

第 24 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 5 年 2 月 5 日 (日) 10 時～12 時				
テ ー マ	男女共同参画社会実現のための生涯を通じた男女の健康支援				
形 式	講演会&健康相談、手技体験				
講 師 等	会長：佐藤佳孝、保険部長：石丸洋、事業部長：田窪京子、 広報部長：二神茂嘉				
参加人数	女性	12 名	男性	4 名	合計 16 名
<p>〈内容〉</p> <p style="text-align: center;">知っトク！ 鍼・灸・マッサージ ～在宅で施術、国が認める保険制度のご紹介～</p> <p>今回で 3 回目の参加になります。</p> <p>1 回目は、『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』と題して四国医療産業研究所所長 櫃本眞事氏に超高齢化社会の現状と健康への取り組みをご講演頂きました。</p> <p>2 回目は、東洋医学を基本とするはり・きゅう・マッサージ施術を応用したセルフケアで、1. 病気が起きるシステム 2. 体質別の養生法 3. 東洋医学からみた「老化」について。これら 3 つをどの年代の方にも元気になって頂けるようないろいろな角度からお話をさせて頂きました。</p> <p>今回は、厚生労働省が認めている療養費制度を ご家族やヘルパーさんを含め、興味のある方どなたにでもわかりやすいようにと 3 つのケースを会話形式でご紹介しました。</p> <p>寝たきりの方、介護が必要な方、脳梗塞後遺症の悩み、腰痛症、坐骨神経痛など 医師の同意により保険を使った施術をご自宅で受けることができる 国が認めた制度のお話です。</p> <p>まず、会長が挨拶の中で厚労省の HP の公開されている資料をもとに詳しくわかりやすく説明しました。その後会話形式で話を進めました。</p> <p>1. 治療院で施術を受けている家族がいつものように施術者に自分の身体の現状を告げるが、それは、おじいちゃんが脳梗塞の後遺症で思うように身体が動かず、介助することが原因の 1 つでもありました。脳梗塞の後遺症に家族もおじいちゃんもこれからどうしたらいいか・・・との相談に、保険を使った施術がどんなものであるかを厚労省の HP を元に説明しています。</p> <p>2. 施設で働くヘルパーさんと施術者との会話から。コロナ禍の面会禁止により、人との関わりが少なくなってしまうことで寝たきりの利用者への対応や体調不良を訴える人が増えたことに何か打開策は無いのか、痛みを感じさせない方法はないのか、介護サービスによって療養費制度の使用の可否を問う。</p> <p>3. 治療院の先生に、家族が 毎日介護のために通っているおばあちゃんの現状（神経痛）を伝え、鍼、灸の対応が可能かどうかを相談しました。マッサージとはり・灸では算定方法等相違点もあることをご紹介しました。</p> <p>〈参加者の感想〉、</p> <p>・アンケート結果は、全体では、2 人が良かった、14 人は大変良かった。</p>					

- ・いろいろな症状に利用できることを知った。
- ・今回の講義内容について周りの人と話してみたいと思った
- ・鍼、灸、マッサージを受けてみたい。
- ・1回目の櫃本先生の講座を見てから鍼に興味を持ち、そこから週2回施術を受けている、CATV放送で鍼に出会い、今がある。
- ・どうすればいいかと困っていたところで、鍼・灸・マッサージを知り、施術を受けることで少しずつ良くなっている。
- ・今、困っている足の引きつり等で かかりつけ医の病院に行ってみようと思った。
- ・施術してほしいと思ったがどこへ行ったらいいのかわかりません。
- ・保険制度を知ることができて良かった
- ・準備等大変だったと思います。大変お世話になりました。
- ・資料が豊富でわかりやすかった
- ・体操を丁寧に教わって良かった。
- ・質問、相談、講演、体操があり、有意義だった。

《次回こんな内容だったら参加したいもの》

ストレートネック、マスク生活での肌荒れ、眼精疲労、セルフマッサージ、両下肢の鈍痛等。

〈まとめ〉

コロナ禍で人数制限のある中、来場者16名（男女比1：3/50～70歳代）でした。今回初の集客ありの講座ということでアンケートを実施して、回答を得られたのがよかったです。

チラシを見てご来場された方が最も多く、チラシが有効な事を知りました。

また、もっと知りたいものも知ることができましたし、反省点も見つかりました。

反省点は、健康相談も 施術の無料体験も 参加された殆どの方が希望されたので、運営側の人数があと2～3名増員できれば更に詳しく、また、お待たせすることなく対応できたと思えました。個人情報扱うことになるので、お話しになった内容は共有せず、施術所の宣伝活動（チラシ等）は公益活動違反となるため、ご案内もしませんでした。なので、お問い合わせ先として県師会事務所の連絡先をお示しすれば良かったかなと思えました。

この療養費の制度を使って疼痛が軽減し、機能の向上が図れば、受療者の「生活の質」を向上させることに繋がると思っています

『養生と治療』 予防は治療に優る！養生は予防に優る！

健康はあなたの財産です。この財産は自分で管理できます。ご自身の改善に向けては、「国家資格保有者」の私達がお手伝いすることができます。今回もお渡しした「ゼンシン体操」ポスターは、《経絡ストレッチ》で今のご自身の今の身体の状態を知り、《エクササイズ》を行うことでご自身の養生に繋がるものです。座ったままでもできますので、ご自分のその日の体調に合わせて、無理の無いよう《じわっと・ゆっくり》はじめられてはいかがでしょうか？！

報告：田窪