

# 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204号

令和4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.harikyu.or.jp>

事務所メールアドレス [saishinkai@gold.ocn.ne.jp](mailto: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  
17日(木) オンラインサロン-彩-  
27日(日) 療養費等個別指導会

12月  
15日(木) オンラインサロン-彩-  
25日(日) 療養費等個別指導会

## 埼玉県鍼灸師会の活動

### オンラインサロン-彩-の開催

第14回臨床研究会が8月18日(木)に行われ、小泉漢方堂鍼灸療院院長 小泉智裕先生「経営講座」のテーマで経営に関するデータのとり方等についてお話いただきました。

第15回臨床研究会が9月15日(木)に行われ、カリスタ株式会社代表取締役 前田真也先生に「HP/SEO/MEQ」のテーマで、それぞれの特徴や対象になる人、運用の仕方などのお話をいただきました。



小泉智裕先生



前田真也先生

### ボーイスカウト第18回日本ジャンボリーボランティア報告

第18回ボーイスカウト日本スカウトジャンボリーが2022年8月4日から9日にかけて秩父ミュージックパークで開催され、(公社)日本鍼灸師会が鍼灸体験ブースを出展しました。会場が秩父ということで、(公社)埼玉県鍼灸師会にも協力要請があり、会員の先生にボランティアで協力いただきました。

鍼灸ブースでは大口俊徳先生(日鍼会イベント推進委員長)、船水隆広先生(東京医療専門学校)と今井幸司先生(埼玉県鍼灸師会)が、8月5日・6日・8日で1回45分のセミナーを18講演行い約200人が訪れました。

セミナーは、鍼灸の歴史や道具の説明などを説明し、ボーイスカウト指導者や大会奉仕者から施術体験希望者を募り実際の鍼灸施術を実演して、その後、大会ボランティアスタッフ指導のもとスカウト個々に自分の合谷と足三里に台座灸とシール鍼の体験をしてもらいました。

ブースは毎回熱気に包まれ、「合谷や足三里以外のツボも教えてほしい」「気持ちよくて眠ってしまいそうだった」「脚が軽くなった」「疲れが取れた気がする」などと感想を言ったり、鍼灸への興味や、将来の職業選択について積極的に質問をしたりする体験者もいました。

鍼灸の受療率が低下している現在の状況において、本ジャンボリーへの出展は、若い人たちに鍼灸のすばらしさをアピールできるとも貴重な機会でした。次回の開催地は未定ですが、ぜひ次回のジャンボリーでも鍼灸のすばらしさをアピールしたいと思いました。

ボランティア人員派遣に協力いただいた呉竹学園の卒業生及び在校生、鍼灸備品やスタッフグッズなどの提供をいただいたセイリン株式会社、山正株式会社、ホシノ医療器株式会社に感謝を申し上げます。



## 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-』は研修会・講習会・臨床研究会を開催しております。臨床研究会の参加方法は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。リアルタイムでご参加いただくと講師の先生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ポイントが取得できます。

### オンラインサロン-彩-の予定 臨床研究会

11月17日(木)午後9時「電気を流す美容鍼-アンチエイジング美容鍼-」  
アンチエイジング美容研究会 代表 長谷川亮先生

12月15日(木)午後9時「スポーツ鍼灸」  
鍼灸院なごみ 院長 岩倉 史先生

毎月の利用料金 埼玉県鍼灸師会会員及び育成学生 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 QRコードからご登録ください。

ご質問などがございましたら  
[saishinkaihari9@gmail.com](mailto:saishinkaihari9@gmail.com)に  
ご連絡ください。



## 2022年度 健康まつり、 マラソン大会等のボランティアのお知らせ

3年ぶりに健康まつりやマラソン大会会場等でボランティア施術を行います。会場にお越しの際は、どうぞご利用ください。

### ■浦和区健康まつり

11月6日(日) 午前9時～午後4時

浦和パルコ10階 浦和コミュニティセンター

### ■川口マラソン ランナーズケア

12月4日(日) 午前7時30分～正午頃

川口市青木運動公園陸上競技場トラック内

## 第40回(公社)全日本鍼灸学会 関東支部学術集会のご案内

大会テーマ:「現代医療の課題に挑戦-多疾患併存(マルチモビリティ)への対策には鍼灸を!?!-」  
日時:令和4年11月27日(日) 9時50分から17時10分  
場所:オンライン開催(Zoom)+後日アーカイブ配信(2週間、一部のプログラムを除く)

### プログラム:

一般口演

教育講演「マルチモビリティ診療とポリファーマシー対策」  
大阪大学 大学院医学系研究科 保健学専攻  
老年看護学 教授 竹屋 泰先生

シンポジウム「マルチモビリティ対策としての鍼灸活用」

1.「鍼灸師からの視点-伝統医学的鍼灸の事例-」

鍼灸MARU 代表 古田大河先生

2.「鍼灸師からの視点-現代医学的鍼灸の事例-」

日本鍼灸理療専門学校 一般財団法人 東洋医学研究所  
主任研究員 菊池友和先生

3.「総合診療医からの視点-マルチモビリティカンファレンスの事例-」

南砺市民病院 内科・総合診療科副部長 大浦 誠先生

4.「看護師からの視点

-継続的な多職種連携教育(IPE)から多職種協働実践(IPW)へ-

金城大学 看護学部 看護学科 助教 大村裕佳子先生

市民公開講座「シニア世代に求められる食生活の真相

-病気予防の食事だけでは健康長寿は実現できない!-

元人間総合科学大学教授、栄養施策コンサルタント、

博士(学術) 熊谷 修先生

参加費:全日本鍼灸学会会員 3,000円、一般 5,000円、  
学生会員 1,000円、一般学生 2,000円

参加登録:参加登録などの詳細は、下記の全日本鍼灸学会関東支部ホームページをご確認ください。

※決済と、決済完了メールで通知される参加申込フォーム(Googleフォーム)入力の2つの手続きで登録完了となります。

<https://jsamkantoshibu.wixsite.com/toppage>

申し込み期限は 11月25日(金)までです(事前申し込みのみ)。

問い合わせ先:全日本鍼灸学会関東支部 事務局

メール: [jsamkantoshibu@gmail.com](mailto:jsamkantoshibu@gmail.com)

## 旬の食べ物を食べて元気になろう!

今回の旬の食べ物は「柚子(ユズ)」です。

ユズは主に完熟した黄ユズのことをいい、10月～12月頃収穫されます。飛鳥時代前後に中国から渡来して日本に普及されたといわれており、古くから日本人に愛されている常緑香酸柑類です。江戸時代の頃から冬至にはユズ湯に入る習慣も生まれ、今でも親しまれています。ユズは丸くて爽やかな良い香りがして可愛いイメージですが、枝には鋭い棘があるので、収穫する際は注意が必要です。

ユズの皮を擦ると香りがしますが、香りの成分にも効能があるので紹介します。「ユズノン」は抗菌・殺菌・鎮痛効果、リラックス効果、リフレッシュ効果、血行促進効果があります。「リモネン」は柑橘類には共通して含まれ、ユズはレモンよりも多くのリモネンが含まれています。交感神経の活性化、脂肪の分解促進、食欲を抑える効果もあるといわれます。「シトラール」も柑橘類に含まれる成分で、抗菌・鎮痛・鎮静作用、免疫力を維持する働き、風邪予防、血行促進、リラックス効果があります。

栄養素としては「ビタミンC」が豊富に含まれていて、抗酸化作用があり、免疫力を上げて風邪の予防にも効果があります。鉄分の吸収を促進して貧血を防ぐ効果もあります。「ヘスペリジン」は柑橘類に含まれているポリフェノールの一種です。ビタミンと似た働きをもち、マウスの実験では血圧を下げたりコレステロール値の上昇を抑えたりする効果のほか、骨密度の低下を抑制する効果も認められています。

また漢方ではゆずの果汁は橙子(とうし)、果皮は橙子皮(とうしひ)、種は橙子核(とうしかく)という名前で生薬としても利用されています。効能は気の巡りを良くして胃の不快感を和らげ、鎮咳や去痰をします。酔いをさます作用があるので、お酒を飲んだあとにも効果的です。

昔から日本人に馴染みのあるユズ。嗅いでよし、食べてよし、お風呂に入れてよし。2022年の冬至は12月22日です。是非ユズ湯に入って身体の芯から温まり、風邪をひかずに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