

さいたま

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219号

令和7年5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
〈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

6月

1日(日) 療養費等個別指導会

19日(木) オンラインサロンー彩ー(臨床研)

29日(日) 療養費等個別指導会

埼玉県鍼灸師会の活動

さいたまマラソンランナーズケア

3月16日(日)にさいたまスーパーアリーナにおいてランナーズケアを実施しました。冷たい雨が降る天候となりましたが、ボランティア参加者は会員20名、会員外4名で、ベッド11台を使用し、200名のランナーに鍼灸ケアを行い大変盛況でした。



第35回所沢シティマラソンランナーズケア

2月9日(日)にベルーナドームにおいて第35回所沢シティマラソンが開催されました。

毎年12月第一日曜日の開催でしたが、今回から2月の開催に変わりました。気温11度、天気も良く約3,000人のランナーが参加されました。所沢市鍼灸師会は救護ボランティアとしてランナーのケアに当たり、43名が利用されました。



入間市健康福祉センターまつり

3月9日(日)に入間市健康福祉センターで開催された入間市健康福祉センターまつりに鍼灸体験ブースを出展しました。106名の方に鍼灸体験をしていただきました。



彩湖リレーマラソンランナーズケア

3月16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2名でランナーズケアを行いました。



吉川市民なますの里マラソン大会ランナーズケア

3月30日(日)に吉川市民交流センターにおいて、施術者2名で36名にランナーズケアを行いました。



オンラインサロンー彩ーの開催

第43回臨床研究会が2月20日(木)に行われ、「難経のススメ」のテーマでい わなみ鍼灸院 院長 橋本 厳先生にご講義いただきました。すぐにでも難経を読んでみたいとお話でした。



橋本 厳先生

第44回臨床研究会が3月13日(木)に行われ、「東入間地区から見た鍼灸の未来」のテーマで東入間地区長 田中雪枝先生にお話しいただきました。健康まつりごとにポスターを作成するなど、効率の良い活動の参考になる内容でした。



田中雪枝先生

オンラインサロンー彩ー 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『オンラインサロンー彩ー』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(数日後になります)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。

オンラインサロンー彩ー(臨床研)の予定

6月19日(木)

「今どきのエビデンス、どう活かす?～臨床に寄り添う鍼灸の話～」
森ノ宮医療大学 医療技術学部 鍼灸学科 講師 大川祐世 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にご連絡ください。

病気について学ぼう

百日咳

ことし4月9日までの百日咳の累計患者数は4771人と去年1年間の患者数を700人あまり上回っていて注意が必要です。

患者数の増加に伴い乳児が死亡したり、重症化したりするケースが報告されているほか、これまで治療に使われてきた抗菌薬が効かない「耐性菌」に感染するケースも各地で報告されています。

■1 百日咳とは

百日咳は、百日咳菌による感染症です。一年を通じて発生がみられます。子供のみならず、乳幼児期の予防接種の効果が減弱した成人の発病も見られます。

感染症法では、五類感染症(全数把握対象)に定められています。

■2 原因と感染経路

病原体は百日咳菌(*Bordetella pertussis*)です。

患者の咳やくしゃみなどのしぶきに含まれる細菌によって感染します(飛まつ感染)。

■3 症状

カタル期:約2週間。7～10日程度の潜伏期間を経て、風邪症状がみられ、徐々に咳が強くなっていきます。

痙咳期:約2～3週間。カタル期の後、短い咳が連続的に起こり、咳の最後に大きく息を吸い込み、痰を出しておさまるという症状を繰り返します。

回復期:2～3週間。激しい咳は徐々におさまりますが、時折、発作性の咳がみられます。

成人では、咳は長期間続きますが、比較的軽い症状で経過することが多く、受診・診断が遅れることがあります。

■4 治療

治療には、マクロライド系抗菌薬を使用します。

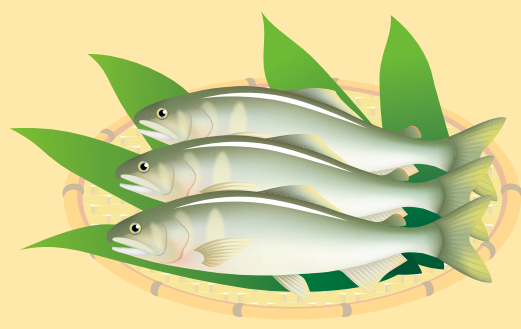
■5 予防のポイント

有効な予防法は予防接種です。予防接種による免疫効果の持続は5～10年程度です。

軽症でも菌の排出はあるため、予防接種をしていない新生児・乳児がいる場合は、感染に対する注意が必要です。

(東京都感染情報センターHP参照)

旬の食べ物を食べて元気になろう!



今月の旬の食べ物は「鮎(アユ)」です。

鮎はキュウリウオ科アユ属の魚で、このキュウリウオ科の魚はキュウリやスイカに似た爽やかな香りがするのが特徴です。その香りにちなんで「香魚(こうぎょ)」と呼ばれています。

鮎は資源保護のために11月から5月までは禁漁期間となっていますが、旬の6月になると鮎釣りが解禁となり、たくさんの人が鮎漁を楽しみます。

鮎の栄養素は餌の違いで養殖と天然では含まれる成分量は異なります。

天然の鮎には養殖ものの4倍ほどのビタミンB12が含まれています。ビタミンB12は悪性貧血を予防し、神経の働きやDNA生成を助ける栄養素です。むくみの防止に効果のある

カリウムやカルシウム、ミネラルも天然ものの方が多く含まれます。

だからといって養殖ものが良くないかというとそんなことはなく、養殖の鮎には天然の鮎より3倍以上の脂質が含まれていて、魚の油に豊富に含まれているDHA、EPA、ビタミンDが豊富です。

ビタミンD、ビタミンB12、鉄は、内臓に多く含まれているため、苦みを感じて残す人も多いですが、出来るなら一緒に食べるとをおすすめします。

限られた期間でしか食べられないからこそ、ぜひ旬を感じながら食べてください。

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