

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207号

令和5年5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

〈広報委員長〉 大谷尚子

〈編集委員長〉 阿部琴美

行事予定表

5月
18日(木)オンラインサロン-彩-(臨床研)
28日(日)療養費等個別指導会

6月
15日(木)オンラインサロン-彩-(臨床研)
25日(日)療養費等個別指導会

埼玉県鍼灸師会の活動

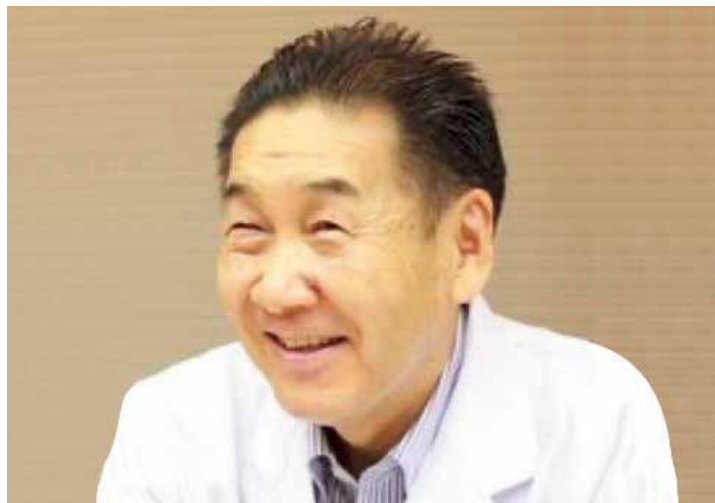
オンラインサロン-彩-の開催

第20回臨床研究会が2月16日(木)に行われ、国立研究開発法人量子科学技術研究開発機構放射医学総合研究所 脳機能イメージング研究部研究員 建部 陽嗣先生に「論文から読み解く鍼灸」のテーマでお話いただき、日本のみならず海外の文献についてなどや、インターネットでの文献検索の仕方などもお話いただきました。

第21回臨床研究会が3月16日(木)に行われ、埼玉医科大学 准教授 埼玉県鍼灸師会副会長 山口 智先生に「山口智先生の鍼灸臨床、研究、教育の変遷から紐解くこれからの鍼灸」のテーマでお話いただき、これまでの鍼灸臨床等の歩みや、これからの「医鍼連携」について鍼灸師がどのように研鑽していくと良いかのお話をしていただきました。



建部 陽嗣先生



山口 智先生

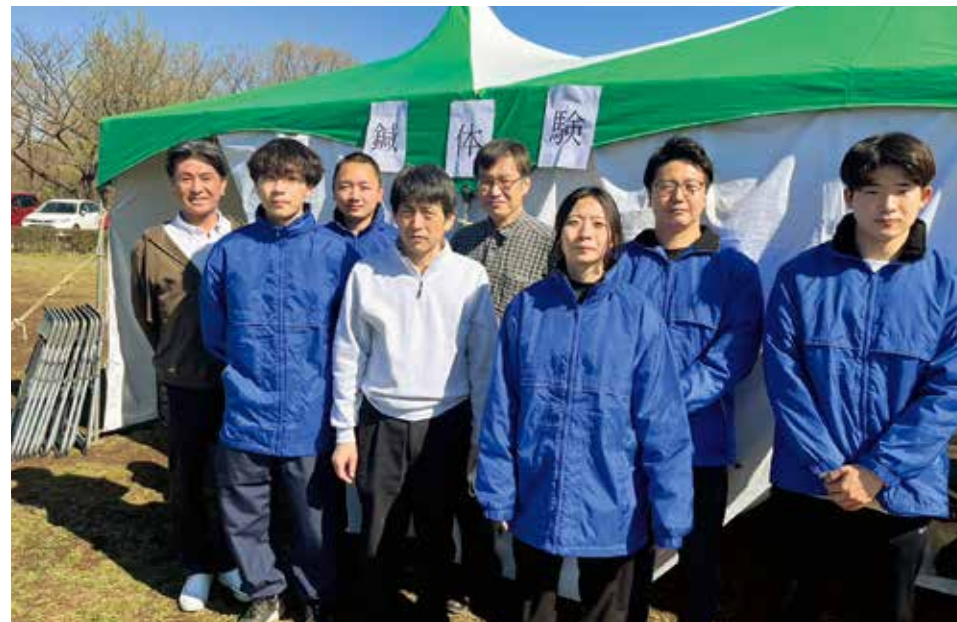
彩湖リレーマラソンランナーズケア

3月19日(日)に戸田彩湖 道満グリーンパーク陸上競技場で開催された彩湖リレーマラソンにおいて、施術者とお手伝いの学生の計8名でランナーズケアを行いました。

昨年は施術を受けた方々に好評でしたので、今年はスタッフを倍に増やして実施し、多くの方に施術を受けていただきました。



彩湖リレーマラソンボランティア活動風景



彩湖リレーマラソンボランティア参加者

オンラインサロン-彩- 臨床研修会のご案内

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-(臨床研)の予定

5月18日(木)午後9時～

立命館大学博士課程 宮本成生先生

「AIと共存する鍼灸業界の未来」

<https://www.ritsumei.ac.jp/news/detail/?id=2669>

6月15日(木)午後9時～

「全日本鍼灸学会の振り返り」

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に

ご連絡ください。



令和5年度

埼玉県介護支援専門員実務研修受講試験実施概要

- 1 試験日時 令和5年10月8日(日)午前10時～
- 2 会場 埼玉県内の大学等(予定)
※試験会場は受験票に記載します。受験票に記載した会場以外では受験できません。
- 3 試験案内
(1)配布期日 令和5年5月26日(金)から6月30日(金)まで
※閉庁日を除く
(2)配布場所 ア 市区町村介護保険担当課および市町村社会福祉協議会
イ 県高齢者福祉課および県福祉事務所
ウ 埼玉県社会福祉協議会(彩の国すこやかプラザ)
- 4 受験資格 (I)国家資格等を取得後、登録してからの業務が5年かつ900日以上ある方
(II)施設等において法により必置とされる相談援助業務に従事した期間が5年かつ900日以上ある方
※詳しくは「試験案内」をご覧ください。
- 5 申込方法 簡易書留による郵送(持込不可)
- 6 受付期日 令和5年5月26日(金)から6月30日(金)まで(当日消印有効)
- 7 受験に要する費用 13,400円
- 8 問い合わせ先 社会福祉法人埼玉県社会福祉協議会
研修開発部ケアマネジャー業務課
電話:048-824-3111
Fax:048-822-1449
午前9時から午後5時まで(土・日・祝日を除く)
※受験資格の有無は、お電話問い合わせでは回答できません。
受験資格の有無は、ご提出いただいた受験申込書類に基づき審査します。

旬の食べ物を食べて元気になろう!

今回の旬の食べ物は「じゃがいも」です。
意外と知られていませんが、じゃがいもはナスの仲間のナス科です。日本では江戸時代には栽培されていたとされ、「ジャカルタからきた芋＝じゃがたらいも」がなまって「じゃがいも」と呼ばれるようになりました。

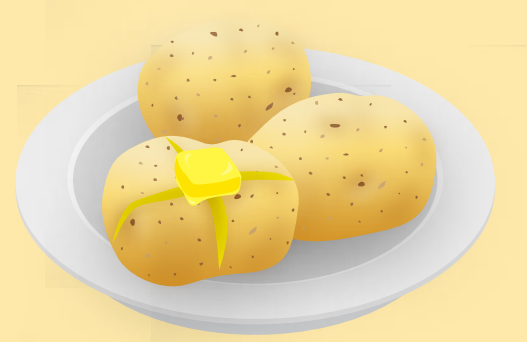
じゃがいもは主成分がデンプンなので、米や麺と同じく主食に分類され、エネルギー源となる糖質をたっぷり含んでいます。ビタミンCはリンゴの5倍が含まれていて、じゃがいものビタミンCはでんぷんに包まれているため、茹でてでも壊れにくいという特徴があります。

豊富に含まれる食物繊維は、水に溶ける水溶性なので、味噌汁や煮物にして汁ごと食べるとオススメします。

その他にも過剰な塩分を排出するカリウムも豊富に含まれているので、むくみや高血圧にも良いとされています。

栄養もあって手軽なじゃがいもですが、調理方法には注意が必要です。好きな人の多いフライドポテトはつい食べすぎてしまう為、カロリーと糖質と塩分を沢山とりすぎてしまいがちです。フライドポテトはオヤツ程度にしておきましょう。

今の時期出回る「新じゃが」は、収穫してすぐのものを出荷した皮の柔らかい、期間限定のもの。皮ごと蒸かし芋にしたり、煮物や味噌汁にしたりして、体に優しく美味しく食べてください。



広報誌「さきたま」内の、旬の食べ物コーナーは今回で10周年を迎えます。これからも皆さまの健康の為になるよう精進していきますので、よろしくお願いいたします。