

# 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215号

令和6年9月1日  
発行

公益社団法人 埼玉県鍼灸師会  
会長 山口 智

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 <https://saitama-harikyuu.com>  
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  
(広報委員) 岩倉 史

## 行事予定表

- 9月
- 1日(日) 療養費等個別指導会
  - 8日(日) 日鍼会関東甲信越ブロック学術講習会(埼玉会第1回学術講習会)
  - 19日(木) オンラインサロン一彩一
  - 29日(日) 療養費等個別指導会
- 10月
- 17日(木) オンラインサロン一彩一
  - 27日(日) 療養費等個別指導会

## 埼玉県鍼灸師会の活動

### オンラインサロン一彩一の開催

第36回臨床研究会が6月20日(木)に行われ、「狭山入間飯能地区から見た鍼灸業界の課題」のテーマで狭山入間飯能地区長はり灸 みつき堂院長 森 孝史先生にお話しいただきました。



森 孝史先生

第37回臨床研究会が7月18日(木)に行われ、「鍼灸師でもできる低強度認知行動療法」のテーマで帝京平成大学大学院 健康科学研究科 講師 脇 英彰先生に認知行動療法について大変わかりやすくお話しいただきました。



脇 英彰先生

### 療養費等適正運用研修会

7月14日(日)午後2時からwith youさいたま4F 視聴覚セミナー室に於いて令和6年度第1回療養費等適正運用研修会が開催され、66名の参加者がありました。昨年度の実績、6月からの料金改定、マイナ保険証などについてご説明致しました。



柴田美郷保健委員



令和6年第1回療養費等適正運用研修会

### 鍼灸体験コーナー

7月21日(日)に行われた呉竹学園祭の「鍼灸体験コーナー」で会員等11名による鍼灸施術を行い、151名の方に鍼灸を体験していただきました。



鍼灸体験コーナー



鍼灸体験コーナー

## オンラインサロン一彩一のお知らせ

鍼灸の情報交換や技術・知識の研鑽を目的とした『オンラインサロン一彩一』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。

### オンラインサロン一彩一の予定

#### 臨床研究会

9月19日(木)午後9時～

「東松山地区から見た鍼灸業界の未来」

東松山地区長 興隆鍼灸院 院長 高橋重夫先生

10月17日(木)午後9時～

「痛みのネットワークって?共通の病態と脳機能について」

茨城県立医療大学 医科学センター 助教 石山すみれ先生

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

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。

## (公社)埼玉県鍼灸師会 令和6年度第1回学術講習会のご案内 (公社)日本鍼灸師会 関東甲信越ブロック主催、(公社)千葉県鍼灸師会担当

令和6年度第1回学術講習会は千葉県鍼灸師会が担当する学術講習会に共催する形で行います。日鍼会会員で埼玉県鍼灸師会会員の先生方、埼玉県鍼灸師会育成学生の方は無料で受講できます。

テーマ:《押さえておきたいツボの歴史》

開催方法:現地開催及びZoom

日時:令和6年9月8日(日)12:50～16:10

会場:関東鍼灸専門学校(80名)、Zoom(80名)

参加費:日本鍼灸師会 関東甲信越ブロック会員 無料  
(無料参加の方は所属の都県鍼灸師会にお申し込みください)  
会員外・一般 5,000円

演題:【一部】13時～14時30分

東洋医学史概説 (経絡経穴について)

日本医学柔整鍼灸専門学校鍼灸学科学科長 天野 陽介先生

【二部】14時40分～16時10分

近年までの出土文献で見えた孔穴・経脈の道程

茨城大学人文学部名誉教授 真柳 誠先生

申込先:QRコードからアクセスしてお申し込みください。



埼玉県鍼灸師会会員はこちらから



会員外・一般の方はこちらから

連絡先:(公社)千葉県鍼灸師会 中村宏孝 電話080-3407-1393

## 第19回 公益社団法人 日本鍼灸師会 全国大会 in 福岡のお知らせ

日時:10月26日(土)、27日(日)

会場:みらいホール&カンファレンス

福岡市中央区渡辺通2-1-82

<https://denki-b.co.jp/mirai/>

テーマ:原点回帰 ～未来に伝えたい鍼灸の技術～

参加費:● 会員 …… 10,000円(事前申込)  
12,000円(当日)

● 一般 …… 13,000円(事前申込)  
15,000円(当日)

● 学生 …… 3,000円

● 学生団体 …… 2,000円(5名以上～)

詳細ホームページ・お申込み:



詳細はコチラ



申込はコチラ

問い合わせ先:第19回(公社)日本鍼灸師会全国大会 in 福岡 事務局  
Mail:[fujintoyo.acu@gmail.com](mailto:fujintoyo.acu@gmail.com) (矢津田)

## 病気について学ぼう

### オーラルフレイル

「オーラルフレイル」とは?

「オーラルフレイル」とは、口のフレイル(虚弱)という意味の造語で、口の機能低下に注目した概念です。

口腔機能の軽微な低下や食の偏りなどを含む身体の衰え(フレイル)の一つで、健康と機能障害との中間にありますが、早めに気づき適切な対応をすることでより健康に近づきます。

この「オーラルフレイル」の始まりは、滑舌低下、食べこぼし、わずかなむせ、かめない食品が増える、口の乾燥等ほんの些細な症状であり、見逃しやすく、気が付きにくい特徴があるため注意が必要です。

また、徐々に口の機能の低下が進行し、食べ物の選択肢が狭まり栄養に偏りが生じたりすることで心身機能の低下にもつながると考えられています。このような「負の連鎖」に早めに気づくための重要なサインとしてオーラルフレイルは近年注目されています。

ある調査によると、オーラルフレイルの人はそうでない人と比べ、2年以内に身体的フレイルを発症する確率が2.4倍、4年以内に死亡するリスクは約2倍ということがわかってきました。

「オーラルフレイル」への対応

歯周病やむし歯などで歯を失った際には適切な処置を受けることはもちろん、定期的に歯や口の健康状態をわかりつけの歯科医師に診てもらうことが非常に重要です。また、地域で開催される介護予防事業などさまざまな口腔機能向上のための教室やセミナーなどを活用することも効果的です。

(日本歯科医師会、国立長寿医療研究センターHPより引用)

## 旬の食べ物を食べて元気になろう!

今回紹介する旬の食べ物は「葡萄(ブドウ)」です。

ブドウはヨーロッパやエジプトでは紀元前3000年頃から栽培されていたとされる、歴史の深い果物です。種類がとても多い果物で、日本で栽培されている品種だけでも100種類以上あると言われています。旬は7月下旬～11月上旬頃で、品種を変えて長く収穫できます。

ブドウは「畑のミルク」といわれるほどに多くの栄養・効能があります。まず1つ目は「ブドウ糖」これは脳がエネルギーとして利用できる唯一の物質で、体内に吸収されやすい性質をもっています。更にブドウから発見された糖質のためにそう呼ばれています。2つ目は「ポリフェノール」抗酸化作用が強く、生活習慣病の予防の効果が期待できます。しかしブドウに含まれるポリフェノールは30%が皮、70%が種にあるといわれています。そのため皮も種も一緒に発酵熟成される赤ワインや、皮ごと干してある干しブドウがおすすめです。3つ目に「ビタミン・ミネラル類」ビタミンB群が多く含まれエネルギー代謝を助け、粘膜の再生にも効果があります。もちろんビタミンCも多いため、美容や免疫力アップにも効果があります。更にカリウムはナトリウムの体外排出を助け、血圧の上昇を防いでくれます。

生で食べると果肉の部分はほとんど水分なので、量を食べてもエネルギー的にそんなに多くないのも嬉しいですが、しかし甘くて美味しいため、たくさん食べてしまいたいところですが、血糖値が急上昇してしまうため食べる量には注意が必要です。1日1房程度に抑えておくといいそうです。

まだしばらく暑い日が続きそうですが、行楽シーズン突入です。お休みの日にブドウ狩りなどができそうですね。



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