

## 第 25 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 6 年 2 月 4 日 (日) 10 時～12 時
テーマ	超高齢社会を生きぬくための東洋医学の知恵 ～認知症を幸せに過ごすためのヒント教えます～
形式	講演、東洋医学的健康相談、パネル展示、あはきで使う道具、無料体験
講師等	はりきゅう たもん 代表 <small>なかやますみかず</small> 中山純一
参加人数	女性 17 名 男性 3 名 合計 20 名
<p>〈内容〉</p> <p>はりきゅう たもん 代表の中山純一氏による講演。 演題「超高齢社会を生きぬくための東洋医学の知恵 ～認知症を幸せに過ごすためのヒント教えます～</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・はり、灸道具の展示</li> <li>・パネル展示（保険制度、小児はり、経絡図など「あはき」関連のパネル）</li> <li>・東洋医学的健康相談（個別に）</li> <li>・今日の講演に出てくるツボに印つけ</li> <li>・はじめての施術体験（無料）</li> <li>・ゼンシン体操のご紹介（テレビモニターを見ながら、一緒にやってみましょう！）</li> <li>・全員プレゼント（ゼンシン体操ポスター、ツボ MAP）</li> </ul> <p>〈参加者の感想〉 …アンケートより抜粋</p> <p>来場者 20 名（男 3・女 17）来場無し 7 名／ 講演のみ 4 名、相談 5 名、相談＋施術 11 名 良かった、大変良かった。 個別の相談がよかった。 施術を受けたことで自分自身の日常生活に役立つことを知った。 自分の健康について考える機会になった。 人に誘われて来たが認知症の話は現実的で有意義だった。 相談することで自分の今後がみえた 老母の「盗られ妄想」がエスカレートしている、そこも知りたかった。 成人病に対しての鍼灸マッサージの講座があれば参加したい。 漢方やあはき施術が認知症の周辺に効果があることを知った、周りの人にも話してみたい。 漢方、灸に興味湧いた。 薬を飲んでいるが東洋医学を試してみたい。 難聴についてのツボが知りたい。 認知症の最近の具体的な内容（薬や人数、これからの展望）が知れた。 今までプロによる鍼・灸、マッサージを施したことがないので今回講演だけ参加とした。 認知症の方と関わる仕事なのでツボの場所を覚えておきたい。</p>	

## 〈まとめ〉

愛媛だからこそのお灸の文化は明日から使える知識やツボのお話だった。統計による人数把握、全国ニュースでも放送された開発されている新薬、あはき施術の有効性の知識等 知って得する情報だったと思う。実際の症例も紹介されたことで、本人のみならず、周りの人たちの肉体的・精神的疲労にとっても関わることに気付かされ、中身の濃い1時間の講演だった。

人数制限を設けたことと講師の先生が講演後相談にもものってくれたことで、個人的な相談が出来て良かったとの感想もいただいた。

アンケートにも反映されていたようだが、コムズイベントに 5回以上参加したことがある人 より 初めて参加した人の方が多かった。これは、避けて通れない認知症であると共に認知症とはどういうものなのか、対処法はどうなのかが欲しい情報であったといえるのではないか。

個別相談後、あはき施術を受けてみたいとの感想も喜ばしいが、環境や周りに左右されることなく自分を大切にしたい、自分が望む生き方・働き方に向かって行動していきたいなど 40~60代、さらに70代以上の方の更なる自立につながる言葉は健康寿命につながると確信した。東洋医学的には、「養生」と表現する。是非、自分を自分で守る観点からも東洋医学を知っていただきたい。ひいては医療費の削減につながると思う。

私たちは、【あんま・マッサージ・指圧師】、【はり師】、【きゅう師】の3つの国家資格免許をあはき師、あはき業、あはき施術と略して表現することがある。

アンケートに「今までプロによる治療を受けたことが無いので講演だけとした」という方がいらっしまったので、私たちが、厚生労働大臣免許保有者であることの認知度が低いのか、まだまだだなどと思った。免許を持っているからこそ、謙虚さを忘れず日々の研鑽に励んでいるので、自分の健康は自分で管理できるようなきっかけ作りに役立てていただければと想っている。