いばらき柔道整復師会ニュース

令和4年
3/31(木)　Vol.70

■つくば市梅園の梅園公園で3月10日に撮影　カメラ:御供文範

2頁	令和3年度臨時総会・第5回理事会報告
3頁	公益社団法人日本柔道整復師会 第42回関東学術大会群馬大会
4.5頁	コロナ禍の出会いとコーヒーブレイク キジバト子育て日記・ヤギのチャチャ・おつまみ菜園
6頁	県民健康講座/救護員派遣の近況/新入会員/訃報/ 編集後記

書面による臨時総会の開催

令和３年度臨時総会が、コロナ禍の影響などの関係から、書面による意思表示により開催された。賛否の提出期日が３月９日締切だったことから、全役員が出席し総会形式を取り、提出された書面の確認などを行い提案議題すべてが承認されたことを確認した。

竹藤敏夫会長挨拶

藤田利光議長

令和４年３月９日（水）本会会館にて
総会員数 343 名　出席会員数 279 名
議　題
1. 令和４年度　事業計画について
2. 令和４年度　会費の納入方法について
3. 令和４年度　正味財産増減予算書について

承認されました

藁谷和彦総務部長

藤田博美経理部長

終了後、引き続き第５回理事会を開催し予算に関連した「公益社団法人茨城県柔道整復師会役員の報酬等及び費用に関する規程」についての議題を可決した。

公益社団法人日本柔道整復師会

第42回関東学術大会 群馬大会を終えて

水戸支部　長谷川秀樹

この度は、関東学術大会で初めて研究発表をさせていただきました。論文作成が終わり、いよいよ発表や質疑応答の練習を始めようと意気込んでいた折に学術大会が動画配信に変更される連絡がありました。連絡を受けた時、大勢の人の前で話すことの不得手な私は、長い緊張から解放され胸を撫でおろす一方で、他県の先輩方の研究成果を直接拝聴することを楽しみにしていたので残念な気持ちを覚えました。結果的に事前収録による発表になりましたが、コロナ禍においても発表する機会を設けていただけたことを嬉しく思っています。

この研究発表をとおして印象に残ったことが２つあります。

１つ目は、私の研究対象である腸腰筋の正しい使い方を指導していく必要性を感じたことです。なぜなら、腸腰筋という言葉は知ってはいるが使い方を知らない患者が多かったからです。腸腰筋を鍛えたことで得られる効果とともに腸腰筋を正しく使えるよう「基本姿勢作り体操」を引き続き治療に取り入れていきたいです。

２つ目は、自分の伝えたいことを言葉で伝えていくことの難しさを痛感したことです。論文を作成中、私は、頭に思い描くことを上手く言葉にできず、言いたいことを伝えられないもどかしさを経験しました。この経験をとおして、患者にとっても自身の症状を施術者に伝えることは思っている以上に難しいことだと考えるようになり、私は以前よりも患者の訴えている痛みに対して深く理解し、患者に共感し寄り添うことができるようになりました。

研究発表は私にとって新たな挑戦でしたが、その取り組みをとおして自分の成長を実感しています。この成長は、今後の私の治療の糧になるでしょう。

最後になりますが、竹藤会長をはじめ執行部の先生方、発表に際して多岐なるアドバイスをいただいた藤田学術部長や新井学術副部長、お力添えをいただきました沢山の皆様に心から感謝を申し上げ、第 42 回関東学術大会群馬大会の報告とさせていただきます。

研究発表

～腰部捻挫に対する腸腰筋の重要性とバランス感覚～

一般的に「ぎっくり腰」といわれている腰部捻挫の損傷は就労やスポーツ活動時、また日常動作によっても比較的容易に起こり、柔道整復師においても遭遇頻度が高い損傷である。

基本姿勢作り体操の効果や目的

①腸腰筋の意識と動作の獲得
②バランス感覚の獲得
③筋力の維持と増強
④早期改善、再発防止

コロナ禍の出会いとコーヒーブレイク

■ キジバト子育て日記 ■

9月25日　庭の蝋梅の枝の中に鳥の巣を見つけ中に卵が1個あり、「エッいつの間に巣を作って卵を産んだの?」と思い親鳥を探すと、電線に鳩が止まっていたので鳩の巣ではないかと思い、ネットで鳩の巣立ちを調べてみたら、「鳩は卵を2個産んでから抱卵を始める」と書いてあったので様子をみました。

27日　親鳥が巣の中に座っていて私達が近づいても逃げないので、抱卵を始めたようです。

10月14日　雛鳥が親の口の中にくちばしを入れて餌のピジョンミルク（そのう乳）を飲んでいるではありませんか。いつの間にか2羽が羽化して元気にピジョンミルクを飲んでいます。ですが資料によると、巣立ちができるのは約23%しかなく、他の生物に捕食されるのが60%あり、巣から落ちないか巣に異変がないか家族で気配りしました。

18日頃から、親鳥が出掛けて昼間は羽毛の生え揃っていない地肌が見える雛鳥2羽だけがじっとして、巣の中に座っている日が始まりました。しかし、気温が下がる日が続き明け方には9度に下がり、昼間でも15度くらいにしか上がらず見ていても寒そうです。

24日　雛鳥は親鳥と同じ位の大きさに成長して、親鳥のような羽が生えてきて2羽で巣が一杯になってきました。落ちないか心配です。

26日　庭に鳩が降りていて、よく見ると昔飼っていたドバトとは大きさや羽の模様が違うのでネットで調べたらキジバトでした。キジバトは夫婦交代で抱卵し餌のピジョンミルクを与えて一緒に子育てをするので、巣が有ると夫婦円満、家内安全など幸運を招くと言われていて、風水の観点からみても天の遣いの鳥が巣を作るのは良い気で溢れているから良い事なのだそうです。

27日朝　1羽の雛鳥が巣から隣の屋根の上まで飛んで行き巣立ちしましたが、もう1羽は巣の中にいて巣立つ気配はありません。

28日　飛び立った雛鳥と親鳥は夜になっても帰らず、残された1羽は巣の近くの塀の上に止まったり巣に戻ったりしています。午後3時頃庭を見るとハトが歩いて電線に飛んでいきました。これで無事2羽巣立ちができて良かったと思い安心しましたが、夜になって巣を見ると雛鳥が座っています。

29日朝　巣を見ると巣には居ません！近所を一羽で飛び周っていました。夜見に行くとまた、巣に座っていて、ライトに照らされた可愛い目でこちらを見ていました。

30日昼間　親鳥が来ていました。夜になって巣を見ると、雛鳥はどこにも居ません。

31日と1日にも戻ってきません、やっと巣立ったようです。

昼間鳩が家の周りを飛び回っていたので、親鳥と一緒なようなので安心しました。

2羽共に自然界でたくましく生き抜いて欲しいものです。

（広報副部長　鈴木正嘉）

“ピジョンミルクとは”

鳩は、卵を産み温めている時期に体内に「そのう乳」と呼ばれる鳩特有の物質を体に蓄え始めます。これは鳩の「そのう」と呼ばれる部分（胸のあたり）でつくられます。

my hobby　ヤギのチャチャ

今回で2度目になります我が家の雌ヤギチャチャの近況と周りの様子を目障りにならない程度にお知らせします。彼女も4年目となり近所の方々にも可愛がられ、首をそり返しながら柵の中を走り回る喜びの舞を披露して食べ物を獲得するなど、充実した至福の日々を重ねています。そんな中、半年位前から私が生野菜を持っていくとこっちを見て先ず「私を撫でなさい」と言わんばかりに顔を寄せてくるようになり、これはとんでもない必殺技を出したなと感心しながらも、私は毎日撫でさせられています。撫でられた後の食べ始める素っ気ない動きもかなりいいです。そんなに忙しくない日々の中、待合室の窓から患者さんとチャチャを眺めながら彼女の生い立ちや、勲章をもらったおじいちゃん、ハンサムな10人のつくばマラソンのボランティアさん、赤十字奉仕団の格好いい制服姿のお兄さん等の記事を、意図的にさり気なく目に入るようにして世間話をしています。そしてヤギの寿命約13年にあわせてチャチャが逝くまでは、それぞれに自力で歩いてこよう、入院しない、名前を忘れない、整骨院を閉めない、まして先に逝くようなことはないようにと、ゆるーい約束をしたりして元気を少し足しています。これから何時になるかわからない彼女の第2の必殺技を期待しながら20歳の誕生日を目標に、私の健康を第一に、日々の生活を心地よく全力で送ろうとゆるーく自分に言い聞かせています。　(広報委員　桜井亮)

■ おつまみ菜園 ■

今年もコロナで日曜日も外出を控えるようになり、お家時間を有効に過ごすために、4月から屋上を片付けてパテでヒビ埋めしてペンキを塗りなおしてから、板で3m×2mと1m×1mの枠を2個作り菜園用の土や腐葉土を3階屋上まで50袋運んでミニ菜園を作りました。初めに5月の中頃にオリーブの苗木4本を植え、同時におつまみ用の枝豆の苗木と漬物用の鷹の爪を植え付けました。余った所にジャガイモをプランターから移植して育てました。

6月末に孫達がジャガイモを掘り返すと小粒のイモが沢山取れてキャーキャー遊びながら掘っていました。7月中旬より鷹の爪が赤く実ったので順次収穫して紐で結び200個程取れて吊るして残りは秋にまとめて干すことにしました。

7月の末には枝豆が大きく実り始め孫たちとプール遊びをしながら収穫した豆の茹でたてを食べると、一粒ひと粒の新鮮な瑞々しい食感がたまらずビールがさらに美味しくなり、来年は茶豆に挑戦しようかと思ってしまいました。

11月に食べようと落花生を育てていましたが、8月末には雨が続き新芽にアブラムシが真っ黒にたかられていて、慌てて殺虫剤を買ってきて散布すると効果てきめん一匹もいなくなり安心して落花生が地中で大きくなるのを楽しみに葉っぱの成長を見ていました。

それからしばらくして昼に屋上に上がると落花生の殻が屋上に散乱していて落花生の枝がほじくられて小さな落花生が露出していました。鳥にやられたようです。

対策を急いで菜園に柵を立ててネットで上と横を囲んで食べられないようにしてから、様子を見に上がると2羽のカラスが柵の上に並んでジッと落花生を見ていました。早急にネットを張って良かったと思いこれで安心してあと1ヶ月間実の熟成を待つことができそうです。

(広報副部長　鈴木正嘉)

【県民健康講座】

心の栄養になるお話

今回は、合わせ鏡についてお話をさせていただきます。

鏡に映る姿は自分の姿ですね、鏡に映った汚れは鏡を拭いても綺麗になりません。鏡に映った汚れは自分の汚れなのです。

昔からよく言われていますが、「人のふり見て我がふり直せ」なんです。

自分のことはなかなか気付きにくいものですが、相手の姿から自分のことを知ることができます。

まずは自分の良いところ（長所）、良くないところ（短所）に気付きましょう。

人は誰でも良いところもあれば、良くないところもあります。良いところだけの人、良くないところだけの人はいません。そして良くないところを改善していきましょう。

それではどうして良くないところを直す必要があるのでしょうか？

良いところが多い人の方が、社会の役に立てるからです。

人は影響を与え合って生活しています。良い影響や良くない影響を与え合っています。ですから良い影響を多く与え合える環境で生活した方が、より多くの人が幸せな生活ができるようになります。

そうは言ってもなかなか難しいことですね。自分の良くないところに気付けるかどうか、気付いてもそれを改善できるかどうか、そして実行するのは難しいです。

私の良くないところは、気が短い「短気」なんです。とりあえずその事には気付くことができました。そして短気を出さないように気を付けています。何年も短気を直す努力はしていますが、それでも短気を出して周囲の方に迷惑をかけたこともありますし、なかなか直りません。短気を直そうと取り組むことで以前よりは短気が出なくなってはいるようです。

どのような取り組みをしているかというと、人のためになること、善の行いを積み重ねるようにしています。良い結果になるためには、良いことをしなければ絶対に良い結果は出ません。人に喜んでもらえるようなこと「ありがとう」と言ってもらえることをするように取り組んでいます。

誰にでもできることだと思います。どんなことでも良いのです。大きい小さいは関係ありません。身近な人に「ありがとう」と言ってもらえるように、真心を込めて人のために何かをしてみませんか。

周囲の人が幸せになれば、必ず自分も幸せになります。

自分中心の考え方をしている人は、人を責めることが多くなり、よりストレスは大きくなってしまいます。周囲の人のことを思いやる気持ちが出てくると、大きなストレスを抱えている人ほどストレスが小さくなります。

そして、「ありがとう」の言葉で幸せを感じられるようになりましょう！

（広報委員　磯島昌彦）

救護員派遣の近況

1月29日（土）

令和4年 茨城県柔道選手権大会兼関東柔道選手権予選

令和4年 茨城県女子柔道選手権大会兼関東女子柔道選手権予選

筑波大学武道館柔道場

一ツ柳　明、福田　紘一（県南支部）

負傷者なし。

《訃　報》

市川 静江（いちかわ しずえ）
県南支部　市川 善章 名誉会長／市川 勝己 会員　の母
11月27日死去　98歳

富永 弘明（とみなが ひろあき）
県北支部　富永 秀明 会員の父
11月30日死去　89歳

宮本 修弘（みやもと のぶひろ）
県北支部　宮本 親吾 会員の父
12月13日死去　59歳

山口 正己（やまぐち まさみ）
県西支部　山口 光夫 会員の父
1月1日死去　80歳

稲垣 哲男（いながき てつお）
県西支部会員
2月26日死去　84歳

髙儀 文子（たかぎ ふみこ）
県南支部　髙儀 和広 会員の母
３月５日死去　88歳

■新入会員■

県南支部　**田村　信悟**
まつもと鍼灸接骨院（つくば）
つくば市吾妻1-6-1 トナリエつくばスクエア「トナリエキュート」1F
☎ 029-869-7888

県西支部　**朝倉　拓也**
あさくら整骨院
古河市下辺見2231-1
☎ 0280-23-3179

県南支部　**鈴木　謙太**
つばめ接骨院
稲敷郡阿見町本郷3-1-1
☎ 029-846-6183

県南支部　**堤　淳子**
堤整骨院
つくば市谷田部2999
☎ 029-836-0171

編集後記

今回初めてのリモート会議に事務局の方に数回の手取り足取りの指導をしてもらい参加できました。部長の巧妙な議事進行で会議もうまくできたなと自分は思いました。車も、行き来の時間も使わず、予めいただいた議題を検討していけること、とても良い感じでした。あとは自分のパソコンアレルギーを改善するだけで、そうしようとも思っています。　（広報委員　桜井亮）

編集発行人　竹藤敏夫　**発行責任者**　木村相徳　**編集部員**　鈴木正嘉　磯島昌彦　桜井亮　長谷川秀樹　古内裕人
公益社団法人茨城県柔道整復師会　〒310―0804　茨城県水戸市白梅二丁目２番39号　TEL 029(247)8111　FAX 029(247)8126
E-mail　shiraume08@ibaraki.email.ne.jp

「生きる」を創る。 Aflac

募集代理店

北関東ファミリー 株式会社

http://www.kfamily.net/

0120-48-3376　FAX029-248-8522

〒310-0842　水戸市けやき台2-14-1

■ アフラックサービスショップ ■

けやき台店 / 0120-48-3376

イオンタウン水戸南店 / 0120-91-8608

ロゼオ水戸県庁前店 / 0120-97-8659

保険の見直しをしてみませんか？
あなたに『ベストな保険』の
お手伝いをいたします！

三井住友海上火災保険　ハイグレードエージェント
三井住友海上あいおい生命　エグゼクティブ・メンバーズ・クラブ ダイヤモンド
三井住友海上プライマリー生命

サンツクバ 株式会社

お問い合せは TEL.029-841-5858

サンツクバ　検索　詳しくはホームページをご覧ください。

土浦市中村南 1-2-23 URL http://www.suntsukuba.com

茨城県柔道整復師会会員の皆さまへ

お得なお知らせです！ 日本柔道整復師会契約数765メーター(2019年6月現在)

電気料金見直しでコスト抑え込み！

ミツウロコでんき切替実績(参考)

A接骨院(従量電灯B 60A)	年間 286,774円 ⇒ 年間 253,764円	年間33,000円の削減
C接骨院(従量電灯B 50A)	年間 149,966円 ⇒ 年間 140,149円	年間 9,800円の削減

日本柔道整復師協同組合 指定登録業者

お問い合せ先　ミツウロコでんき柔道整復師協同組合員様専用ダイヤル

フリーコール 0120-504-579　受付時間 9:00～19:00(日・祝日を除く)

ミツウロコグループ

一生涯のパートナー 第一生命 Dai-ichi Life Group

ぴったりが見つかる保険 ジャスト健診割

安心の先にある幸せへ。

笑顔、夢、希望があふれる毎日と未来のために、私たちは生命保険の枠を超えて、一人ひとりの「クオリティ オブ ライフ(QOL)」向上に貢献していきます。

第一生命保険株式会社

〒100-8411　東京都千代田区有楽町1-13-1

TEL 03-3216-1211(代)　受付時間　平日午前9時～午後5時

第一生命ホームページ　https://www.dai-ichi-life.co.jp/

保険のことならなんでもご相談ください

取扱保険会社40社以上

朝日生命　Manulife マニュライフ生命　ソニー生命　日本生命　MetLife メットライフ生命　メディケア生命　Rakuten楽天損保　東京海上日動

あなたに合ったプランを提案します！

は～とずっとほっと ほけんの110番!! hoken ひたち野うしく店

WEBからも予約できます！

☎029-878-2285

〒300-1207 茨城県牛久市ひたち野東4-26-1 JIMビルB号室

募集代理店(株)ほけんの110番 HH21-0020-0003広告有効期限2023年6月

セキスイハイム

セキスイハイムが家づくりをサポートします。

茨城柔道整復師会会員の皆様に

お得な3つの特典！

特典1 新築工事請負契約　建物本体価格の3%割引

特典2 リフォーム工事請負契約　50万円以上の請負に限り、請負価格の3%割引

特典3 左記以外のその他の契約　その都度協議の上特典を決定

お問合せ・資料請求・ご相談・展示場へのご来場予約は

0120-013-816 または 茨城セキスイハイム 検索

茨城セキスイハイム株式会社

〒310-0852 水戸市笠原町 600-62

おかげさまで49周年

塚本工業株式会社

ギフトセンターツカモト

茨城県稲敷郡阿見町荒川本郷２８８０－２

TEL　029－834－2560　FAX　029－834－2563

団体保険は接骨院経営者の基礎となる保険です！

柔道整復師
総合補償制度

総合保険コンサルタント・賛助会員

アームリンク株式会社

代表取締役　小林　和義

TEL 027-255-3233

URL https://armlink.org

ARM LINK

ドローンのことならなんでも承ります！

ドローン産業株式会社

茨城県土浦市大和町７－19

TEL　029－834－2560　FAX　029－834－2563

伊勢忠グループ
水戸プラザホテル　Tel.029-305-8111(代表)
〒310-0851 茨城県水戸市千波町2078-1　http://www.mito-plaza.jp/

お客さまアドバイザーは
フコク生命オリジナル ご当地キティとともに
夢と安心をあなたにお届けしていきます。

水戸支社オリジナル
ご当地キティ

HelloKitty
©2021 SANRIO CO., LTD.　APPROVAL No. L617186
「ハローキティ」は、フコク生命のイメージキャラクターです。

富国生命保険相互会社　水戸支社
〒310-0026 水戸市泉町 1-1-4 水戸フコク生命ビル 5F　☎029-221-2384

すてきな未来応援します
フコク生命

登広-020-0031（2021.6.25）

接骨院・整骨院専用のレセコンなら

三四郎くん

※ 一部ご希望に添えない場合があります。

株式会社 エス・エス・ビー

〒305-0853　茨城県つくば市榎戸748－2 沼尻産業ビル
TEL 029-839-0346 ／ FAX 029-838-0874
https://www.sanshiro-net.co.jp/