

## 第 22 回 コムズフェスティバル 市民企画分科会 実施報告書

グループ名	(公社) 愛媛県鍼灸マッサージ師会
開催日時	令和3年 2月 7日 (日) 10:00~12:00
テーマ	男女の人権の尊重
形式	講演会中継・その他(鍼灸道具の説明・手技披露・小児はり)収録
講師等	講演: 四国医療産業研究所 所長 櫃本真事 本会会員: 佐藤、栗田、高塚、日野、田窪 (敬称略)

### 〈内容〉

#### 第1部: 講演会

#### 第2部: 東洋医学的健康相談・手技体験

第1部: 櫃本真事さんによる講演「免疫力・セルフケア力を引きだそう！」

「サブタイトル; ツボ養生と女性の自立支援が超高齢化社会を豊かにする」の演題で約60分講演いただきました。

新型コロナウイルス感染拡大防止策の一環としてのコロナ感染症警戒期間のため、無観客での講演会中継となりました。

第2部は、人数制限のある中で、当初の予定を変更して(1)鍼灸道具の紹介、(2)養生のためのツボ紹介、(3)あんま・マッサージ・指圧の違いと手技披露、(4)小児はりについての4点で、国家資格免許保有者が対応していきました。

- (1) 施術者は受療者の状態に応じて、太さ、長さ、材質、手技、熱の熱さで受療者へツボの刺激の強弱・量を考え、受療者の身体を心身共に改善されるよう調整していきます。そのために使用する代表的な道具を紹介。
- (2) ツボは、神門穴・足三里穴・中腕穴の3点を紹介。
- (3) 按摩・マッサージ・指圧それぞれの目的と、基本手技のいくつかをモデルを使って、実施。
- (4) 子育てママの応援ツール: 子どもの養生法。刺さない鍼を使ってのデモンストレーション



〈まとめ〉

コロナ感染拡大防止策の中での開催のため、第1部の講演は無観客。第2部では、お申し込みいただいた皆さまお一人お一人のご相談に対応することができませんでした。

『疲労は万病の元』その日の疲れはその日のうちに回復させることが理想です。昔から『治療より養生』と言います。健康はあなたの財産です。この財産は自分で管理することが可能です。今回の企画により、セルフケア法を見つけて自分らしい生き方の実現に『かかりつけ鍼灸師』として日常的に生活を支えるお手伝いできれば、幸いです