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228号
令和8年11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-harikyu.com
事務所メールアドレス　saishinkai@gold.ocn.ne.jp
〈広報委員長〉 阿 部 琴 美
〈編集委員長〉 大 谷 尚 子
〈編 集 委 員〉 岩倉　　史

行事予定表

11月
29日(日)　療養費等個別指導会

12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　開催報告

第53回オンラインサロン彩は8月20日(木)午後9時から開催され、「ねんりんピックケアスタッフとして必要な安全性の基礎知識」のテーマで学校法人呉竹学園東洋医学臨床研究所副所長　**上原明仁**先生 にご講義いただきました。

スポーツ現場等で行われる鍼灸施術について、衛生面だけでなく環境面などにもどのような配慮が必要になってくるか等についてお話いただきました。


上原明仁先生

第54回オンラインサロン彩は9月17日(木)午後9時から開催され、「化学療法誘発末梢神経障害と支持緩和医療における鍼灸への期待」のテーマで深谷赤十字病院支持緩和医療課部長　**浦川雅己**先生にご講義いただきました。

現在行われている支持緩和医療の現状を具体的にお話しいただきました。


浦川雅己先生

熊谷地区「臨床研究会」開催報告

9月10日(木)午後7時からおぎはら鍼灸院において熊谷地区臨床研究会が開催されました。熊谷地区の先生を中心に6人の先生が参加しました。

今回のテーマは「帯状疱疹及び後神経痛」で、「帯状疱疹と茶毒蛾皮膚炎の区別がつかなかった症例」**大谷尚子**先生、「帯状疱疹」**小林修**先生からの症例報告の後に、実技供覧が行われました。





埼玉県鍼灸師会　第2回学術講習会　開催報告

10月11日(日)に大宮呉竹医療専門学校において、令和8年度第2回学術講習会を開催しました。今回のテーマは「経絡治療の源流を体感する～伝統の技と経絡治療の真髄を学ぶ1日～」です。

講義では、経絡治療学会学術部長の**橋本巌**先生より「経絡治療の成立とその展開」、同学会副会長の**馬場道敬**先生より「経絡治療の真髄」についてご講演いただきました。経絡治療の歴史や理論、伝統的な技法について学ぶ貴重な機会となりました。

その後、馬場先生と橋本先生による実技が行われ、実際の脈診、問診や施術のリズムを目の当たりに出来、参加者全員真剣な眼差しで参加していたのが印象的でした。

本講習会を通じて、経絡治療への理解を深め、日々の臨床に活かすための学びを得ることができました。





日本鍼灸師会 全国大会in兵庫　参加報告

日本鍼灸師会全国大会in兵庫が10月3日(土)、4日(日)に神戸市産業振興センターで開催されました。「つながる鍼灸ひらく未来～神戸から世界へ～」をテーマに、地域医療、災害医療、支持緩和医療等の鍼灸の活躍が期待できる分野の講座や我が国最古の医学全書である「医心方」の講座が行われました。





全日本鍼灸学会関東支部 認定指定講座のお知らせ

テ ー マ:「その施術、どう説明する? 臨床で使える鍼灸のエビデンス」
日　　時:11月20日(金)　19:00～
開催方式:オンライン開催(ZOOM)+後日アーカイブ配信
*アーカイブ配信期間: 11月30日(月)～12月14日(月)(予定)
プログラム(予定):
・第1講座(19:05～20:05／2単位)
「うつ病に対する鍼灸療法のメカニズムとエビデンスを深める」
松浦悠人先生(東京有明医療大学)
・第2講座(20:30～21:30／2単位)
「鍼灸のエビデンスとCOPDにおける鍼灸について」
鈴木雅雄先生(福島県立医科大学会津医療センター)
参加費:●学生:500円
●全日本鍼灸学会 正会員:3,000円
●関連団体会員(日本鍼灸師会・全日本鍼灸マッサージ師会)
●学校教員:4,000円
●一般:5,000円
ホームページ:https://jsamkantoshibu.wixsite.com/toppage
※最新の情報は上記HPおよび関東支部公式SNSで発信していきます。
お問い合せ先:全日本鍼灸学会 関東支部 事務局
jsamkantoshibu@gmail.com

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。

テーマ:耳管機能低下症に対する鍼灸治療
日　時:12月17日(木)　21:00～
講　師:**遠藤彰宏**先生(田中はり灸療院)
参加費:●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。
お問い合せ先:埼玉県鍼灸師会 学術委員会
E-mail:saishinkaihari9@gmail.com

健康まつり等の鍼灸ボランティア実施のお知らせ

今後予定されている健康まつり・マラソン大会等です。どうぞお立ち寄りください。

「第27回埼玉YMCAインターナショナル・チャリティーラン2026」
日　時:11月3日(火・祝)　8:30～
場　所:所沢航空発祥記念公園
「ねんりんピック彩の国埼玉2026(ダンススポーツ)」
日　時:11月8日(日)　10:00～16:00
場　所:川越運動公園総合体育館
「ねんりんピック彩の国埼玉2026(サッカー競技)」
日　時:11月8日(日)9日 (月)8:30～16:00
場　所:駒場競技場
「川越市健康まつり」
日　時:11月22日(日)　12:00～15:00
場　所:ウエスタ川越　多目的ホール
「飯能市健康まつり」
日　時:11月29日(日)予定
場　所:未定
「川口マラソン」
日　時:12月6日(日)　7:30～12:00
場　所:川口市青木運動公園内　陸上トラック
「第37回所沢シティマラソン大会」
日　時:令和9年1月24日(日)7:30～
場　所:ベルーナドーム(西武ドーム)

【季節湯】でほっこりしませんか

今回の季節湯は「蜜柑湯」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

11月の季節湯「蜜柑湯」

朝晩の冷え込みが少しずつ強くなり、冬の訪れを感じる11月。そんな時期におすすめしたい季節湯が「**蜜柑(みかん)湯**」です。

みかんは11月頃から旬を迎え、冬の身近な果物として親しまれています。食べ終わったみかんの皮をお風呂に利用する「蜜柑湯」は、手軽に楽しめる冬の養生法の一つです。みかんの皮には、漢方薬の「陳皮(ちんぴ)」として利用されてきた歴史もあります。

蜜柑湯の魅力は、なんといっても爽やかな香り。みかんの皮に含まれる精油成分が湯気とともに広がり、ほっとするひとときを楽しめます。また、温かいお湯にゆっくり浸かることで身体が温まり、冷えやすいこれからの季節の入浴習慣にもぴったりです。

作り方は簡単。食べ終わったみかんの皮をよく洗い、風通しのよい場所で数日乾燥させます。乾燥した皮を布袋やお茶パックなどに入れて湯船に浮かべれば完成です。まずは2～3個分の皮から試してみるとよいでしょう。

冷えは「未病」の段階から意識したい冬の養生ポイントです。湯船で身体を温めながら、肩の力を抜いてゆっくり深呼吸するだけでも、心身のリラックスタイムになります。

11月は、旬のみかんを「食べてよし、香ってよし」。おいしくいただいた後の皮も無駄にせず、蜜柑湯で冬支度を始めてみませんか?

旬の食べ物を食べて元気になろう!

今回の旬の食べ物は「小松菜」です。

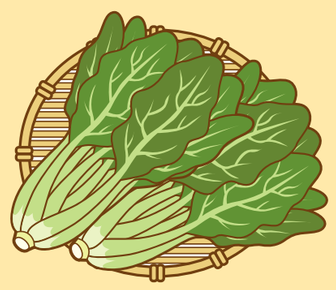
小松菜は一年を通して手に入りますが、旬は11月から3月頃。霜にあたると葉がやわらかくなり、甘みが増すといわれています。江戸時代から栽培されていた野菜で、東京・江戸川区の小松川周辺で多く栽培されていたことから「小松菜」と呼ばれるようになったそうです。

小松菜は、緑黄色野菜の中でも栄養価が高く、特にカルシウムや鉄、ビタミンC、β-カロテンが豊富に含まれています。カルシウムは骨や歯を丈夫に保つために大切な栄養素。また、鉄は赤血球を作るために必要で、ビタミンCと一緒にとることで鉄の吸収も助けてくれます。年齢を重ねるにつれて不足しやすい栄養素を手軽に補える、頼もしい野菜です。

薬膳の考え方では、小松菜は「肺」や「胃腸」を整え、体の熱を冷ます働きがあるとされています。また、便通を整える食材ともいわれています。

小松菜はアクが少ないため、下茹でせずそのまま炒めたり、味噌汁や鍋物に入れたりできるのも嬉しいところ。油と一緒に調理すると、β-カロテンの吸収率も高まります。

寒さが増すこれからの季節、毎日の食卓に小松菜を取り入れて、元気に冬を迎えたいですね。



協賛各社(順不同)
セイリン株式会社・株式会社医道の日本社・ホシノ医療器株式会社・ヨシダ商事・株式会社メイプル名古屋・株式会社ファロス・
アフラック募集代理店 株式会社むらた・株式会社山正・日進医療器株式会社