

鍼灸まつりってどんなことをしているの？

鍼灸まつりは、これまで愛媛県内各地で開催しています。開催時期は主に8月最終日曜日です。開催の目的は、鍼灸が生活習慣病からスポーツ障害に至る広範囲の領域で、その優れた特性を発揮し得ることを広く公開展示することで、県民市民への広報普及を活動の目的としています。

今回の行事内容を簡単に説明します。

まず、講演会があります。2部形式で行います。前半は実行委員長による鍼灸に関する講演です。後半は、来場者にツボの取り方を鍼灸師が丁寧に教える人気のコーナー「みんなでツボをとりましょう」。ここまでが約1時間。

ここから、各スペースにおいていろんな体験コーナーで皆様のお越しをお待ちしています。そのコーナーとは…

◆**鍼灸相談会**：健康に関する様々な悩みに対して、ベテラン鍼灸師が分かりやすく丁寧にアドバイスいたします。鍼灸の保険制度や補助制度の利用に関してもご説明いたします。

◆**鍼灸体験会**：実際に鍼灸を体験していただきます。ただ、室内のため“お灸”は体験できませんので、あらかじめご了承ください。体験会ですので、洋服をすべて脱ぐ必要はありません。足や手をまくったり、少しずらしたりで十分です。

◆**親子スキンタッチ教室**：小児ハリの前段階として家庭でできる健康法の紹介をしています。親子そろっての参加で、鍼灸師が親御さんに手順や方法を手取り足取り丁寧に教えます。“かんむし”や“夜尿症”などをはじめ、子ども特有の症状でお悩みの方、参加してみてください。



◆**簡単ツボ押しセルフケア**：鍼灸師がツボの取り方、押さえ方などをわかりやすく教えます。押すのにも、力加減や方向や呼吸で効果が変わります。セルフケアの一助となります。

◆**資料展示会**：貴重な書籍やパネルなど一部を展示しています。



以上のようなものを準備しています。どのコーナーも無料で参加・体験していただけます。

8月末の開催ですので、暑いと思われます。新型コロナウイルスなどの感染症対策に十分配慮しながら皆様のお越しをお待ちしております。ご家族お友達などお誘いの上、お気軽にお越しください。

会場のコムズは、駐車スペースがあまりありません。近隣の駐車場もしくは、公共交通機関をご利用ください。