

はりきゅう愛媛



愛媛県鍼灸師会通信(第27号)

発行月 2025年8月

発行元 (公社) 愛媛県鍼灸師会

〒792-0044 新居浜市中村二丁目12-54

TEL 0897-43-4477

CONTENTS

- 東洋療法健康フェア
『第23回鍼灸まつりin松山』…………… 1
 - 特集:コラム 五臓と季節…………… 2
 - 研修会・ボランティア活動の報告…………… 3
 - information…………… 4
- はりきゅう豆知識⑦
編集後記

東洋療法健康フェア『第23回えひめ鍼灸まつりin松山』開催のお知らせ

来る、8月24日(日) 午前10時から松山市の道後友輪荘2階大広間において開催いたします。講演会をはじめ、鍼灸相談会・施術体験会・ツボ押しセルフケア・親子スキンタッチ教室などいろいろな催しを準備しております。久しぶりの対面での開催です。感染症対策を徹底して皆様のお越しをお待ちしております。



**鍼灸師が教える
鍼灸の基礎知識**

**東洋療法健康フェア
第23回
えひめ鍼灸まつりin松山**

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發揮し得ることを広く一般県民・市民に公開展示し、人々の保健及び健康増進等に貢献することを目的とする。

日時 令和7年 **8.24日** 10:00~15:00

会場 道後友輪荘 2階大広間 (友輪の間)
〒790-0843 愛媛県松山市道後町二丁目12-11
TEL 089-925-2013

対象 一般県民・市民

お問い合わせ先
公益社団法人 愛媛県鍼灸師会
TEL 0897-45-1280
<https://www.harikyuehime.or.jp/>

主催
公益社団法人 愛媛県鍼灸師会

後援
愛媛県・松山市・愛媛県看護協会・NHK松山放送局・愛媛新聞社・南海放送・愛媛CATV

詳細につきましては、下記のQRコードを読み込んでご確認ください。

入場無料 **事前申し込み不要**

行事内容・次第

開会式 (10:00~10:10)
1. 講演会 (10:10~11:00)
演題:『鍼灸師が教える鍼灸の基礎知識—経穴(つぼ)によるセルフケアで輝く人生おくりませんか—』 講師:香川純美 実演:『みんなでツボをとらましよう』 講師:野野公一

2. 相談会 (11:00~15:00)
1. 鍼灸相談会
健康に関する悩みや生活習慣病・スポーツ障害などに対し、鍼灸の専門的立場からアドバイスする。また生活習慣病・スポーツ障害に効果的な「つぼ」を教えるための方法を紹介する。
2. 保険 (療養費払い) 適用による鍼灸施術の受療相談より受療しやすくなった最近の事例を伝え、希望者への説明を行う。

3. 鍼灸体験会 (11:00~15:00)
実際の施術体験を通して、腰痛や肩こりといった一般的な疾患だけでなく、多様な定状に対して鍼灸が有効であることを紹介し、さらなる鍼灸に対する理解の深化を促進する。
1. 一般鍼灸
生活習慣病や末梢神経疾患、およびストレスから来る各種の心身症状への対応。
2. 小児鍼
子どもの心身の安定と、親子のきずなの強化、スキンシップの紹介。
3. 美容鍼
しわ・しみ・たるみといった主に顔面のトラブルの緩和。
4. スポーツ鍼
スポーツ障害の予防および治療と記録の更新。

4. 親子スキンタッチ教室 (11:00~15:00)
小児鍼の前段階として家庭でもできる健康法の紹介。

5. 簡単ツボ押しセルフケア (11:00~15:00)
鍼灸師によるツボの取り方、押さえ方などのコツを指導。自宅でも簡単にセルフケア!

6. 資料展示会 (10:00~15:00)
古代から現代に至る鍼灸関連の書物等の展示物を通して、鍼灸が長い歴史をもつ科学的な伝統医学であることを紹介する。また、実際に診療で用いる鍼灸用具や消毒器具等の展示物を通して、現代の衛生管理意識の下で行われている事を伝える。

お問い合わせ

(公社) 愛媛県鍼灸師会

電話: 0897-43-4477

ホームページ: <https://www.harikyuehime.or.jp/>



コラム 五臓と季節



東洋医学では、五臓をそれぞれ春夏秋冬にあてはめて考えます。例えば春は肝臓、夏は心臓、秋は肺臓、冬は腎臓、それに各季節に土用を設けています。土用は、五臓では脾臓が当てはまります。夏は一年の中で一番暑く「陽」の季節といいます。陽の季節とは万物が最も活発に動く時期で、五行（木火土金水）では火にあたります。人の体では「心の臓」がそれにあたります。ですから夏は心臓がもっとも活発に働くことになります。

夏は、左の図のように「心」と「腎」とのバランスが大変重要です。腎（水）は心（火）が暴走しない様抑える働きがあります。腎の機能をアップさせておくことが重要です。

そこで、腎機能を高めるツボを、いくつかご紹介したいと思います。

腎経（腎の経絡）や腎に関わるツボを刺激することで、腎の機能を高めることができます。

- ・腎経：足の裏から内くるぶし、ふくらはぎ、太ももの内側を通り、体幹部に達する経絡です。このラインをマッサージするのも良いでしょう。

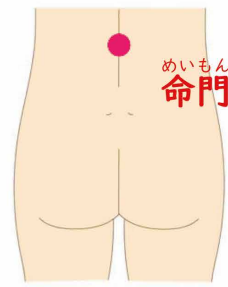
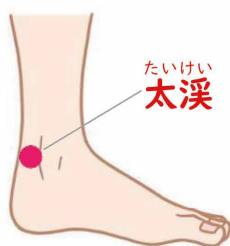
腎経
（腎の経絡）



・主要なツボ：

- 湧泉（ゆうせん）：足の裏、足指を曲げた時にできるくぼみの中心。腎の気が湧き出るとされるツボで、冷えや疲労回復に効果的です。
- 太溪（たいけい）：内くるぶしとアキレス腱の間にあるくぼみ。腎の原気が集まるツボで、腎の養生に非常に重要です。
- 関元（かんげん）：おへそから指4本分下。体の中心にあるツボで、下半身の冷えや泌尿生殖器系の症状に効果的です。
- 命門（めいもん）：おへその真裏、腰椎の間に位置するツボ。生命の門とも呼ばれ、腎の陽気を補い、体を温める効果があります。

これらのツボを指圧したり、お灸で温めたりするのも良いでしょう。



（高橋照旺）

第62回愛媛マラソンケアボランティアの実施

屋外テントブースにて参加ランナーを対象に6時半集合～16時までケアボランティアを実施した。ケア内容は利用者の希望に応じてマッサージ、ストレッチ、鍼（パイオネックス）、テーピング（午前のみ）を1人10分を目安で、術者はゴム手袋・マスクを着用して行った。

利用者は午前88名、午後84名の172名だった。また会場階段付近にて足がつった選手（約3名）のケアを行った。

無事に活動を終える事ができ、全体的にブースの雰囲気は良く利用者の笑顔も目立っていた。来年度以降も継続して選手のサポートができれば幸いです。（曾我部）

第15回はりきゅう市民公開セミナー・生涯研修会の実施

去る令和7年3月2日（日）に松山市男女共同参画推進センターにて、現地とzoomを用いた無料ハイブリット研修会第5回生涯研修会を開催した。

講師に、高嶺の森の診療所院長、フジ虎ノ門整形外科病院 東洋医学総合診療科勤務医の関隆志 先生をお迎えして、「超高齢社会における伝統医学と鍼灸の役割 ～これまでの研究の紹介と今後の展望について～」の演題で講義していただいた。

午後の第2部：はりきゅう市民公開セミナーでは、「災害支援で喜ばれる鍼灸の力～日常生活にも使える鍼灸の可能性」という演題で講演していただいた。

今回の研修会では、日本における鍼灸の歴史や様々な鍼灸の流派の紹介とそれらの特徴、また、世界の鍼灸事情なども紹介して頂いた。関隆志先生の研究については、伝統医学の鍼灸治療はとにかくどのような流派であっても一定の効果があること、伝統医学の鍼灸治療の重要性、臨床における治療の効果のデジタル化の必要性など、様々な視点から伝統医学の鍼灸治療について考察していただいた。

参加者は36名(会員：会場受講 8名・オンライン受講 4名、会員外：会場受講 1名・オンライン受講 23名)でした。(文責：越智)

第2部の市民公開セミナーでは、「災害支援で喜ばれる鍼灸の力～日常生活にも使える鍼灸の可能性」と題して講演いただいた。

先生自らが東日本大震災を体験され、被災地ボランティアに入られた際には、それぞれに適したツボ押しの指導をされた事など先生の体験をお話していただいた。一般参加者にも分かりやすいように専門用語は丁寧に解説を加えておられたので、非常にわかりやすく興味深い内容であった。

当日参加者は27名(会員：会場受講 8名(うち一般 1名)・オンライン受講 19名)でした。

後日アーカイブ配信を2週間行った。(町野)

7月27日 第1回生涯研修会

「鍼灸処方学の基本的な考え方と臨床応用」講師：渡邊 大祐先生（帝京平成大学 鍼灸学科 准教授）

8月24日 第23回えひめ鍼灸まつりin 松山

9月21日 第2回生涯研修会

「明日の臨床にすぐ使える頭皮鍼の活用法～症例の紹介と実技指導～」講師：孫 傑先生（東洋医療専門学校講師）

10月4～5日 （公社）日本鍼灸師会全国大会inいばらき

10月12～13日 （公社）全日本鍼灸学会中国四国支部学術集会

11月16日 第3回生涯研修会

「美容鍼灸の基礎から臨床まで」講師：白井 麻衣子先生（鍼灸U.堂島 院長）

12月14日 第4回生涯研修会・青年部研修会

愛媛マラソン事前研修会

◇◇ 「災害時における鍼灸施術活動に関する協定」締結式 ◇◇

去る、令和7年7月14日、新居浜市市長応接室において、新居浜市と新居浜市国民健康保険鍼灸師との間で「災害時における鍼灸施術活動に関する協定」が締結された。新居浜市国民健康保険鍼灸師会会長の永易賢一郎氏（公益社団法人愛媛県鍼灸師会前会長）は挨拶の中で、「2018年の西日本豪雨災害で県内被災地（特に西予市・宇和島市）の避難所での施術が好評であった。今後さらなる災害に対して、スムーズに活動できるための協定が、新居浜市と締結できてよかった」と話した。（永易賢一郎）



新会長の挨拶

総会において代表理事（会長）に選任されました高橋正佳です。
公益社団法人愛媛県鍼灸師会において、公3療養費適正運用指導事業を8期16年務めて参りました。
今後も、市民県民の皆さま国民のための鍼灸師を目指していきます。鍼灸まつりの開催、広い領域にわたる生涯研修会開催等、承前啓後に努め公益社団法人として鍼灸をわかりやすく伝えていく所存であります。

編集後記

あっという間に梅雨が明け、酷暑がやってきました。暑さ対策・集中豪雨などに気を付けましょう。（K）

愛媛県鍼灸師会通信

はりきゅう愛媛

携帯・スマートフォンの方は、このQRコードでアクセスしてください。



編集委員（2024年度）
委員長 町野 公一
委員 高橋 照旺



ご意見やご感想をお聞かせください。
メールアドレス contact@harikyu-ehime.or.jp

はりきゅう豆知識㊦

㊦ 『陰暑（いんしょ）』とは？

㊦ 夏に暑さをしのぐために、風にあたったり、冷たい飲食を摂りすぎたために起こる病証です。
この時期は特に気をつけましょう。
（町野）

