

支部だより

〔福井〕



福井県近況報告

福井県支部長 29期 森瀬 則昭

ご承知の通り、平成30年度は、福井県において6月に北信越ブロック柔道大会および北信越学術大会福井大会が、9月下旬から10月中旬に「福井しあわせ元気国体」および「福井しあわせ元気大会」が開催されました。

おかげさまで、実行委員や会員の皆さまのご尽力・ご協力により北信越ブロック柔道大会および北信越学術大会福井大会が大盛況のうちに終了することができ、また福井しあわせ元気国体および福井しあわせ元気大会では、救護ボランティアとして選手の皆さまのサポートができ、大変喜んでいただけました。

しかし、行岡会としての活動は、これらの大会の準備などに追われてしまい、残念ながらできませんでした。

新年度は、5月12日(日)に(公社)福井県柔道整復師会の定時総会が開催されますので、それに併せて行岡会総会を開催する予定です。

ちょうど、新年度は役員改選に当たりますので、新体制のもと心機一転、会員が興味を引くような研修会や他の事業などが実施できればと思っています。

導入実績 10,000 件以上!!

接骨院・整骨院のレセコンなら
業界No.1の『三四郎くん』



他社からのデータ移動も
お任せ下さい!



※一部ご希望に添えない場合があります。

超音波画像観察装置ラインナップ

※その他、様々な機種を取り揃えております。



ARIETTA
Prologue SE

医療機器認証番号:
227ABBZX00109000
製造販売元: 株式会社日立製作所



HS-2200

医療機器認証番号:
225AHBZX00034
製造販売元: 本多電五株式会社



Viamo.c100

医療機器認証番号:
228ACBZX00020000
製造販売元:
キャクシスディカルシステムズ株式会社



株式会社 エス・エス・ビー

関西
営業所

〒532-0011
大阪市淀川区西中島4-13-24 花原第3ビル405号
TEL 06-6390-3462 / FAX 06-6390-3463

<https://www.sanshiro-net.co.jp/>

最新柔整情報が読める!! 柔整ホットニュース
▶▶▶ <http://www.jusei-news.com/>

詳しくはこちら



〔大阪①〕



平成30年度「役員・委員一泊研修会」を開催しました

大阪府支部・広報委員長 49期 高橋 和也

平成30年10月20日(土)～21日(日)、茨木市忍頂寺・竜王山荘にて「役員・委員一泊研修会」が行われました。

この会は研修だけでなく役員・委員の親睦、今後の大阪同窓会の発展を検討するために二年に一度行われるものです。

今回、研修会恒例のプレミアム講演会は『救護の基本』です。今まで多くの救護の経験のある八木良憲会長自らによるプレミアムの名にふさわしい貴重な講演でした。

救護の現場で信用を得るのに先ずは身分の証明や資格を説明することの大切さ(もちろん自身のアピールや施術所の宣伝ではない)、救護を必要とする負傷者が来た時にまずは何をすべきか?(①安全確保 ②主催者・責任者や医師など処置するうえで確認をとる ③記録をつける)

柔道整復師が現場で救護に携わる際に現在と過去では対処法が大きく違うこと、後の事を考えて責任を問われる場合、あえて手を付けずに救急車を呼ぶことも一考であることなど、柔道整復師の救急救命、救護の関わり方に対して自分たちの認識の浅はかさ、自責の念にかられる内容でありました。

今回は急な講演会予定変更にもかかわらず快く引き受けてくださり、今回もまた異なった内容の講演でしたので、八木会長の引き出しのレパートリーの豊富さに我々も驚かされました。ありがとうございました。



〔大阪②〕



平成30年度「大阪行岡整復同窓会」 学術講演会開催

大阪府支部・学術委員 47期 松尾 浩二

5月の第2土曜日は皆様ご存知の通り大阪『行岡の日』です。

平成30年度 大阪行岡整復同窓会・総会が、5月12日(土)大阪道頓堀ホテルにて行われました。

その後、こんな話が聞きたかったシリーズ第5弾「浮腫の分類とアプローチ」～その浮腫はそのままで本当に大丈夫ですか?～と題して一般社団法人日本浮腫緩和療法協会代表で九州医療専門学校柔整科教員の大塚俊介先生にご講演をして頂きました。

他団体やドクター相手の講演が多く、意外と柔道整復師だけの前での講演は初めてと仰っていました。

講演内容はとても分かりやすい説明で浮腫の基礎から治療法まで披露して頂きました。

治療でいう浮腫といえば、「リンパ浮腫」に特化したイメージのものと思われがちですが、大塚先生のお話では、「スポーツ外傷の腫れ」にも適応ができ、スポーツ医学やリハビリテーションの分野だけでなく、我々柔道整復師の分野にとって、外傷に適応できるという画期的な内容の講演でした。実際にMLD(徒手リンパドレナージ)施術を受けられたモデルの先生は「とても優しいタッチでした!」との感想でした。

ついつい浮腫は絞り込むように施術される圧迫療法をイメージされる方も多いと思いますが、圧迫療法とMLDを併用することにより患者さんの早期回復が見込まれるとのことでした。

事前に質問を出していましたが全て答えて頂き、出席された同窓会の先生方も真剣に耳を傾け有意義な講演会となりました。

大塚先生はこの『行岡の日』の講演のため、遠路福岡よりお越しいただきました。

ご講演いただき本当にありがとうございました。



講習会風景



講師 大塚俊介先生

〔奈良〕



駅伝大会に参加して



奈良県支部長 31期 前田 貴史

平成最後の新年が明けて間もない頃、高校の同級生が肩関節の痛みで小院にやって来ました。ひと通りの治療の後、近況を尋ねてみると、昨年の奈良県明日香村が主催する駅伝大会出場後から、水泳やジョギングに精を出しているとの事。今年も同級生でチームを組んで出場の予定があるので、一緒に走らないかと誘いを受けました。日頃、何の運動もしていない私にはまったく走る自信などなく断ろうと思っていたのですが、緩い大会なのでタイムを気にせず楽しめば良いよ、と説得され参加することになりました。

駅伝のコースは、明日香村近隣公園付近(すぐ傍にはキトラ古墳があります)の1周約3キロメートルをチームで5周します。本来はひとり1周で5名でのチーム編成ですが、50歳以上は1周を2名で分担しても良いルールとなっているため、陸上部だった世話人をお願いして半分の距離でエントリーして貰いました。

本番の2月10日まで約1か月間、平日の自主トレと休日に仲間が集合しての試走に数回参加したのですが、運動不足で走り慣れていない身体にはかなり堪えました。

大会当日は、出場メンバーから発破をかけられつつ、非常に短い距離でしたが練習以上の走りが出来たことに少し自信が持てたこと、沿道からの応援にも背中を押されるような駅伝の雰囲気を楽しめたことに喜びを感じました。

同級生チームでの出場は今年で3回目。1回目は1チームで出場し、毎年1チームずつ増えて、来年は4チームでの出場を企画しているとの事で、次回の参加に期待と不安が入り混じる現在の心境です。本当は、駅伝後の同級生との打ち上げの宴席を楽しみにしているのですが(笑)。

しかしながら、今後の自身の健康維持のためにもウォーキング、ジョギングは継続していきたいと思っています。60歳までにウォーキングやジョギングなどの有酸素運動を始めると、認知症になる確率が低くなる統計があるとは、一緒に参加した脳外科医の談でもありました。



画像の左から4人目が
筆者

〔京都〕



行岡京都支部研修会・懇親会

京都府支部長 41期 田中 弘昭

平成30年11月23日(金・祝)正午より、からすま京都ホテル2F『中華料理 桃李』にて行岡京都支部研修会・懇親会を開催しました。

学校側の来賓として田中勇二教務主任にご来臨を賜り、本支部での出席者は、笹岡正典先生、布施賢太郎先生、柳生広昭先生、私を加えて4名でした。

研修会では、僭越ながらも私をご挨拶させていただき、田中教務主任より最新の学校事情についてやその他大変有意義なお話をいろいろお聞かせいただきました。

笹岡先生の乾杯の音頭で懇親会が開宴し、美味なる中華料理を堪能し、美酒に酔いしれながら話に花が咲き、時間の経つのも忘れるほどで、大盛況のうちにおひらきとなりました。

その後例年の事ながら、このままでは散会しがたく、2次会へと突入し、楽しい時間を過ごし来年も支部研修会・同窓会を開催することをお約束し、それぞれ家路に向かわれました。



支部だより

〔兵庫〕



平成30年度の総会を開催

兵庫県支部長 25期 古沢 公一

平成30年8月4日(土)午後4時より神戸市の兵庫県柔道整復師会館に於いて同窓会総会を開催しました。今年には役員改選の時期でしたが、同窓会役員が多くが(公社)兵庫県柔道整復師会の役職を兼務しているため、総会日の決定及び研修会講師の日程調整が困難となり、今年の会費徴収の見送りを事前連絡し、総会だけの開催となりました。

総会(8/4)	会員数	42人
	出席	11人
	欠席	9人
	委任状	22人

新役員	支部長	古沢公一
	副支部長	菱谷憲嗣
	庶務	金田尚
	会計	本田雅彦
	監査	三木靖治・長山誠
会員の皆様 よろしくお願ひいたします		

高齢化に伴い会員数が減少する兵庫県支部ですが、年会費3,000円を暫定的であるが1,000円(負担軽減)とし、質素儉約に努めて運営することで承認されました。

支部主催の研修会については、単独では集まりが悪く他団体とコラボする方法を検討しております。

総会終了後、小河俊文会員を囲み有志6名での症例検討会を実施。普段の施術での悩み、手技やアプローチの方法等少人数ならではの和気あいあいとした検討会となりました。

その後も更に場所を移動し夜の勉強会へと。

当然皆さん参加となります。若い会員さんは元気ですね。(汗)



小河俊文先生を囲む症例検討会

比 叡 山



京都府 27期 笹岡 正典

平成30年11月3日(土)8:34JR奈良線山城青谷駅発、春・秋2回の恒例のご近所ハイキング。もう30年も続いています。

子供が幼少の頃は40名の一列車貸切状態の遠足であったが今回は7名が参加。西村京太郎のサスペンスドラマのような事件もなく、叡山電車八瀬比叡山口に到着。

ケーブル八瀬よりケーブルカーでケーブル比叡に到着し、ロープ比叡に乗り換えロープウェイで比叡山頂駅に到着。ガーデンミュージアム比叡では同伴の女性達と同じ位の美しい花々を横目で鑑賞しながら延暦寺へと向かいます。

途中の山道は台風21号・24号の爪痕を残し通行止めとなっている場所も所々に散見されました。

比叡山延暦寺は伝教大師最澄が延暦7年(788年)に開いた天台宗の総本山。東塔、西塔、横川の三塔十六谷からなり、比叡山中に数百の堂や伽藍が点在します。春は桜、夏は新緑、秋は約2,000本を超えるモミジが紅葉し、四季それぞれ美しい色合いを楽しませてくれます。

一方、東塔地域の国宝展では延暦寺に伝来する数多くの文化財を見ることができます。

また、御朱印を頂ける御堂は14箇所あり、写経をお納めして頂くことができます。ちょうど先祖回向のお堂が開いており、ありがたく手を合わせてきました。下山は坂本ケーブルより JR 湖西線比叡山坂本駅に降り比叡山を横断しました。



学生スポーツの現場から



兵庫県 40期 森田 崇史

私の母校である豊岡高校の野球部で、クラブ活動に同行してサポートをはじめたのが、2017年2月でした。この2年間を通して感じたことを少し書きたいと思います。

●どのようなサポートが出来るのかが伝わらない

柔道整復師という資格があまり正確に理解してもらえていないようです。何が出来るのか、サービス対象や問題解決方法などを伝える努力が必要だと感じました。

部活サポートの目的は3つあって、部員と顧問の先生には何度かお話しています。初めに応急処置と機能訓練で、ケガやスポーツ障害からの復帰を早めること。次にスポーツコンディショニングで、ケガやスポーツ傷害を未然に予防し上達を早めること。さらには医学的知識をトレーニング指導に生かし、動きの質を高めて競技の成績を上げることです。これらの段階を順番に達成したいと考えています。

●痛くても我慢してしまう

忍耐力はトレーニングを行う上で必要不可欠です。ですから正しい鍛え方としての努力を否定する気はありませんが、痛めた箇所を放置したまま練習するのが忍耐力だと勘違いしてほしくはありません。それは自己管理能力の欠如です。

病院や接骨院などに通院している部員もみられますが、なかなか痛みがとれないと治療を途中でやめてしまうこともあるようです。短期間で治らない事も多いのがケガなどの運動器疾患ではありますが、リハビリ等の治療を続けることで悪化を防ぐことも大切な自己管理だと知っていただきたいです。

●セルフケアが十分にできない

トレーニングは身体に過負荷をかけて、超回復という反応を起こすことで成果が得られます。合理的なトレーニングのためには練習だけでなく、疲労からのスムーズな回復までを1セットで考える必要があります。運動しっ放しで、痛めた部位も放ったらかし。疲労がたまり練習が身につかない部員が多いと思います。メンテナンス方法の相談を受けることも増えて、少しずつ健康管理の意識も高まってきましたが、まだまだセルフケア方法を指導しても継続出来ない事が多い様です。

●先輩に遠慮してしまう

練習中に観察していると、多くの部員の動作や表情に気になる点がみられます。しかし新入生など入部してしばらくは相談が少ないのです。2年生の後半くらいになると、ようやく気軽に声かけてくれるようになりますが、もっと早くメディカルケアやコンディショニングに触れてもらえないのでしょうか？

練習中に自由に抜け出し、相談することは難しいかもしれません。練習後でも先輩に譲って遠慮してしまう光景が見られます。昔に比べると理不尽な事はなくなりつつありますが、未だに上下関係が厳しいのが学生スポーツです。

なぜそのような雰囲気になってしまうのか？ 私が考える理由は3つあります。一つ目に厳しく制裁を加える指導が統制を強め、手っ取り早く試合の勝敗に繋がるから。二つ目には楽しむことより、精神鍛錬と人格形成や成長が学生スポーツに求められている社会風潮。三つ目には日本人の短所かもしれませんが、自主性に乏しく、甘やかされると自分を律することが出来ない者が多いこと。

医療的サポートの優先度で言えば、身体的・精神的弱者である下級生ほど重要であると思います。ですから、もっともっとこちらから声をかけて、相談しやすい雰囲気に変えていかなければと感じています。

◎レギュラーでないから

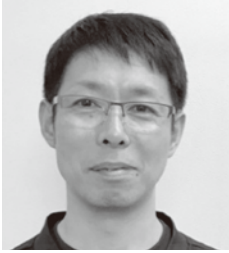
ケアの時「今日は試合に出てないのにすみません」と言われたことがあります。ピッチャー、キャッチャーでなく野手だからとか、レギュラーで無いからと気兼ねするのでしょうか？

チームスポーツである以上、出場できるポジションや人数には制限があります。強いバックアップがあるからこそ思いっきりプレイできるのですから、出場できないメンバーこそが、チームの勝敗を左右するのだと思います。スタメンで無くて補欠でも、貢献度は一緒ですから遠慮してほしくないですし、練習での疲労やケガのリスクも同等で、ケアの重要度は平等です。

競技スポーツをする者にとって、トレーニングや集団練習で鍛え上げるだけで無く、体を整えて回復するケアや健康管理まで出来て当たり前というふうに、スポーツ界の空気を作り上げることが今の目標です。



紀州口熊野マラソンを走って



和歌山県 39期 野口 健至

今年の2月3日、紀州口熊野マラソンに参加してきました。和歌山県で唯一、日本陸連公認のフルマラソンであります。大会が行われた上富田町は、熊野古道の中辺路と大辺路の分岐点にあり、熊野への入り口であったことから「口熊野」と呼ばれています。また、万葉の昔から多くの都人が訪れ、交通の要衝として栄えてきました。フルマラソンコース上にある八上王子跡と稲葉根王子跡は、世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」に登録されており、歴史と自然を感じながら走れるコースとなっています。

私自身フルマラソン出場は3度目となります。大会2ヶ月前にエントリーは済ませたものの、モチベーションを維持することが至難の業。お正月にランニングで初詣に出かけたり、行ったことがない場所で温泉を拠点に公園や海岸線を散策したり…と辛い練習の中でも「楽しむこと」を意識して継続しました。その甲斐あって、私の1月の月間走行距離は150キロを越え、本番に備えることができました。

大会当日は雨の予報でしたが、雨も降ることなく暖かくて走りやすいコンディション。朝から会場に向かった私は、前泊組の仲間達と合流してスタート地点に並びます。「楽しんでいこか!」と言葉をかけ合い、いざ42.195キロの道のりへ!ランナー達の足音が響く中、前半は決して頑張り過ぎず、口熊野の雄大な景色を満喫しながらゆっくりとしたペースを保ちました。途中に設置されたエイドには、水とスポーツドリンク以外にバナナやパン、和歌山名産のみかんや梅干しも並べられ疲れを癒してくれました。

しかし、ハーフを過ぎた頃より疲労感の蓄積は抑えられず、30キロ過ぎには脚の痙攣に苛まれ、やむなく歩ぎが混じる始末。40キロ過ぎ、再度気持ちを鼓舞して上がらない脚を無理やり前に進めます。ゴール手前で仲間の声援が聞こえて不思議と脚が軽くなり、何とか制限時間内の完走を果たしました。

人生はマラソンとよく似ています。私が行岡にいたのは専門学校が2年制の最終学年でした。早いもので卒業して28年が経過します。その間にも我々が置かれた環境は随分と変わってきました。たとえ逆風を感じるときでも柔道整復師としての誇りを持ち、その魅力を感じながら日々精進していきたいと思います。同時に「楽しむこと」を忘れず、ほねつぎ人生の完走を目指して!



施術所を利用した介護予防



兵庫県 53期 金田 尚

2005年の介護保険制度改革で介護予防というカテゴリーが導入されてから、各市町村では総合事業における多様なサービスが実施されてきております。

私の施術所がある、神戸市では2017年より総合事業の通所型C(市町村が直接又は委託にて実施する生活機能を改善するための運動器の機能向上や栄養改善などのプログラム)というものに当たる、神戸市短期集中通所サービスが始まり、兵庫県柔道整復師会(以下、会)が3つの区で委託契約することができ、私自身も機能訓練指導員として、現場で活動しました。この事業は名前の通り短期間(3ヶ月)で自立支援することが目標なのですが、実際期間内で自立支援まで目標達成できるには程遠く、また利用者は事業終了後のフォローアップになる社会資源(体操教室など)が少ない事が実情で、受け皿がないのが問題点でした。また、行政の事業に対する方向転換によって職域団体が行うべき事業というよりは地域のスポーツクラブ等が対象となり、我々の目的意識や役割と相違する事業となりました。

そういった経緯もあり、私が部員として活動しております会の介護保険部では施術所で行える介護予防教室を広めていく方が社会資源になり、自分たちに返ってくるものも多いのではと考えております。昨年、私自身の施術所で行いました介護予防教室を例にそのメリットなどをお伝えし今後皆様の参考になればと思います。

まず、その教室の経緯をお話すると委託事業を私と一緒に取り組んで頂きました、根來信也会員(39期)と事業のアフターフォローの意味合いで「コミュニティカレッジ」(写真1)という名称で、委託事業と同じ施設を利用し月1回全6回の教室を立ち上げました。この教室では体力測定や幸福度チェックなどを行い、そして何よりも指導者と利用者の位置関係ではなく、時には利用者が体操の見本になって頂き、時には昔懐かしの絵描き歌などホワイトボードを使用して披露して頂くなど、いわば一体化のような関係性で場内はいつも笑いが絶えず「毎月この日が愉しみやわ」というお声を頂きました。

そして、この教室を引き継ぐ形で施術所を利用した介護予防教室、名称も「スマイルフィットネス」(写真2)に変え月1回全3回で開催しました。内容は体操や脳トレなど、施術所内で実施可能な運動を中心にを行い利用者からは「今日も来てよかった」というお声を頂きました。

委託事業においては法人格が必要で、また行政との契約なので当然、種々の制限や決め事があり、書類の提出なども多く個人で始めることはとても困難です。また会場を借りて教室を運営しようとすると、会場費・賠償保険代などがかかり利用者が増えないと赤字となる可能性が高く、1からのスタートではリスクが大きいです。その点、施術所を利用する場合、会場費はかからず、保険代も施術所に入っている賠償保険内(保険内容によって異なります)で対応出来ますので、経費がかからない為、比較的始めやすい教室です。

私は会で介護予防に携わるようになった当初、よく「自分の施術所がある地域包括支援センターに挨拶に行くといい」と言われましたが、当時は事業に何も関りがなかったもので、私自身「いち柔道整復師が挨拶に

行って何を話せばいいのか?またどのような経緯で挨拶をすればいいのか?」と疑問に思っていました。しかし、今は神戸市の事業などを通して、地域包括支援センターの方と交流があり、またセンターの方も地域の社会資源を求められているという事を知ることができました。

私はたまたま運がよく、そのような事業を通して交流が持てましたが、委託事業が無ければ交流できないのでは?と疑問に持たれるかも知れません。でも、そうではなく、まず患者さんを中心に施術所で教室を始め、利用者からの口コミで参加者を増やし、実際開催した教室の報告書や案内などを持って地域包括支援センターへ挨拶に行くことで、繋がりを作ることができ、このことが地域で活動する上ではキーポイントにもなります。(図1)

施術所を利用するとスペースに限りがありますが、会場への移動・経費が無く、何よりも地域の社会資源として活用される事により施術所自体の知名度が上がり、幅広い方へ認知される事が最もメリットだと感じます。

柔道整復師としての外傷の施術という本来の業務を根底に、機能訓練指導員というカテゴリで活動する事は業務拡大と、地域への貢献という意味で今後とても重要な事だと思います。今回記述した内容は「するべき」というものではなく、介護予防について全く関わった事が無い、又は関わりたいと思っているが何をすればいいかわからないという先生方、そしてすでに携わっている先生方への今後何かのヒントになれば幸いです。思いお伝えさせて頂きました。

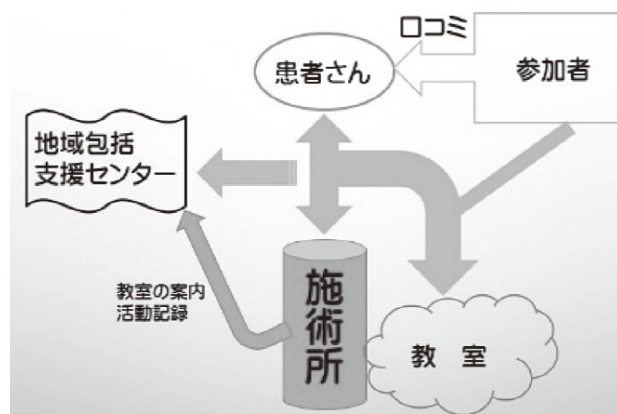
最後までお読み頂いたことに心より感謝申し上げます。



(写真1) コミュニティカレッジ



(写真2) スマイルフィットネス



(図1)

日本アルプスの雄 槍ヶ岳を目前にして



兵庫県 25期 古沢 公一

去年の夏より自宅を思い切って新築する為、嫁の実家に居候することにした(マスオさん状態)。仕事をせず、時間を持て余す生活は全く退屈である。

何か目標を持って生活しなければと思案し、閃めいたのが短期間(2W)での食事・運動による肉体改造であった。「秋の槍ヶ岳、素晴らしい景観を堪能するぞ!」決意新たに準備を整え10月14日(日)の夜、嫁の実家を飛び出した。

翌朝6時に上高地到着。すぐ登山センターで登山届を提出し、梓川沿いの遊歩道を上流に向かって歩きだす。明神・徳沢・横尾と1時間おきに休憩をとりながら順調である。

しかし、満62歳の体内には疲労が徐々に蓄積していた。だんだん足取りも重くなり、槍沢ロッジに着いた時は靴を脱ぐのも大変な状態であった。(10日間の肉体改造?自己満足の世界で無理)

翌朝天気は快晴。絶好のトレッキング日和である。リュックを背負い気分新たに出発する。樹林帯の坂を登りババ平、水俣乗越分岐、天狗原分岐へと。今回の目的の一つである天狗池から見る槍ヶ岳を一目見ようと寄り道をした。

空気は澄み風もなく、槍ヶ岳がくっきり映る景観に見惚れ満足してしまった。目の前が槍ヶ岳だというのに心に潜むもう一人が帰りましょと囁く。時間はあるのに、天気は最高なのに、こんなチャンス二度とないのにと心の中で葛藤しながら気がつけば下山しているではないか!!

弱くだらしない自分を再認識してしまった山旅となりました。

帰宅してからは後悔することしきりです。

