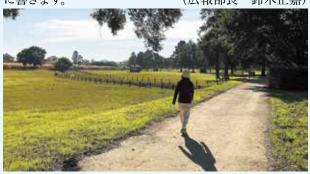
道の駅を過ぎて藤岡に近い所に「北エントランス」の入り口があり中に入ると「子供広場ゾーン」「史跡保全ゾーン」「多目的親水ゾーン」に繋がります。駐車場が5ヶ所あり、合計で963台駐車できます。

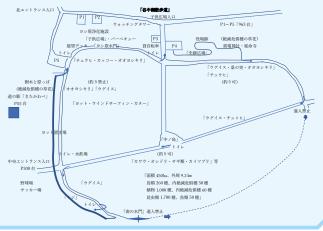
私の散歩はこの「北エントランス」から入り「子供広場 ゾーン」の駐車場に駐めます。

ここには、トイレや、有料貸自転車の受付があり、子供 用もあるので親子で借りて走れます。また、この受付に言え ば無料で子供広場ゾーンにてバーベキューをする場所を借 りられますが、食材・道具は自前ですので持参してください。

車から降りて湖に向かって歩きだして、左側の史跡保 全ゾーンの方に歩いて行くと、原っぱが広がっていますが ここはバーベキュー禁止なので、お弁当を持ってきた人 たちが、レジャーシートを広げて子供や犬と遊びながら 食べています。

広場の奥に進むと、谷中村役場の跡の丘や家跡の杭があり、その草むらの中に絶滅危惧種の植物が群生していて杭とロープで囲われて保護されています。そこから東へ進むとヨシ原の中の林の中に雷電神社跡の丘や延命院跡がありそこに鐘が吊られ打つと寂しげな音がヨシ原に響きます。 (広報部長 鈴木正嘉)







#### 広報委員 長谷川秀樹



サーフィンに は、大きく分けて、 ショートボードとロ ングボード(クラ シック)に分けられ ます。『サーフボー ド』とひとことで 言ってもそれらは 似て非なるもので ある。車で例えると、 ショートボードがス ポーツカーなら、ロ ングボードは、クラ

シックカーみたいなものである。

ショートボードは、軽くて薄いため、小回り のターンが得意で、まさに波を感じ取り、波の 呼吸に合わせてボードをあやつる楽しさが魅力 であり、(派手なアクションで色々なトリックを 決め、楽しむスポーツであり、)来年度、東京オ リンピックから正式種目になった競技である。

ロングボードは、その名の如く、長くて、重 いボードであり、動きもゆっくりだけど走り出 したら止まらないグライド感(重量感)が魅力であ り、ボードの上で歩いたりして、重い乗物を操 縦するところに面白さがある。私は、今は、ロ ングボードに乗っている。海まで車で5分の所 に住んでいる私は、子供の時から海で泳いだり、 釣りをしたり、海は遊び場だった。

今でも波が良い日は、大体、早朝に波と遊ん でいる。波乗りの素晴らしさは、何と言っても、 自然と一体感になれる所ではないだろうか。自 然の力との調和は、とにかくリラックスでき、新 たなエネルギーを補給できる貴重なひと時であ る。いつも元気で笑顔でいられるのはこの自然 からいただくフレッシュなエネルギーのおかげ だと感じる。

このエネルギーを【治療】という形で、皆さ んに還元できたら嬉しく思います。そして、波 との調和をどんどん追及していくと、その日の 波に合わせて新しいボードを買いたくなってし まうため、新しいボードがどんどん増えていく。 例えば、その日の気分に合わせて靴をチョイス する感覚に似ている。

今は、ボードを集めることが、波乗りよりも 趣味になってきているかもしれない(笑)

ただ、自分にとって宝物であるボードも家族 からしたら、ごみ同然であり、置き場が無いと 邪魔者扱いのボード。勝手に捨てられてしまわ ないかとドキドキしている今日この頃だ(笑)

#### ■新入会員■



水戸支部 **松本 克輝** 松本接骨院 ひたちなか市大成町35-29

☎ 029-273-1599

## 救護員派遣の近況

## 令和元年11月24日(日) 第39回つくばマラソン

TOTOショールーム駐車場 (28km地点) 鮭川秋雄、吉原貴範、齋藤正仁、内舘秋男、田中広一、永田喜久雄、 桜井亮、山﨑久史、根本隆司、大久保博之、湯田隆幸(県南支部) 359名の選手にテーピング、ストレッチ、アイシング等の処置をしました。

#### 茨城県柔道選手権大会

茨城県武道館柔道場

助川悟志、綿引徹 (水戸支部)

左膝関節を負傷した1名の選手を救急車で病院へ搬送しました。 令和2年1月26日(日) 第68回勝田全国マラソン大会

海原医院

藁谷和彦、嶋崎英恭、藤田博美、中川文夫、中川翔太 (水戸支部) 西原公園グラウンド第1

久保田浩将、岩本勝久、新井俊行、長谷川秀樹、木村栄作(水戸支部) 503名のランナーにテーピング、アイシング、ストレッチ等の処置を

## ~ 新2年2月9日(日) 茨城県柔道段別選手権大会・茨城県柔道高段者大会

茨城県武道館柔道場

杉本秋生、佐間田仁 (水戸支部)

負傷者なし。 **令和2年2月23日 (**日

#### 第7回関東近県女子バスケットボール交流大会

ひたちなか市総合体育館

後藤洋彰、中川翔太 (水戸支部)

膝関節捻挫、足関節捻挫等の14名の選手にテーピング、アイシング、 ストレッチ等の処置をしました。

#### 《訃報》

光代(いいだ みつよ) 飯田 県西支部 飯田 一幸 会員の母 令和元年11月22日死去 78歳 松本 明(まつもと あきら) 水戸支部会員 令和元年11月26日死去 58歳 中村 文男(なかむら ふみお) 県西支部会員(本会前理事) 令和元年12月2日死去 65歳 山﨑 双二 (やまざき そうじ) 県南支部 山﨑 久史 会員の父 令和2年1月16日死去 92歳

後記

に驚かされ、武漢をはじめい くつもの都市で大変な状況の中で耐えている人達、 それを助けるために頑張っている人達のニュースを耳 にしています。その中に日本からの支援物資に、中国 の人から「私達は生涯忘れない。頑張る。ありがとう。」 の返事が届いていること。千葉のホテルが帰国した 人を受け入れ、その人たちを浜辺から励ましている人 たちがいること。学生が応援のメッセージを発信して いること。それぞれが、みんな「私たちも大変な時、 世界中の人に助けてもらい励まされました。恩返しで す。」と言っています。恩返しをしたり、してもらっ たりがどんどん重なっていったら怖いもの無しです。

今、コロナウイルスの猛威

2月15日に開催された、保険取り扱い等講習会で は、我々の生きる道、意義をしっかり獲得するために 東奔西走し、とても忙しい毎日となっている公益社団 法人日本柔道整復師会 総務部長の三橋裕之先生。会 の公益性、信頼を高めるべく年間の取り組み、活動 計画を立ていくつもの行事の実行に、多くの自分の時 間を使い尽力されている先生方。それらは、柔道整 復師のため、会員のためであることは言うまでもあり ません。各行事の意味を理解するとともに、参加協 力していくことは自分のためでもあり、頑張ってくれ ている先生方をがっかりさせない自分なりの小さな恩 返しの思いもあります。

これからも一つでも多くの行事に、多くの会員の先 生方と参加協力していければと思っています。

(広報委員 桜井亮)

## 茨整発



#### 心の栄養になるお話

毎月第一木曜日(午後5:15~生放送) 茨城放送(ラジオ) ミツコdeリラックスのホットボイスのコーナーで「足元からの健康法」と「心の栄養になるお話」で出演させていただいております。

#### 痛みの改善は信頼関係で

痛みを治すには、先生と患者さんとの信頼関係が 大切です。

整骨院の先生、病院の先生を信じていなければ、 どんなに良い治療をしてもなかなか痛みが治らない ことが多いです。

ところが、先生を信じて一生懸命に治療に取り組むと痛みは思っていた以上に早く良くなります。

整骨院に行くにしても、病院に行くにしても初めていく場合は不安がいっぱいあると思います。

ただ、そこに行くことに決めた時にそれなりの信頼があるからそこに決めるわけですよね。誰かに聞いて「私はあの整骨院に行ったら良くなったから、あなたも行ってみたら。」と言われて行く場合、ある程度の信頼ができていますが、それでも不安はあります。どうしたら先生との信頼関係が築けるかなんですね。

信頼できる先生は、どうして痛みが出ているのか、 痛みの原因をきちんと説明してくれて、どのような 治療を、どれくらいの期間治療すれば良くなるかの 理論的な説明、それから実例を揚げて説明してくれ ます。そういう先生を選ぶことです。

それから、患者さんも先生から信頼される事が大 切なのです!

身体を治すのは患者さん本人の治す力が大きく関係します。先生の言うことを聞いて信じて実行することなんです。そして、お互いの信頼関係が築かれることで痛みを早く改善することができます。

患者さんと先生の信頼関係も大切ですが、身近にいる家族や友人との信頼関係も大切で、一緒にいてホッとでき何でも話すことができる信頼できる人がいることが大切です。このような人は先生との信頼関係も築ける人です。

整骨院の先生方や医療に携わる人たちは、患者さんから信頼していただけるように日頃から医学的な勉強や、人間形成のための取り組みに力を注いでいます。

健康な生活を送れるように信頼できる先生を選ん で治療に取り組んでください。

### 痛いところが原因とは限らない

痛いところが悪いところとは限らないのです。 最初に、良い治療をしていただける医療機関と、 そうでない医療機関の違いは何か? それは、先生が必ず痛みの原因を解って的確な治療をしているかどうかなんです。必ずしも痛いところが原因とは限らないのです。

長年続く痛みや、どうしようもなく辛い痛みのある人は、痛いところを何とか早く治して楽になりたいと誰もが思いますよね。

ところがなかなか痛みが楽にならない方が多いも のです。どうしてなのでしょうか?

多くの方が、身体の痛みがなかなか治らないで悩んでいます。どうして色々な治療をしても良くならないのでしょうね?

それは、根本的な原因の解決ができていないからではないかと思います。

自然界は、すべて原因があっての結果なのです。 痛みの原因が何なのか、そしてその原因はどうし たら取り除くことができるのか、それが解って初め て治療ができるのではないでしょうか。

私は、症状の出ている所が原因ではなく、症状の 出ている所とは別なところに原因があるように思い 治療しています。

症状だけをみるのではなく、なぜそのような症状が出るのかの原因を知ることです。色々な原因によって痛みが出ます。その原因を知ると知らないとでは治療効果に大きな差が出てしまいます。

早く良くなる、なかなか良くならない、さらに間 違った治療をしてしまえば逆に悪くなってしまうと いうことになってしまいます。

それからもう一つ、心の原因があります。身体の 痛みは、肉体的な原因だけでなく、必ず心の原因を 伴って痛みが出ていると思います。

痛みの強い人は、心に不安や悩み心配事を抱え、 毎日がイライラして強いストレスを感じている人が 多いようです。

不安や悩み、心配事の解決には「感謝」の気持ち を忘れないことが大切です。

今の自分があることに感謝をする。親や先祖に、 多くの人に、すべての物、自然の恵みに対しての感謝 を忘れないようにすることで心が穏やかになります。

心と身体の健康管理をしっかりして幸せな人生を 送りましょう。 (広報委員 磯島昌彦)



茨城放送(ラジオ)ミツコdeリラックスの ホットボイスコーナーに出演中

編集発行人竹藤敏夫発行責任者鈴木正嘉編集部員高儀和広磯島昌彦桜井亮古内裕人長谷川秀樹公益社団法人茨城県柔道整復師会〒310—0804水戸市白梅二丁目2番39号TEL 029(247)8111FAX 029(247)8126E-mailshiraume08@ibaraki.email.ne.jp



おかげさまで47周年

# 塚本工業株式会社

ギフトセンターツカモト

茨城県稲敷郡阿見町荒川本郷2880-2

TEL 029-834-2560 FAX 029-834-2563

三井住友海上火災保険 ハイグレードエージェント 三井住友海上あいおい生命 エグゼクティブ・メンバーズ・クラブ ダイヤモンド

サンツクバ 株式会社



TEL.029-841-5858

検索 詳しくはホームページをご覧ください。

土浦市中村南 1-2-23 URL http://www.suntsukuba.com

~旅のおともに~

# 日本交通株式会社

茨城県稲敷郡阿見町荒川本郷2880-1

TEL 029-843-3380 FAX 029-843-3380

募集代理店

生きる」を削る。

北関東ファミリー 株式会社

http://www.kfamily.net/

0120-48-3376 FAX029-248-8522 〒310-0842 水戸市けやき台2-14-1

■ アフラックサービスショップ ■ -

け や き 台 店 / 亟 0120-48-3376 イオンタウン水戸南店 / 面面 0120-91-8608 ロゼオ水戸県庁前店 / 亟 0120-97-8659

TRIO

信頼のネットワーク

地域密着

Door to Door

## トリオ医科 株式会社

〒 300-1216 茨城県牛久市神谷 6-6-1 TEL029 (873) 8553 FAX029 (873) 8796 東京 (営) 大田区・北関東 (営) 館林



物理療法機器、介護福祉具 健康機器販売

# 関东医療商事

〒319-2221 茨城県常陸大宮市八田 1127-5 TEL 0295-53-4211 FAX 0295-53-3383 団体保険は接骨院経営者の基礎となる保険です!

# 柔道整復師 総合補償制度

総合保険コンサルタント・替助会員

### アームリンク株式会社

代表取締役 小林 和義 TEL 027-255-3233 URL http://armlink.org





**20-26-4331** 茨城中央ホーム株式会社 開発営業部 担当/津賀





TEL 029-839-0346 / FAX 029-838-0874



