

さきたま

埼玉県鍼灸師会は厚生労働大臣免許保有者でつくる県内唯一の「はり師」及び「きゅう師」専門の公益社団法人です。

第198号

令和3年11月1日
発行

公益社団法人 埼玉県鍼灸師会
会長 河原保裕

事務所

〒330-0802 埼玉県さいたま市大宮区宮町2-3-1
第2大矢部ビル 2F東

TEL 048-645-0416

HPアドレス <http://saitama.harikyuu.or.jp>

事務所メールアドレス saishinkai@gold.ocn.ne.jp

(広報委員長) 大谷尚子

(編集委員長) 阿部琴美

行事予定表

11月
18日(木) オンラインサロン-彩-
28日(日) 療養費等個別指導会
12月
16日(木) オンラインサロン-彩-
26日(日) 療養費等個別指導会

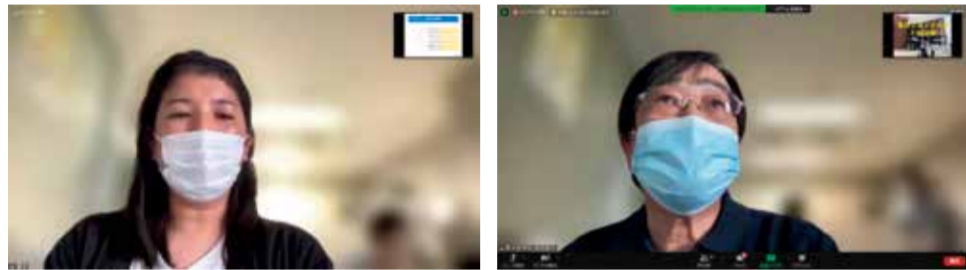
令和3年度 第1回学術講習会報告

第1回学術講習会は関東信越ブロック及び埼玉鍼灸学会と共催で令和3年9月5日(日)午後1時30分からオンラインセミナーにて開催されました。

テーマは「スポーツと鍼灸」で演題1「有害事象調査からスポーツ鍼灸の最適な治療を再考する」東京有明医療大学 保健医療学部鍼灸学科・東京有明医療大学大学院 保健医療学研究科 藤本英樹先生、演題2「スポーツを継続するために、鍼灸をどう活用するか?」帝京平成大学ヒューマンケア学部鍼灸学科 池宗佐知子先生、演題3「東京2020大会と鍼灸治療」東京有明医療大学客員教授 宮本俊和先生 の3演題でご講演いただきました。



藤本英樹先生



池宗佐知子先生

宮本俊和先生

オンラインサロン-彩-のご案内

鍼灸の情報交換や技術・知識の研鑽を目的とした『オンラインサロン-彩-』は毎月第3木曜日午後9時から臨床研究会を開催しております。

参加方法はzoomによるリアルタイムの参加とFacebook上におけるアーカイブでの受講が可能です。リアルタイムの参加は講師に直接質問することができます。

さらに、東洋療法研修試験財団生涯研修制度2ポイントも取得できます。

臨床研究会予定

11月18日 森山富代先生(小児鍼)、
12月16日 山口綾子先生(スキントッチ)

毎月の利用料金 埼玉県鍼灸師会会員及び育成学生会 無料
一般学生 500円、一般鍼灸師 1,500円
埼玉りそな銀行 大宮支店 普通 6256290
公社埼玉県鍼灸師会
にお振込みください。

参加方法 グーグルフォームからご登録ください。

埼玉鍼灸師会・
育成学生会の登録は
こちらから



鍼灸師・
学生の登録は
こちらから



ご質問などがございましたらsaishinkaihari9@gmail.comにご連絡ください。

オンラインサロン-彩-開催報告

令和3年度の新しい行事、オンラインサロン-彩-は「普段の講習会では聞けない日々の臨床の話」をコンセプトに、ご参加いただいた先生方から気軽に質問を受け付けています。

第3回臨床研究会は8月19日(木)に行われ、埼玉県鍼灸師会副会長の山口智先生に「現代医学」のテーマで「業団について」「鍼灸を広めるための課題」などをお話いただきました。普段から「治療は明るく楽しく元気よく」と言っておられるようです。

第4回臨床研究会は9月16日(木)に行われ、吉光堂はり灸院院長 吉野誠先生に「経絡治療」のテーマでお話いただき、お勤めの本を沢山ご紹介いただきました。



山口智先生



吉野誠先生

全日本鍼灸学会 第39回 関東支部学術集会(WE)のお知らせ

テーマ:「今、知りたいお灸の効果 一温熱刺激による生体反応を探る」

会期: 2021年11月28日(日) 9:50~17:20

会場: オンライン開催(ZOOM)

主催: (公社)全日本鍼灸学会 関東支部

参加費: 事前受付(11/19迄) 期限後(11/20以後)
[会員]3,000円 [会員]5,000円
[一般]5,000円 [一般]7,000円
[会員学生]1,000円 [会員学生]3,000円
[一般学生]2,000円 [一般学生]4,000円

*認定指定講座: 学術集会参加ポイント5点
(市民公開講座のみの参加については、認定ポイントは認められません。)

- 9:20~ 受付
- 10:00~11:30 一般口演
- 12:30~13:40 教育講演 座長:山口 智
「温度感受性TRPチャンネルを介した温度受容のメカニズム」
自然科学研究機構 生命創成探究センター 教授 富永真琴先生
- 13:50~15:50 シンポジウム 座長:水出 靖、菊池友和
「灸治療の特性-その効果と科学的根拠を検証する-」
1.灸様刺激に対する自律神経の反応について
日本鍼灸治療専門学校 専任教員 谷口 授先生
2.筋機能に与える灸の効果
帝京平成大学ヒューマンケア鍼灸学科 講師 池宗佐知子先生
3.足底のメカノレセプター(固有感覚)への灸刺激がバランス機能に与える影響
東京大学医学部附属病院リハビリテーション部鍼灸部門 主任 粕谷大智先生
4.紫雲膏灸の特徴とその臨床効果
越石鍼灸院 院長 越石まつ江先生
- 16:00~17:10 基調講演・市民公開講座(参加費無料)
座長:三村直巳
「東洋医学 これまでの研究成果と将来」
昭和大学 学長 久光 正先生
※教育講演、シンポジウム、基調講演・市民公開講座につきましては、会期後も一定期間ご視聴が可能となります。詳細は後日、ホームページ上にてお知らせいたします。

◆参加費のお振込みについて
参加ご希望の方は、以下のURLまたはQRコードよりホームページにお入りいただき、「申込み」フォームのご入力とクレジットカードによる決済をお願いいたします。
事前受付の締切りは2021年11月19日、それ以降は期限後料金での対応とさせていただきます。なお、「決済履歴等(購入明細等)」が領収証となります。重複発行が不可のため、当組織からは発行することができませんのでご了承下さい。
また、一度納入された参加費は、理由の如何に関わらず返金いたしませんのでご了承下さい。

本会URL: <https://kantousibu39.wixsite.com/website>



【季節湯】でほっこりしませんか

今回の季節湯は王道「柚子(ゆず)湯」です。

季節湯とは…季節(旬)の植物をお風呂へ入れて、身体を温め四季を肌で感じる風情ある入浴方法です

12月「柚子湯」

昔から冬至の日に柚子を浮かべたお風呂に入る習慣がありますが、これは江戸時代にはじまったものだそうです。病院もなく薬も簡単に手に入れることができなかった時代の人が、季節の植物などを生活に取り入れて健康に配慮していたということが伺えます。

また、新年である春を迎える前に、身を清めるという意味も込められていたそうです。

現在のように毎日お風呂に入ることができなかった時代だからこそ、柚子湯に入るということは特別なことだったのでしょね。

柚子湯には血液の流れを良くする効果や、冷え症、神経痛、腰痛などを和らげ、皮の芳香油は湯冷めを防いでくれるといわれています。また、柚子の香りをかぐと、リラックスしたような気分にもなります。

年末の寒いこの時期、柚子湯の香りをたのしみながら、しっかりと温まってくださいね。

<柚子湯の作り方>

■浮かべる場合

1. 柚子の果実5~6個を半分か輪切りにして、そのまま風呂に浮かべます。

■絞る場合

1. やや大きめのボウルに果実を入れ、約1.8リットルの熱湯を注いで20分ほど蒸らします。

2. さめたら柚子を袋に入れて絞り汁を風呂に入れ、布袋はそのまま湯に浮かべます。

※お肌の弱い方は肌荒れをおこす可能性がありますので、ご注意ください。また、万が一お肌に異常が現れた際にはお医者様にご相談ください。なお、お試の際は安全のため、浴槽および給湯器メーカーに利用の可否をご確認ください。
(参考サイト:バスクリン、湯の国Web)

旬の食べ物を食べて元気になろう!

今回の旬の食べ物は「牛蒡(ゴボウ)」です。

ゴボウが日本へ渡ってきたのは縄文時代からか平安時代からか…など諸説ありますが、どちらにしてもとても古くから日本人に馴染みのある野菜です。そしてヨーロッパでは葉をサラダにしたり中国では種を薬用として用いたりしていましたが、根の部分を食用として栽培していたのは日本だけだったそうです。漢方で使われる「牛蒡子(ゴボウシ)」はゴボウの種を乾燥させたものです。

今の日本でゴボウといえば細長く冬にかけて旬の種類が一般的ですが、柔らかく香りの良い「新ゴボウ」や関西で食べられている「若ゴボウ」という葉を食べる種類もあります。

そしてゴボウの栄養ですが、何と言っても食物繊維が豊富なことが有名ですね。食物繊維は腸内の不要物質を体外へ排出し、水分を大量に吸収して便を軟らかくし便通を良くしてくれます。また食物繊維が多いためよく噛む必要があり、食べ過ぎ防止にも効果があります。むくみ改善にいいカリウムや造血作用のある葉酸、抗酸化作用のビタミンC、が多く含まれていることからダイエットにも効果がありそうですね。

ゴボウの皮を剥くと変色してくるのは酸化しやすいポリフェノールが多く含まれているからなので、調理方法によっては皮も少し残して使ったり、長い間水にさらさずに食べてみてください。きんぴらごぼう・鶏ごぼうの炊き込みご飯・牛肉ごぼうのしぐれ煮・人参とゴボウのサラダ・筑前煮・豚汁等々…旬のゴボウを美味しく食べて元気に過ごしましょう!



協賛各社
(順不同)

医道の日本社・ホシノ医療器株式会社・ヨシダ商事・アフラック募集代理店 株式会社むらた・セイリン株式会社・昭和エンタープライズ・ソーシンメディック
サンケイワーク