

街の元気 ● みんなの元気を応援します

VIVA city

ビバ
*
シティ

公益社団法人 石川県柔道整復師会

2015

April

Vol. 10

特 集

講演会

研修会

施術者としての
スキルを磨き続ける！

和倉温泉総湯とわくたまくん

[柔道整復師倫理綱領]

国民医療の一端として柔道整復術は、国民大衆に広く受け入れられ、民俗医学として伝承してきたところであるが、限らない未来へ連綿として更に継承発展すべく、倫理綱領を定めるものとする。

ここに柔道整復師は、その名誉を重んじ、倫理綱領の崇高な理念と、目的達成に全力を傾注することを誓うものである。

- 1、柔道整復師の職務に誇りと責任をもち、仁慈の心を以て人類への奉仕に生涯を貫く。
- 2、日本古来の柔道精神を涵養し、国民の規範となるべく人格の陶冶に努める。
- 3、相互に尊敬と協力を努め、分をわきまえ法を守り、業務を遂行する。
- 4、学問を尊重し技術の向上に努めると共に、患者に対して常に真摯な態度を以て接する。
- 5、業務上知りえた秘密を厳守すると共に、人種、信条、性別、社会的地位などにかかわらず患者の回復に全力を尽くす。

街の元気 ● みんなの元気を応援します

viva city

2015
April

vol. 10

C O N T E N T S

1 [特集] 講演会／研修会 施術者としてのスキルを磨き続ける！

学術講演会

会員学術研究発表

協同組合＆学術部 学術講演会

各支部研修会

9 STOP振り込め詐欺 石川県警による詐欺撲滅講習会を実施

10 サポート接骨石川 (SSI) 活動報告

①石川県防災訓練

②能登和倉万葉の里マラソン2015

13 Member's Voice

随想 川本 力雄

14 トピックス

seminar& lecture meeting

学び▶活かし▶情報を発信

[特集]

講演会／研修会

皆様のハツラツとした毎日を支えたい！ 施術者としての スキルを磨き続ける！

(公社)石川県柔道整復師会では、さまざまな講演会や研究会を通して会員一人ひとりが施療技術の向上に努めるとともに、地域の皆様の健康に役立つ情報の発信に努めています。

学術講演会

開催日■平成27年2月22日(日)

会場■石川県地場産業振興センター本館

簡単セルフケア & コンディショニング

講師／NPO法人スポーツセーフティジャパン代表理事
佐保 豊氏

一般を含む95名の参加があり熱心に受講した。

運動時のケガが起こりにくく再発しづらい身体づくりについて紹介します。膝や腰などが痛い時、必ずしもその場所が原因でないことが多くあります。ある部位の筋肉が弱ったり固くなったりすることで姿勢が崩れてどこかに歪みが生じ、それが障害につながるのです。

ジョイント・バイ・ジョイントアプローチという理論があります。関節には可動性が必要な関節「Mobility」と安定性・固定性が必要な関節「Stability」の2種類があり、身体の下から足関節(特に矢状面)はMobility、膝関節はStability、股関節はMobility、腰椎はStability、胸椎はMobility、肩甲骨はStability、肩関節はMobilityと交互に重なっ

ています。膝関節は、足関節や股関節が動く時の調整役として屈伸し安定していた方がよく、特に横の動きは避けなければいけません。股関節は足関節よりも多方向に広い可動域が求められます。可動域が小さく安定性が必要な腰椎に可動域を求めると障害が生じやすくなります。胸椎は伸展と回旋の可動域が重要となります。肩甲骨は十分に動くことが前提ですが最終的に適切な位置でいかに固定できるか、そのための筋力が必要となります。このように、止めなければならない関節が不安定だったり、可動性が必要な関節が固くなって動かない場合、ほかの部位に負担がかかり痛みや障害につながります。膝関節捻挫で前十字靱帯を断裂した選手の中には、足関節可動域が極端に少なかったり、腰痛を訴える選手では股関節や胸椎の可動域が少ないことが多くみられます。

さまざまなスポーツで体幹を回旋させる動作

はとても重要で、この回旋可動域を生み出す主な場所が胸椎と股関節です。その際、腰椎が支点となり固定できるかが重要で、股関節・腰椎・胸椎の3つの関節があらゆるスポーツ、日常動作のポイントになります。以前、運動前には筋肉をゆるめるストレッチを行っていましたが、今は体を温め胸椎・股関節の可動域を自分の力で出していきながら、お腹まわりを固めるブレーシング(お腹を引っ込めて腹横筋・横隔膜・骨盤底筋・腹直筋に力を入れた状態)を行うことがウォームアップの中心です。

肩の障害にはインピンジメント、五十肩などがありますが、肩がどのような位置にあっても肩峰下の隙間を確保することが重要で、痛みの治療とともに機能的回復も必要となります。肩関節が外転90度以上では肩峰下の隙間が一番少なくなるため、この状態での運動は腱板など軟部組織を損傷しやすくなります。正常な肩甲骨上腕リズムと肩甲骨が大きな可動域を出すことを前提に、肩関節が90度以上で上肢運動を行う時、肩峰下の隙間を維持するためには、肩甲



佐保 豊 ● さほ ゆたか

● NATA全米公認アスレティックトレーナー
● NSCA全米公認ストレングス
& コンディショニングスペシャリスト

アスレティックトレーナーという立場で国内外のあらゆるスポーツ現場で選手の安全環境の整備やコンディショニング管理などを行っている。JOC医科学強化スタッフ、男子アイスホッケー日本代表ヘッドアスレティックトレーナー等を務める。

骨は内転して下制した状態で保持できるかが重要。投手やテニスのサーブなどの動作では、肩甲骨を内転下制位で保持しながら胸椎の伸展回旋、肩関節の回旋で可動域を出すことが大切です。肩甲骨の内転下制の妨げとなる原因として、小胸筋や肩関節外旋筋群の緊張・拘縮が考えられます。

佐保先生
直伝

テニスボール&セラバンドを使って Let's トレーニング!

セルフケア

- 小胸筋
- 肩関節外旋筋群・胸椎・梨状筋
- 中殿筋・大腿筋膜張筋・腸腰筋など



テニスボールを股部の下に置いて梨状筋をコンディショニング。スクリーンを見ながら中田学術部長も体験してみる。



エクササイズ

- 中殿筋
- 肩甲帯
- デッドバグなど

中殿筋のエクササイズ。セラバンドを両足の足関節上部に巻き、足を開いた状態で振り子のように左右に揺らし右足で立ったり左足で立ったり。



佐保先生の実演を見ながら。



セラバンドを使って肩をコンディショニング。

日々の臨床をとおして得た情報や知識を共有し、会員相互が高めあうことを目指して毎年実施しているもので、今年は2名の会員が発表を行いました（発表抄録より一部抜粋）。

「歩容異常 歩行がおかしい」

加賀支部 高熊 二夫会員



動画を交えながら、高齢者から幼児までの4つの症例を報告。歩行状態の観察と問診等で原因、誘因を探り出し、日常の生活スタイルを推測して柔道整復師の適応、不適応を判断するといった、臨床に即した発表でした。

はじめに

歩けない、歩き方がおかしいなどを主訴として来院された症例について紹介し、若干の考察を加えたい。

症例1 ● 68歳・男性

【主訴】歩行不能・運転不能

右脚伸展位での歩行、右股関節屈曲制限等、右股関節に疼痛と硬結等。これらの所見を寛解するため手技を加えた。

症例2 ● 65歳・男性

【主訴】歩き方がおかしい

腰部及び両膝関節軽度屈曲状態の歩行で階段は四つ這い等。腰臀部・左膝蓋骨周囲・左足MP関節に痛みと違和感があり、病院で検査の後、T11～T12黄色靱帯骨化症手術。歩容良好になる。

症例3 ● 75歳・男性

【主訴】歩行距離短縮

左脚が遊脚時に空中停止する歩容異常に加

開催日 ■ 平成27年2月27日(日)

会 場 ■ 石川県地場産業振興センター本館

えて、こむらがえりを頻発。担当医へ精査を依頼し左下肢閉塞性動脈硬化症で手術を実施。術後も歩きにくさ、夜間のこむらがえりはある。

症例4 ● 3歳・男性

【主訴】ひきずり歩行・転倒

医療機関による「不具合はあるが脳性のものではない」との診断で、3か月毎の経過観察。4歳時に精査が必要と小児整形外科へ紹介。さらに紹介を受けた病院で右下腹部奥に腫瘍が見つかるも良性で緊急性なし。現在、リハビリと経過観察中。

まとめ

歩容異常の原因が不明の時は、より適切な医療機関への紹介が重要。また、症状軽快と再発予防の見地から日常の習慣的姿勢に対する改善指導も重要であると強く主張したい。

「幼少年の肘関節損傷・ 固定法の観察」

～ L-I 型副子固定への制作と効用～

金沢南支部 山崎 延幸会員



従来のL型副子では肩が回旋して予後に影響が出てしまうため、手を前方に突き出して肩の内旋を防ぐL-I型副子を臨床の場で採用

し有効だったことを報告しました。L-I型副子の作成方法から順を追って説明し、肘関節の損傷の観察ポイントを示した後、症例をあげて実技を交えながら固定法を実施。固定肢位が予後を左右すると発表しました。



L-I型副子による
固定を解説しな
がら実演。

はじめに

幼少年損傷では整復が容易だが、的確な整復が必要条件であり固定肢位の適性により良好の結果を得られる。整形外科医の指導を得てL型副子と肘関節に内転内旋の影響を受けないL-I型副子を考案し、その有効性と固定法を7つの症例とともに報告する。

まとめ

幼少年の肘関節損傷では専門医のX線検査

でも骨的損傷を検出しない場合もあり、臨床所見で見極める必要がある。また医接連携を進めるにあたり医師からの指導・同意を得るためにも最良の処置が必要となる。幼少年の骨折端部への適正な整復をし、固定肢位の安定性を求めて考案作成したL-I型副子で良好な結果を得た。



発表者には大徳副会長(中央)から表彰状が贈られた。

IT 講習会

フェイスブックの登録から活用術まで ～誰にも聞けなかったエクセルやワードの疑問も解消～

平成27年2月20日(金)午後8時30分から、柔整会館においてIT講習会を実施しました。今回の講習内容はFacebookのアカウント作成(登録)から写真のアップロード・コメントの書き込みのほか、Facebookの活用術まで。産経新聞の産経デジタルに掲載されている本会の村扶希子会員『日本柔道整復師会のアンチエイジング講座』にアクセスし「いいね!」を押すなど、いろいろな活用法を確認しました。

参加者からは、会員同士のコミュニケーションをとる手段として、また患者さんへの情報発信ツールになるとともに災害時の連絡手段にも活用できると大変喜ばれました。

Facebookを通じて話す機会が限られている会員同士のコミュニケーションの手段などに用いられればと願います。また今回は、使



参加者の皆さん。

用頻度の高いエクセル・ワードの疑問点や使い方のQ & Aも行い、日頃の疑問が少しでも解消できたかと思います。

今後も皆様に有益な講習会を企画していきます。



Facebookの登録から活用術まで丁寧に講習。

協 同 組 合 & 学 術 部

学 術 講 演 会

開催日 ■ 平成26年12月7日(日)

会 場 ■ 石川県地場産業振興センター本館

石川県柔道整復師協同組合は、重島医療器（指定業者）のご協力により二度の講習会を開催しました。そのうちの2回目は、学術講演会として学術部と共催。超音波療法について、専門家からご教授をいただきました。

超音波治療の基本・実技を学ぶ

講師／フィジオプラス株式会社 高橋 智士氏



講演を前に橋本大衛協同組合理事長が挨拶。



坐骨神経・上腕骨内側上顆炎へのアプローチも実技を交えて多数紹介。

物理療法で加えられたエネルギーが患者の生体反応を引き出し、組織修復・症状改善につながります。急性期の疾患では交感神経を興奮させて血管を収縮させる100～200Hzの周波数帯が有効で、慢性期では副交感神経を優位にして血管拡張・筋緊張弛緩に有効な1～30Hzが、筋肉の運動に対しては30～80Hzが適当です。疾患の鑑別とともに大事なのが、その後のアプローチ・対処法です。ケガへのアプローチによりバランスを補正してから筋力トレーニングを行うのがよいでしょう。

現在は、開胸手術後の術部やスポーツ外傷直後の冷却中の患部へのマイクロカレント施術の併用、試合中に機器を装着して早期回復に貢献するなど、様々な使用例が報告されています。また深部の横隔膜の緊張に対し、ラジオ波で温熱して心肺機能に作用させて胸郭を拡張、振りかぶる動作等の緩和が期待できるようになりました。そしてHi-Volt及びEMSによる筋ポン

プ作用により浮腫が軽減し、早期の運動性改善がはかられています。

超音波療法では深部までの温熱が可能で設定1M（100万回/秒）は約6センチ深部施術、3Mでは（300万回/秒）で約2センチ浅部施術に適応します。急性期は非温熱（音圧のみ／パルス発振）で施術します。慢性期は連続発振で温熱作用を加えます。導子の動かし方は筋腱に対して直角または平行、関節には導子を固定して関節自体を動かします。

どの効果を期待するかによって、施術のアプローチ方法が次のように変わります。

高橋氏の講義は超音波療法だけでなく干渉波・低周波等の機器に共通する情報にも及んだ。



椅子座位で頸部回旋困難時の施術を体験。



- ①早期の疼痛緩和を目指すなら Hi-Volt・ラジオ波・EMS・超音波療法
- ②深部温熱ならラジオ波・超音波療法
- ③組織修復ならマイクロカレント・ラジオ波・超音波療法
- ④筋肥大ならEMS・ロシアンカレント
- ⑤神経麻痺なら Hi-Volt・EMS・超音波・ラ

ジオ波療法

温度が1度アップすると血流・代謝が促進し2度アップで疼痛閾値を上げる等、3～4度アップでコラーゲン組織の伸長性を高め、またヒートショックプロテインを分泌させて組織修復を促進させることがわかっています。

(要旨抜粋)

各支部研修会

県内四支部においても、それぞれ独自の研修会・講演会を実施しています。

金沢南支部
学術
研修会

開催日■平成26年11月15日(土)

会場■白山市民交流センター

膝：関節と力学とから考える

講師／金沢大学附属病院リハビリテーション部
主任理学療法士 守山 成則氏



守山先生は知識も豊富でドクターからの信頼も厚い。

膝関節の障害に対する評価法や機能訓練その他、最新のトレーニング法について動画や実技を交えて講演をいただきました。守山先生は石川県スポーツトレーナー連絡協議会

の理事を務められ金沢大学保健学類講師として臨床経験も知識も豊富です。我々柔道整復師が知っておくべき内容をわかりやすくご説明いただき、参加者は皆メモを取るなど真剣に聞き入っていま



実技を交えてわかりやすく解説。



した。質疑応答も活発に行われ、明日からの施療に役立つ内容でした。

金沢北 &
南支部
講演会

開催日■平成27年1月18日(日)

会場■ホテル金沢

私たちのまちづくり理念 「責任と誇りを持てるまち 金沢」

～市政刷新 With You～

講師／金沢市長 山野 之義氏

子どもや孫の世代に責任と誇りを持てるまちづくりを皆さんと一緒に行っていきたい。金沢の個性であり、魅力であり、強みともなっている歴史・伝統・文化・学術・風習を世界に発信して交流人口を増やし、「世界の交流拠点都市金沢」の実現を目指します。「これまでも これ



決意をもって市政に取り組むと
山野市長。

からも このまちの全
ての為に」取り組んで
いきます。

皆さまの想いを受け
止め、共感し行動する、
それをさらに多くの
方々に広く伝えていき
ます。

■今まで取り組んできた政策

金沢マラソン開催／スポーツ環境の充実／偉人
教育の推進／再生エネルギーの活用／学校図書
館司書の配置／中3までの子供医療費助成／障
害児施策の充実／震災廃棄物の受け入れ／高齢
者施策の充実／金沢町家の保全・活用等／東京
での魅力発信拠点整備／ユネスコ創造都市世界
会議の誘致／公衆無線LAN／女性の積極的登
用／金沢の情報発信力強化 など

■これから取り組むこと

LRT等交通システムの実験と導入／無電柱化
の推進／大規模コンベンションホールの整備／
東京オリンピック・パラリンピックキャンプ地
誘致／金沢らしい夜間景観充実／金沢クラフト
を世界へ発信／空き家対策条例制定／市役所前
広場整備／市民活動サポートセンター設置／外
資系ホテル誘致／金沢美大の移転整備／危機管
理センター整備／特別支援教育サポートセンタ
ー整備／屋内広場の整備／中学校選択制の検証
及び通学区域の見直し など



能登支部 公開講座

開催日 ■平成26年11月16日(日)

会 場 ■ラポルト珠洲

電気治療の 基礎・実技を学ぶ

講師／フィジオプラス株式会社 高橋 智士氏



講師の高橋智士氏。

電気療法は物理療法
のひとつで、代表的な
生理作用としては鎮痛
効果、疼痛コントロー
ル、機能改善効果など
が挙げられます。Hi-
Volt は鎮痛、EMSは
機能改善、MCRは組

織修復にそれぞれ効果があると言われていま
すので、目的に合わせた電気療法を選択するこ
とが大切です。

たとえば受傷直後や急性の強い疼痛には、周
波数 100 ～ 200HZ の高頻度の刺激を 10 分
程度、刺激は強めにして交感神経を興奮させる
ようにします。逆に慢性期の鈍い痛みには周
波数 1 ～ 30 HZ の低頻度を 20 ～ 30 分程度、
刺激は弱めとして交感神経を抑制するよう作用
させます。

さらに大切なのは電気療法を行う際の姿勢
で、肩関節で屈曲、伸展時に疼痛や制限がある
場合は座位にて肩の力を抜き、導子は結節間溝
部と背部肩関節を挟み込むように置き、電流出
力は強めにして 10 分間の通電を行います。下
肢で下腿部までの痺れがある場合には、横臥位
で両下腿部を屈曲位として、導子は腰髄神経根
付近と梨状筋上
か、大腿骨頭下
に置くようにし
ます。そして壁
などに足を付け
足関節の角度は



90度を保つようにして、EMSを10～15分通電すると効果が期待できます。

電気療法では、導子を置く場所と刺激の強さと時間の選択、さらに適切な姿勢の選択がより施術効果を高めてくれるのです。

電気療法を行う場合は姿勢も大切だ。



加賀支部
公開講座

開催日 ■平成27年1月25日(日)
会 場 ■ルートイングランディア
小松エアポート

ピラティスの有効活用

講師／木島病院理学療法士 石川 真衣子氏



ピラティスとは、関節や筋肉などに不要な負担をかけずに、身体が本来持っている筋力や柔軟性、健康で快適な暮らしを送るための感覚を向上させていくピラティスの本来の効果とは…。エクササイズです。あらゆる年齢、健康状態の方に適しますが、日本には“健康”というより美容やアンチエイジングの目的で約20年前にアメリカから入ってきました。

ピラティスには、大きく分けてマットピラテ

イスと器具を用いたピラティスの二つがあります。今日お話すマットピラティスはマット1枚のスペースで、いつでもどこでも、老若男女誰にでも行える一方、一つのエクササイズを簡単にでも難しくもできるコアマネジメントとしてのエクササイズです。コアを適正に起動させることで、脊柱・骨盤胸郭の安定、関節・内臓の活動性向上・排泄のコントロールといったメリットを獲得でき、そこからさらに、しなやかで自然な動作、生活の質の改善、心の活性化や幸福感の高まりなどへとつながっていきます。

トレーニングやエクササイズに求められるのは安定性と可動性の両立であり、その結果として体幹が安定し姿勢や所作の美しさにもつながります。まず獲得すべきは、身体の安定性であり、ピラティスはそのためのコアマネジメントを導く手段の一つなのです。

ピラティスの重要なポイントは3つあり、「ピラティスのABC」とも言います。Aはアライメント（姿勢）、Bは呼吸、Cはコア。この3つは関連しており、ABCを意識することで安定した身体のコントロールができるようになります。ピラティスとは、自分と向き合い、自分の状態を感じ取ることで自己治癒力を引き出すための手段であると考えています。

ピラティスのABCを意識しながらエクササイズを体験。



STOP 振り込め 詐欺!!

患者様、会員から

被害を出さない!

石川県警による詐欺撲滅講習会を実施

平成 26 年 11 月から、石川県警本部生活安全企画課による「STOP 振り込め詐欺」と題した講習会を当会の各支部で開催しました。

振り込め詐欺の被害は 2009 年度に一度減少しましたが、それ以降は毎年増える傾向にあり、平成 26 年度中には認知件数 13,371 件、被害総額約 559 億円にのぼるということです。こういった現状を踏まえ、防止策の一つとして来院する患者様等との会話から詐欺を察知したり、相談があった場合には素早く対応することで被害を未然に防ぐことが重要であり、そのための知識を得る機会を設けたものです。

講習会ではこれまで被害の多かった「振り込め詐欺」以外の特殊詐欺である「金融商品等取引名目詐欺」「還付金等詐欺」「オレオレ詐欺（母さん助けて詐欺）」や「振り込まない振り込め詐欺」などの手口についても詳しく説明がされ、被害を未然に防ぐための仕組みを講習して頂きました。また『振り込め詐欺防止検定』や『こんな電話は振り込め詐欺です』等の小冊子も配布され、有意義なお話を聞く機会となりました。



電話の横に貼っておくと予防になりそう。

不審な電話を受けたら、
まず相談してください。

相談先●警察安全相談電話 #9110
または最寄りの警察署

県内四支部で講習会を実施



H26.11.15
金沢南支部



H26.11.16
能登支部



H27.1.18
金沢北支部
H27.1.25
加賀支部

詐欺被害の深刻な状況を聞き、地域の皆さんと接する機会の多い我々柔道整復師が被害抑止のお役に立てればという思いを強くした。



サポート接骨石川(SSI)活動①

石川県防災総合訓練

平成26年11月16日(日)、第55回石川県防災総合訓練が珠洲市で行われました。海に飛び出した地形の能登半島は、災害等で道路が遮断されると完全に孤立してしまいます。その場合を想定して、今回の訓練では地元の警察や消防はもちろん、石川県警や海上保安庁の救難ヘリ、航空自衛隊の大型輸送ヘリ、さらにその上空を小松基地所属の救難捜索ジェット機が飛び回り、沖合に巡視船が停泊するなど陸、海、空にわたる大掛かりなものとなりました。

訓練の中心となる防災本部は正院小学校に置かれ、当会も「日本赤十字奉仕団」として救護所を設置、会員12名が被災した避難住民に対する救護活動の訓練を行いました。日常の身の回りにある物を使った骨折の固定法や包帯での固定法の実演は好評で、「あっちはどうするがいいね。こっちは？」の声に応えるうちに、モデルとなった会員は全身包帯だらけ！ミイラ男のようになってしまいました。視察に訪れた谷本知事も、「日本赤十字奉仕団」としての当会の活動をよく記憶していただいているようで「いつもご苦



実演しているうちに
…まるでミイラ男！

担架で運ばれて
きた救護者。



労様」と声を掛けられ、包帯固定の実演も真剣に見学されました。

8年前の能登半島地震でわかったことは「災害が来ない場所はない」ということ。生まれてからずっと大きな地震を体験していなかったため、石川県は地震の無い所だと信じていましたし、当時の国の予測でも地震が起きる可能性が一番低い地域のひとつとされていたはずですが、それでも地震は起きました。災害はいつ・どこに起きるか本当にわかりません。もしもの時にこの訓練が生かされること、そして、できればいつまでも大きな災害が起きないことを願わずにはられません。



ヘリコプターの上を救難捜索
ジェットが旋回する。



訓練の様子を熱心に見学する谷本知事(右)。



サポート接骨石川(SSi)活動②

能登和倉万葉の里マラソン2015



第一回大会以来
という晴天のも
とスタート!

妖怪ウォッチ
の人気キャラ
「コマさん」、
余裕のゴール。



親子で楽しんで...
いい思い出になりそう。

北陸新幹線が開業し、全国に金沢の盛り上がり
が報道された翌日の平成27年3月15日(日)、
七尾市で「能登和倉万葉の里マラソン2015」
が開催されました。市からの要請を受け、「サ
ポート接骨石川・赤十字奉仕団」として地元能
登支部や各支部より35名の会員がボランティ
アに参加。さらに今年は、北信越柔整専門学校
の柔道整復師の資格を持つ講師14名も加わり、
合計49名でケアサポート・ボランティアを行
いました。

■ 今年のケアブースはイキがいいね!

ケアブースが設営された和倉観光会館2階ホー
ルには、早くも朝7時から選手が並んだため、開
始予定時間を早めてテーピング、ストレッチなど
のコンディショニングを行いました。

今回活動に加わっていただいた北信越柔整専門
学校は、文部科学省の職業実践専門課程に認定さ
れています。コンプライアンスの観点から企業と

のコラボレーションによる研修を受けることが
推奨されており、今大会を教員研修の場として提
供しご協力いただきました。また今年の11月15
日に開催される「金沢マラソン2015」では、北信
越柔整専門学校としてケアサポートを行う予定で、
そのための実習も目的となっています。講師の皆
さんは20代と若い先生も多く、普段から授業で
大きな声を出すこともあって、よく声が通ります。
いつも以上に活気のあるケアブースとなり、毎年
レースに出場してブースにも寄ってくれる“常連”
選手は「今年はイキがいいね。元気なお寿司屋さ
んみたいで、こっちまで元気がでるよ」と笑顔で
話していました。

その元気な声が選手たちに届いたのか、ブース
を訪れる選手は時間と共にどんどん増え、フルマ
ラソンがスタートする午前10時前には250名を
超えるペースに! ベッド13台と廊下や床に敷か
れたベッド代わりのシート5枚もフル稼働の状態
となりました。毎年、気になる天候も、早朝は零
度だった気温が徐々に上がり、午前10時には3
月のこの時期には珍しく風もない暖かな晴天とな
りました。こんな天気は2009年の第一回大会以
来で、いつも強風と寒さに悩まされるこの大会に
って久々の、絶好のコンディションとなりました。



サポート接骨石川（SSI）活動報告

■ ケア600名の壁を突破

「今年はケアを受けに来る選手が多そうだ」との予想のもと、早めに交代で食事を済ませて午後からの活動に備えました。そして予想どおり、午後2時を過ぎるとフルマラソンを完走した選手が次々とブースを訪れます。汗をかいた選手達の体を冷やさないように部屋の温度を高く設定して、会員達は汗だくになりながらケアを行いました。ブースの中はもちろん受付にも順番待ちの長い列ができてしまいました。そこで椅子に座ったままでアイシングを行い、膝や足首など椅子に座ったままでケアできる選手には、そのままの姿勢でテーピング、ストレッチを行うなど、ブースの外も活用し全員一丸となってケアサポートにあたりました。

今年のフルマラソンの部には4700名と定員を



シューズの減り具合を見ながら走り方をアドバイス。



腕の上がらない選手を懸命にケアサポート。

600人を超える選手がブースを訪れた。



〈施術データ〉

参加者	ケア人数(602名)		ブース利用率
	競技前	競技後	
6500名	262名	340名	10.79%

オーバーする参加希望がありました。第一回大会は2042名でしたから7年間で倍以上の人気となっています。そしてケアブースを訪れた選手はついに、600名の壁を突破して過去最高の602名に。サポートを受けた選手はもちろん、後片付けの間も主催者や関係者、関係団体の皆さんからたくさんの感謝の言葉をいただき、本会のケアサポートがこの大会で喜ばれていることを実感できました。これからも「金沢マラソン」と共に、石川県のマラソン大会を盛り上げるためのお手伝いをしたいと思っています。

ケアを受けた選手より

10キロ出走 27歳・男性(七尾市在住)

一昨日まで荒れて寒かったので練習ができずぶっつけ本番でした!7キロで膝がものすごく痛くなって歩いてしまい、階段を上がるのもしんどかったです。今は大丈夫です。もっと痩せなきゃですね。

フルマラソン完走 31歳・男性(東京都在住)

一番列車には乗れませんでした。きのう新幹線で来ました。レースは2回目です。坂が多いのは大変だけど、景色もきれいでとてもいいコースだと思います。

10キロ出走 26歳・女性(福井市在住)

フルマラソンを走る友達と一緒に、マイクロバスで今朝来ました。朝は寒かったけど走っている時は暑いぐらい。立派な宿がいっぱいあったので、今度はゆっくり温泉に来たいです。

フルマラソン完走 46歳・男性(羽咋市在住)

2週間前にウルトラマラソンを走ったため膝が心配で、テーピングとストレッチをしてもらいました。今日はタイムを気にせず、調整のつもりで完走できました。ありがとうございました。

フルマラソン参加 76歳・女性(金沢市在住)

天気もよくて調子もよかったのですが38キロのチェックポイントでつかまっちゃって、完走できず残念!ここでみてもらったので安心して帰れます。金沢マラソンにも出るつもりなので、今度はちゃんと完走したいわね。

随想

大門会、そして兼六臨床研究会へ

『30年のあゆみ』を発刊して

兼六臨床研究会 初代幹事 川本 力雄

昭和59年(1984年)、当院と施術所が近く
日々に薫陶をいただいた故大門匠先生(元 石川
県柔道整復師会会長)から臨床を通じて楽しく
学ぼうとお話があり、早々に研究会を立ち上げ
て『大門会』と称し活動を開始しました。途中、
兼六臨床研究会と名称を改めて研鑽を重ね、昨
年12月に30年の節目の日を迎えました。

ちなみに北信越ブロック5県の日整公認私的
研究会は31団体(全国で130団体が登録)、し
かし石川県ではわか兼六臨床研究会と中庸の会
の2団体20人のみです。「学び」の構築の進捗
著しい今日、いささか寂しい感もあり会員の奮
起を促したいものです。

さて30年という長い年月の間には、残念な
がら諸事情で退会した会員、心半ばで逝去され
た会員もあり、互いに悔しい想いを共有しまし
ましたが、積み重ねてきた熱い想いのレポートと会
友が「記念誌を発刊しては」と背中を押してくれ
ました。

研究会は毎月第4月曜日の午後8時に始まり
発表は輪番制。おのおの症例を提示して原因・
病態の把握、治療・経過・予後の推測と考察を
述べるや否や、自画自賛傾向の強い会員より議
論噴出、頭ん中にいっぱい経験の引き出しの
中から有効な答えが何か論じられます。発足当
時は柔道整復師としての専門領域を順守し、時
には外部より講師(医師、僧侶、政治家、経済
人)を招いてお話を伺い、臨床家として幅広い
素養を求めて知的財産の蓄積にも努めてきまし

30年間のレポートを
一冊にまとめた『30
年の歩み』。そのまま
活かした手書きメモや
コーヒーの染みから
会の熱気が伝わる。

A4・274ページ。残念だが、載せき
れなかった資料もたくさんある。

た。さらに近年は患者様の健康志向も高く、病
気の予防と治療(健康寿命と平均寿命)等々、社
会より求められるニーズに鑑み、ここでも各自
の立場で活発な討論を行い、提言、提唱、持論
が展開されます。持てる知識をぶつけ合ううち
に脳内より心地よい「オキシトシン」が分泌され、
これが「他人を思いやる気持・信頼感」を育て
てきた30年のあゆみの証しでありましょう。

私は73歳！次のステップへの30年には遙
かに及びませんが、石川の「公認私的研究会」の
礎になればと、2月23日月曜日、31年目の歩
みを一歩踏み出しました。



兼六臨床研究会の現役メンバー(しいのき迎賓館にて)。

Topics

-トピックス-

トピックス①

窪田柔道倶楽部で 健康柔(やわら)体操普及活動を実施しました



子どもたちは、あっという間に動作を習得!

平成26年12月11日(木)午後9時より、健康柔体操普及委員会のメンバー6名が金沢市高尾台の窪田柔道倶楽部で健康柔体操の普及活動を実施しました。

この体操の普及活動は、地域の方々に広く親しんでもらい健康の一助として役立てていただくことを目的に実施しており、毎年1~2回、柔道大会会場や介護施設などへ出向いて行なってきました。今回は本会の窪田浩二会員が開設する柔道場の協力で、練習中の塾生とその父兄約50名の方々に指導することになったものです。

毎年、継続して参加している普及委員会メンバーも、公益事業である責任の重さと初対面の方々に前に体操をする緊張感から少なからずド

キドキ!しかし、道場に入った瞬間に大きな声の挨拶と笑顔で迎えていただき、私たちを含め参加者みんなが終始笑顔で活動を終えることができました。ご協力をいただいた窪田浩二会員をはじめ関係者の方々に心から感謝を申し上げます。

なお、健康柔体操の動画は当会ホームページでご覧いただけます。



父兄を含む50名に体操を指導。



緊張が解けてすっかり笑顔に。

皆様の**投稿**を
お待ちしております。

テーマは自由。日々の雑感や接骨院へのご意見など、なんでも結構です。川柳、短歌、俳句等の作品やイラスト、絵手紙なども大歓迎です。

【送付先】メールの場合

■ B.sonnix@po3.nsknet.or.jp

広報部 佐藤裕之 宛

※件名に「広報原稿」または「広報写真」と入力ください。

郵送の場合

■ 〒920-0031 金沢市広岡2丁目3-26

石川県柔道整復師会 広報部 佐藤裕之 宛

※封筒に「広報原稿」または「広報写真」と明記ください。

❖広報部に配属され表紙を担当するようになり、一眼レフカメラが2台になった(;-_-)。さらにレンズや部品なども増えています。やるからには基本から!NHK「趣味工房」「趣味Do楽」のテキストと共に、中高年のためのデジタル塾を受講し徹底的に勉強しました。その甲斐あって皆さんから評価してもらえる写真を撮るところまではきたのですが、いまだに大阪芸大映像学科卒業の娘からは駄目出しばかり(T_T)。本当に写真は難しいですね。(佐藤 記)

❖本誌掲載の健康柔体操普及活動の撮影を担当したが、編集会議でいい写真を撮ったと褒められた。撮影技術がまだまだ未熟で褒められることは滅多にないので、素直に喜んでいる。写真をご覧いただければ分かると思うが、柔道塾の子どもさんたちのイキイキした笑顔から楽しさが伝わってくる(自画自賛)。でも、この場にいた時に感じた楽しさの半分も伝えられていないような気がしているのは内緒です。(錦川 記)

❖22万キロ走り満身創痍となっていた愛車を買換えました。いい車はたくさんありますが、結局20年の長い付き合いのある店で買うことに。やはりこんな時代だけに人とのつながりや、人との絆を大切にしたいと思っています。ちなみに20年間で買った車はたった2台。1台につき10年、オリンピック2回半。ひょっとして、コーヒー1杯で一日中店に座っている嫌な客みたいなものか、俺は。(中野 記)

❖今朝早く、次女と長男が名古屋に向けて出発しました。長い学生生活を終えて、新しい社会人としての第一歩を歩み始めました。父親としてはそれが嬉しくもあり、またちょっぴり淋しい気もいたします。自分の時のことをふと想いかえしつつ、私もまた一歩、自分の親が辿った道へと歩を進めたような気がします。社会環境が目まぐるしく変化する中で自分が大切だと思うものを見失わずに、ゆっくりでいいから歩んでほしいと思うばかりです。(小松 記)

❖『ものづくり日本の奇跡』というテレビ番組で自動車作りから見えて来た日本人のDNA、それはみんなで力を合わせてやろうという気質があって、みんなで夢を実現する力であると結論付けていました。これからもみんなでよりよい(公社)石川県柔道整復師会広報誌を作っていきます。あつ、そうそう、27年4月4日は12分間の大変短い時間の皆既月食がありました。地球人も宇宙のみんなとよりよい地球世界を作っていきたいものです。(橋本 記)

❖今年は、推理作家 江戸川乱歩の没後50周年だそうです。名探偵 明智小五郎や怪人二十面相、少年探偵団などを世に送り出し乱歩ワールドを展開、世代を超えて愛された小説家です。当時、未解決の難事件があると乱歩をはじめとする推理作家たちが警察に召集され、お知恵を拝借したとか。解決できたかどうかは定かではありませんが、きっと彼らの名探偵ばりの鋭い観察力や洞察力が買われたのでしょう。(太田 記)

❖『30年のあゆみ』が兼六臨床研究会から発刊されました。皆さんは30年前(昭和60年)、どこで何をしていましたか?私は23歳、某接骨院でインターンを。当時の首脳は中曽根康弘氏。電電公社がNTTに日本専売公社がJTに民営化。白鵬翔氏がモンゴルで誕生。PL学園のKKコンビ桑田・清原が甲子園で大活躍。乗用車の前席シートベルト着用が義務化。阪神が21年ぶりにリーグ優勝し、初の日本シリーズ制覇。R・バースが三冠王。バック・トゥ・ザ・フューチャー公開・大ヒット!(木藤 記)

❖春、桜の季節である。日本で一番ポピュラーな品種「ソメイヨシノ」は、種子では増えないとか。全国各地にある樹はすべて、接ぎ木などで人の手を介して増やされたものである。先日、その最初の1本が上野公園にあることが分かったそう。そして、ソメイヨシノの寿命は約100年、全国各地の樹も寿命が来ているのではないかなと思う。少しでもみんなで接ぎ木などをして、きれいな桜を残したいものだ。(唐木 記)

❖この頃身体の疲れがとれないとお嘆きの貴方、もしかするとトリの胸肉が有効かもしれません。渡り鳥が何百キロも飛び続けられる秘密がそこにあるようです。ただし、毎食欠かさず何らかの形で何週間にもわたり食べ続けてやっと、効果が体感できるようになるとのこと。私めのように唐揚げばかり食べていると、身も心も重くなり、やはり疲れることになるのでご注意を。(五十嵐 記)

ビバ・シティ 第10号 (平成27年4月20日発行)

■発行所／公益社団法人石川県柔道整復師会
石川県金沢市広岡2丁目3-26
TEL076-233-2122(代)
FAX076-233-2196
E-mail ishiju@spacelan.ne.jp

■発行者／木山 時雨

■編集者／佐藤 裕之・錦川 孝彦・中野 秀人
小松 英夫・橋本 大衛・太田 信幸
木藤 正幸・唐木 均・五十嵐 久智



公益社団法人 石川県柔道整復師会

石川県金沢市広岡2丁目3-26

TEL076-233-2122(代) FAX076-233-2196

E-mail ishiju@spacelan.ne.jp



撮影 加賀支部 佐藤 裕之会員

使用カメラ:NIKON D5300

使用レンズ:AF-S NIKKOR 18-55mm

撮影データ:F6.3 1/60秒 ISO160

露出-0.3 焦点距離42mm

〔和倉温泉総湯とわくたまくん〕

「わくたまくん」は和倉温泉の湯脈を発見したシラサギが生んだ卵、ま〜るいフォルムにココロ癒される和倉温泉のゆるキャラだ。平成23年にリニューアルオープンした総湯の前には「わくたまくん」の石像があり、愛くるしい表情で訪れる人を迎えてくれる。毎年行われる和倉万葉の里マラソンでは会場で選手たちを応援、ほのほのキャラで人気を集めている。