

日
整

はつらつ!



●目次

はつらつ！健康情報「食事・運動・日光浴で防ごう！」	1
文部科学大臣杯争奪 第21回日整全国少年柔道大会	5
第2回日整全国少年柔道形競技会	9
厚生労働大臣旗争奪 第36回日整全国柔道大会	10
平成24年度国際部報告会・生涯学習講習会・学術講習会	16
第39回日整親善ゴルフ千葉大会	20
(柔整サロン) 柔道の精神を啓発	24
■輝ける未来への取り組み〈北海道ブロック〉	28
私たち柔道整復師は全国各地で活躍しています	
●公開健康講座	31
北海道 第41回北海道学術大会札幌大会 長野県 一般開放講演会開催 栃木県 日本医学会会長 高久文磨先生が講演 大阪府 府民健康づくり講座開催「骨折・脱臼に対する整復法の考察」 広島県 平成24年度第1回定期学術講習会	
●防災	35
群馬県 「災害救護活動の記録」を発行 千葉県 第33回9都県市合同防災訓練千葉県主会場訓練 開催！ 神奈川県 大規模災害時の帰宅困難者対策 新潟県 平成24年度新潟県防災訓練参加報告 石川県 県総合防災訓練に参加 兵庫県 平成24年度加古川市防災訓練参加報告	
●少年柔道	40
東海ブロック 第9回柔整師杯東海少年柔道選手権大会 近畿ブロック 第3回近畿少年柔道大会	
●ボランティア・その他	42
石川県 草刈奉仕活動ボランティア／松本薰選手凱旋パレード 鹿児島県 ふるさと学園夏のお祭 しみ会開催 沖縄県 第2回県民健康フェア2012	
●日整柔道指導者講習会 総務部	44
本の紹介 「新しい 靴と足の医学」	46
■学術シリーズ（第13回） 腰痛の分類と椎間板ヘルニア	47
(私の夢) 「知識・技術・心の三要素」	49
投稿 国際少年柔道大会開催	50
■表紙解説	41
■平成24年度公益社団法人日本柔道整復師会主催学術大会一覧	50
■日整文芸	51
■編集後記	52

●Web Page 日整ホームページ <http://www.shadan-nissei.or.jp/>

トップページの最新情報、健康情報誌「日整はつらつ！」VOL. 8
または「日整はつらつバックナンバー」から入り当ナンバー広報誌を
クリックしてご覧ください。QRコードもご利用ください。



「はつらつ！」健康情報

骨粗鬆症における脆弱骨折について —骨粗鬆症のメカニズムと予防—

食事・運動・日光浴で防ごう！

講師 順天堂大学整形外科講師

福嶋整形外科病院院長・式場病院理事長

医学博士 福嶋 稔先生

この稿は、第41回北海道学術大会札幌大会において開催された特別講演の内容を要約したものです。

「骨粗鬆症という病気は老人病で、この病気にならないためにはどうしたら良いかというと、老人にならなければいいのです…それは無理なことなのですが…」とユーモアを交えたオープニングのトークで開演いたしました。

お話しする内容は、

1. <骨粗鬆症～脆弱骨折>
2. <老化とは>
3. <アンチエイジング～老化を遅らせる>

についてです。

1. 【骨粗鬆症～脆弱骨折】とは

体内のカルシウムが不足して骨に鬆が入り、もろく折れやすくなる病気です。脆弱骨折を起こす原因の一つは骨質の問題で、これを上げるにはどのようにしたら良いかということになります。

日本では骨粗鬆症の鬆という漢字の意味は上半分は髪のようにバラバラで、下半分も松葉のようにバラバラであるという意味であるのに対し、中国では骨質疎松症と表し、松は長寿の象徴として扱われることなどから、この病気は究極的な老人病といえるのです。

骨が弱くなることは命に直接関与しませんが、脆弱骨折を起こすことで寝たきりの状態になってしまうことが問題になります。骨は骨代謝、リモデリング（骨吸収と骨形成）が行われており、破骨細胞の働きで骨が吸収され、骨芽細胞が働き骨が形成されます。この際に女性ホルモ



▲講演する福嶋先生

ンであるエストロゲンが破骨細胞の働きを抑えるのですが、これが減少する年齢になると破骨細胞の働きが盛んになり骨芽細胞の働きが間に合わなくなると、日本で一番多い高回転型の骨粗鬆症を引き起こすことになります。

骨粗鬆症は、原発性骨粗鬆症と続発性骨粗鬆症があります。原発性骨粗鬆症には、

- ① 閉経後骨粗鬆症（高回転型骨粗鬆症）～女性ホルモンの欠乏によるもの
- ② 老人性骨粗鬆症（低回転型骨粗鬆症）～破骨細胞も骨芽細胞も均等に少なくなることによるもの
- ③ 特発性骨粗鬆症（妊娠後骨粗鬆症）

などがあり、最も重要なのは①になります。

2番目の続発性骨粗鬆症には、クッシング症候群などの内分泌疾患、ステロイド剤の投与、寝たきり、関節リウマチ、DM（糖尿病）、骨形成不全などがあります。

カルシウムは腸管から吸収されますが、その際に活性型のビタミンDが働いて吸収を良くし、血中のカルシウム濃度を上げ、その後、骨芽細胞の働きで骨形成がなされます。その後、破骨細胞により骨吸収が起こるというサイクルが行われています。

活性型ビタミンDがなければカルシウムを摂っても吸収ができないということになってしまします。さらに納豆などに多く含まれるビタミンKが骨質を高めるのに関与します。

関東と関西を比べると、関東では骨粗鬆症、骨折が少ないことが分かります。納豆を多く摂取するためではないかというデータもあります。

最近はテリパラチド製剤の注射などで骨質の改善を行うことも可能になっています。また、破骨細胞の働きを抑制するイプリフラボン、ビスホスホネートなどの薬も出ています。

■そのほかの原因

ほかの原因として、加齢、日光浴不足による活性化ビタミンDの不足、生活様式に由来するものとして、運動不足により骨への力学的負荷の不足による骨の弱体化、これは宇宙飛行士が無重力状態に置かれ帰還するとほぼ骨粗鬆症になっていることからも証明されます。

また喫煙、飲酒も好ましくなく、さらにカルシウム、ビタミンDなどや、ほかにたんぱく質の不足も関係します。

症状としては、はじめに歩き始めや体を動かす時の痛み、背中がだるい、腰や背中の痛みがなかなかとれないなどの症状が出現し、次第に背中が丸くなる、身長が縮むなどの症状もあらわれます。

背中と踵を壁につけて立ち、後頭部が壁につかなければ骨粗鬆症の可能性があります。レントゲン所見は椎体に扁平椎、くさび状椎、魚椎などの変形もみられるようになります。

骨密度の測定にはMD法、超音波法、pQCT法などがありますが、一番正確なのはDXA法となっています。

現在、骨折リスク評価ツールとしてFRAXという計算機があり、12項目の身体情報を入力すれば今後10年間に予想される脆弱骨折を起こすリスクを計算することもできます。

■骨質の劣化とは

骨折は、一時的に衝撃力が働いて起こるものですが、

- ① ストレス骨折、疲労性骨折は正常な骨に異常な力が繰り返し働き発生します。
- ② 脆弱性骨折は骨質が劣化した骨に正常な力が働き起きるものです。
- ③ 病的骨折は骨腫瘍に正常な力が加わって発生します。

では、骨質の劣化とはどのようなことかといふと、骨には石灰の無機質とコラーゲンなどの有機質があり、コラーゲンが劣化していくと骨も劣化していくことが最近分かってきました。

建物に例えると鉄筋はコラーゲンで、コンクリートが骨密度、骨塩量にあたります。

コラーゲンは老化、酸化ストレスの上昇で少なくなります。ビタミンKや活性型ビタミンDの摂取は骨芽細胞に働き骨質を強化することも分かっています。

脆弱骨折のリスクは、骨密度が高くても骨質が少ないと正常の1.5～2倍となり、鉄筋が弱いとリスクが増えます。さらに骨密度が低く骨質も少ないと7～8倍のリスクになります。

脆弱骨折が起きやすい部位は、

- ① 上腕骨外科頸
- ② 胸腰移行椎
- ③ 橋骨遠位端
- ④ 大腿骨頸部

で、特に内側骨折は骨折時に後骨幹端動脈の断裂で血流が途絶るために骨癒合が得にくく、手術の対象になります。

大腿骨頸部骨折は、年間15～20万人ぐらい発生し、椎体圧迫骨折も増加しています。これらは寝たきりの原因となり、心肺機能や運動機能の低下、廃用症候群の原因ともなります。

したがって骨粗鬆症は予防が重要で、1番目に食事の内容として、1日カルシウムを1200mg以上、良質のたんぱく質・ビタミンDの十分な摂取と、リンはカルシウムの吸収を阻害しますし、塩分はカルシウムを尿中に排出してしまいますので摂りすぎに注意が必要です。

日本人は平均してカルシウムの摂取が必要量の約70%しかできていないと言われており、また年齢によりカルシウムの吸収率が変化し、高齢になるほど低下し、60代では10%ほどになっ

てしまいます。現在はユニカルカルシウムという吸収されやすい製品も発売されています。

食品では、乳製品・大豆食品・小魚・野菜を毎日摂取し、さらにビタミンDも摂取することが必要になります。

さらに、運動を行うことで骨量の増加・筋力増強・反射神経の強化を行うことは、転倒予防、ひいては骨折の予防にも繋がります。日光浴はある種のコレステロールをビタミンDに変えてくれる働きがあるので、ぜひ行ってください。

転倒予防のポイントとしては、

- ① 室内の床の整備
- ② 階段には手すりと滑り止め
- ③ 廊下、階段には照明
- ④ 浴室には手すりと滑り止めのマットをそれぞれ設置する
- ⑤ 外出時は安定した靴とステッキを携行などが挙げられます。

2. 【老化】とは

人間の体の中に必要以上に活性酸素が発生し、体が酸化していくことで引き起こされる運動器の変化として、

- ① 骨のリモデリング
- ② 軟骨の変化
- ③ 筋力の低下
- ④ 動脈硬化
- ⑤ 神経伝導速度の低下と、運動・行動に変化が現れます。

老化現象はあらゆる生物に起こり、種によっ



て老化と寿命は決められており、必ず進行し体に有害であり、特徴として予備力、適応力の低下、身体・精神機能の低下をもたらします。100歳でも元気な人や、60代でも介護が必要な人がいるなど、老化の仕方や速度は個人差があります。

寿命を決める要素の60%くらいは生活環境に左右され、30%くらいは遺伝的要素もあります。長寿の方を調べると、血管・筋肉・骨・神経など各部がバランス良く老化していることが分かっています。これらの一部の老化が進むとそこから老化が加速したり、要介護状態に陥る傾向が強いのです。

若年者と中高年の身体能力の違いとして、呼吸・循環能力、柔軟性はそれほど違いませんが、筋力・敏捷性・平衡感覚は低下しますので、これらを考慮しながらウォーキングなどの運動を行うことが好ましいと思われます。毎日運動を行っている人とそうでない人では体力テストで約10歳くらいの体力の差があります。

3. 【アンチエイジング】とは

- ① 老化を遅らせること
- ② 健康寿命を延ばすこと
- ③ 高齢になっても積極的に社会に参加できる体を作ること
- ④ 若さを保ち活動的な生活を送ること

で、これらは国も事業として推進している項目です。

アンチエイジングは、体の中の活性酸素をどのように少なくするかであり、活性酸素を無毒化する遺伝子SOD（スーパーオキシドディスクレオキシダーゼ）とカタラーゼが多い人は有利で、老化防止ホルモンとしてインスリン（筋肉を支え血糖値を下げる）・アディポネクチン（動脈硬化予防）・DHEAS（脳の機能強化）などが働いています。

活性酸素とはミトコンドリアで酸素が消費されるときの燃えカスで、臓器の委縮、動脈硬化、癌化を促進させ、添加物の多い食品は活性酸素を

発生させ、抗酸化物質が体内に多いほど老化を防ぐことができます。

抗酸化力のある食品は野菜や果物に多く含まれています。これらを摂取しながら、生活の自立、日々の自己鍛錬、生涯現役の気力と体力も必要になってきます。

インスリンの働きを良くするには毎日の運動と、朝食に粘りのある食品を組み合わせると血糖値の上昇を抑えられ、インスリンの働きも良くなります。最近は夜に摂ると良いという説も出ています。

アディポネクチンは、動脈に働きかけ、心筋梗塞や脳卒中を防ぎ、筋肉や肝臓に働きかけ糖尿病予防に効果があります。肥満になると脂肪細胞が大型化し、アディポネクチンの分泌が悪くなります。

DHEASは若返りのホルモンで、前頭葉という人への思いやりや優しさ、嬉しい、悲しいなどの感情をつかさどる人間しか持っていない部位から放出されるのですが、ここを鍛えるためには規則正しい生活を送ることが必要で、ここから放出されたホルモンは神経細胞を増やす働きがあり、20代でピークを迎ますが、その後もカロリー制限を行うと増えることもあります。

最近AGEsという物質が活性酸素の產生を亢進させ、酸化ストレスを産生させることができます。生体内で生じるものと、食物に含まれ急速に加熱され生成されたもの（焦げたパンなど）があり、AGEsを少なくすると血糖値が下がることも分かってきました。

老化を遅くするにはどのようにしたら良いか（サクセスフルエージング）？

それにはまずバランスの良い食事と毎日の運動、それに気力を持続することです。

食事では活性酸素を除去するフィトケミカル（植物科学物質）であるポリフェノール（赤ワイン・ブドウに多く含有）、カテキン（緑茶に多く含有）、 β グルカゴン（きのこに多く含有）、 β カロテン（緑黄色野菜に多く含有）を摂取することが重要です。

納豆などの粘りのある食物の効果としては、血糖値を急上昇させず、ナットウキナーゼは血栓の予防に、イソフラボン（大豆に多く含有）は更年期障害の予防、骨の老化の予防、活性酸素の除去などに有効です。



ほかにも抗酸化食品としてブロッコリー（フィトケミカル）・唐辛子（カプサイシン）・生姜（ジンゲロール）・カレー（クルクミン）・黒ゴマ（セサミン）・鮭（アスタキチンサン）・鶏肉（カルノシン）・唾液（ペルオキシダーゼ）などもあります。

フィトケミカルを摂取しているだけでよいわけではなく、運動も必要になります。1日に換算すると300Kcalで、運動としてウォーキング90分（1万歩）、ジョギング40分、サイクリング80分が目安になります。

加齢による筋断面積の低下は40～50代で急速に進み、特に伸筋群が著明で基礎代謝の30%を占める筋肉量が落ちることは重要な意味を持ちます。

高齢者の基礎代謝を増やすのは筋力を上げることにも繋がり、特に大腿四頭筋の筋トレは、

- ① 転倒予防
- ② 基礎代謝の向上
- ③ 膝痛予防

の観点からも大切です。

最終的にはプラス指向で物事を前向きに考え、自分の体は自分で守る気力を持って、日常的に運動をしながら環境の変化やストレスに負けない体力を作ることが大切です。

整形外科医と柔道整復師は仲良くコラボレートし、患者のために治療して行くこと、運動器学会などにも参加して、運動セラピストの資格も取得するなどのスキルアップも推奨します。

整形外科の医師と、柔道整復師が一緒に仕事を遂行していくというのが私の切なる願いでありますと結ばれた。

柔道整復師をご理解いただいている先生ならではの、心強い言葉で講演を終了しました。

文部科学大臣杯争奪

第21回 日整全国少年柔道大会

後援 文部科学省・東京都・(公財)講道館・(公財)全日本柔道連盟・(公財)東京都柔道連盟・産経新聞社

茨城県が念願の初優勝！

平成24年10月8日(体育の日)に全国47都道府県から予選を勝ち抜いた強豪48チーム(東京はA・B2チーム)が集結し、講道館大道場において第21回文部科学大臣杯争奪日整全国少年柔道大会が盛大に開催され、茨城県が念願の初優勝を飾った。

開会式の席上で萩原正大会会長は「本日出場される選手の皆様は、今年の夏行われたondonオリンピックの選手に負けないよう、正々堂々と日頃鍛錬された技と精神力を遺憾なく発揮し、この講道館大道場ですばらしい試合を披露していただきたい。そして、多くの仲間と友好の輪を広げ、思い出ある大会にし、これから日本を背負う、誇りと自信ある大人に成長されることを期待しています」と挨拶した。

昨年から始まった日整全国少年柔道「形」競技会が同時に開催され、各地区(柔道ブロック)から予選を経て1チーム、計15チームが出場して、技、礼法などを競い合った。

■開会式

〈自由民主党 石破幹事長が祝辞〉

思いやり 礼儀を忘れず！

〈産経新聞社 関根業務企画室長が激励〉

日本の伝統を大切に！

爽やかな秋晴れに恵まれ、全国から選ばれた選手たちは、緊張と不安の中、闘志を胸に秘め講道館入りした。開会式では、会場から大きな拍手に迎えられ、胸を張り堂々の入場行進が行われた。

岡本和久大会委員長の開会宣言、引き続き萩原正日整会長挨拶の後、来賓として出席された自由民主党の石破茂幹事長は、祝辞の中で「練習した成果を最大限に発揮してもらいたい。勝つことも大事だが、もし負けた場合、何で負けたかよく考えて、次の試合にはもっと強くなつてもらいたい。そして強ければよいのではなく、強い人は相手に対する思いやりを持つことのできる人です。今日の大会に感謝して、自分の持っている力を最大限に発揮していただきたい」と述べられた。



続いて挨拶に立った産経新聞社企画業務室の関根秀行室長は「全国からこの講道館に集った選手の皆様、おめでとうございます。日本の伝統を大切にしたい考えから応援させていただいております。日ごろの成果を充分に発揮できるように心に残る1日にしていただきたい」と激



励の言葉が贈られた。

時間の都合上、ご祝辞をいただけなかった来賓紹介の後、著名人や関係団体などからの祝電が披露された。

前年度優勝の神奈川県チームから優勝杯・大韓杯・産経新聞社杯・モンゴル杯返還、また前年度準優勝の茨城県チームから準優勝杯の返還があった。

その後、佐藤正審判長から試合上の注意があり、前年度優勝の神奈川県代表の賀持喜道選手による力強い選手宣誓が行われた。



茨城県、昨年の雪辱をはたす

第21回大会は、昨年準優勝の茨城県が昨年のリベンジを果たし、見事初優勝を飾った。昨年3位の三重県は、順々決勝で準優勝の神奈川に敗れ、同じく昨年3位の東京Aは2回戦で敗退した。

■試合経過

〈第1試合場〉

京都府が勝ち上がり、敢闘賞に青森県、フェアプレー賞に千葉県が選ばれた。

〈第2試合場〉

茨城県が勝ち上がり、敢闘賞に奈良県、フェアプレー賞に長崎県が選ばれた。

〈第3試合場〉

大阪府が勝ち上がり、敢闘賞に秋田県、フェアプレー賞に香川県が選ばれた。



優勝 茨城県

2 1

0 4

1 2

3 1

0 2

1 3

0 3

1 4

2 1

(代) 2 2

0 2

1 0

0 4

3 0

3 1

0 4

0 4

2 0

4 0

2 0

5 6

8 9

5 0

1 0

7

10

14

19

冲

大

13

20

京

青

15

21

愛

新

16

22

千

滋

17

23

山

宮

18

24

大

奈

19

福

新

鳥

20

長

岐

静

21

木

井

岡

22

島

城

野

23

阜

〈第4試合場〉

神奈川県が勝ち上がり、敢闘賞に三重県、フェアプレー賞に高知県が選ばれた。

〈準決勝〉

準決勝は、第1・第3試合場で行われた。

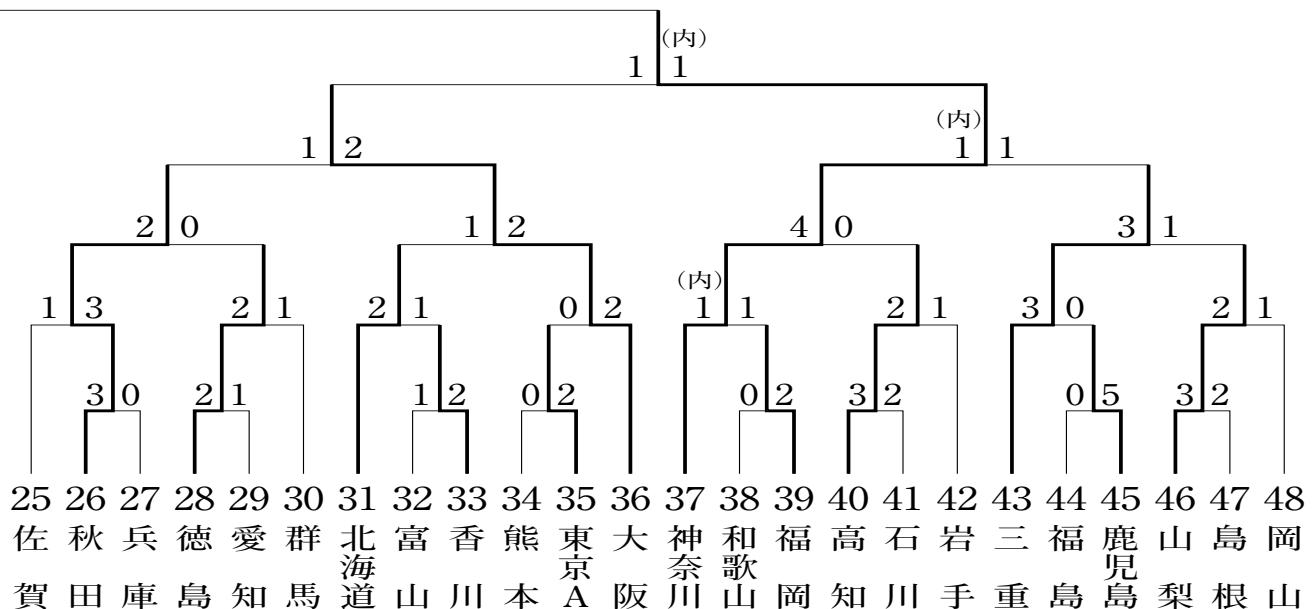
第1試合場では、茨城県が4-0で京都府を破り決勝に進んだ。

第3試合場では、神奈川県が1-1の内容勝ちで大阪府を破り決勝に進んだ。



▲声援をおくる応援席

▲声援をおくる齊藤仁全柔連強化委員長



優勝した茨城県には、村井宗明文部科学大臣政務官から文部科学大臣表彰と杯が贈られ、萩原会長からは日整会長表彰が贈られた。工藤副会长から大韓民国柔道連盟杯、松岡副会长からはモンゴル国友好杯が授与された。また、産経新聞社企画業務室の関根室長から産経新聞社表彰と杯が授与された。

▶優勝
(茨城県)



▶準優勝
(神奈川県)



▶3位
(京都府)



▶3位
(大阪府)



■日整全国少年柔道大会の結果

優 勝 茨城県

準 優 勝 神奈川県

第 3 位 京都府・大阪府

敢 闘 賞 青森県・奈良県・秋田県・三重県

フェアプレー賞 千葉県・長崎県・香川県・高知県

優秀選手賞 酒井 陸(茨城県)

村尾三四郎(茨城県)

賀持 喜道(神奈川県)

松本 隼作(京都府)

上釜増之助(大阪府)



▲優秀選手賞

■優勝チームインタビュー

茨城県 池内 博彦監督 (談)

コーチと子供らが一生懸命頑張ってくれた。去年の選手が3人いたので、選手を信じて最高の結果となった。準々決勝で奈良県を破って波に乗り切れた。

茨城県 村尾三四郎君 (談)

去年が決勝で負けて2位だったので、今年は優勝できて嬉しいです。練習もきつくて大変でしたが、全国大会のために練習して、優勝できて非常に嬉しいです。

※

第2回 日整全国少年柔道形競技会

栄えある優勝は東海東部代表愛知県

昨年と同様、開会式終了後、直ちに6階にある国際部道場に移動して、各地区（柔道ブロック）15チームが出場し、第2回日整全国少年柔道形競技会が開催された。

競技種目として、投の形（手技・腰技・足技のみ）計9本、演技は各組1回とし、取・受を

一体と見て評価し、「形」の技、および「礼法」、「全体の流れ」を採点した。

上位4組（1位～4位）は、7階大道場で少年柔道大会決勝戦の前、4会場で「投の形」演武を披露した。各組甲乙つけ難い名演武に会場から惜しまない拍手が送られた。

■形競技結果



▲**優勝**東海東部ブロック



▲**準優勝**四国ブロック



▲**第3位**東海西部ブロック



▲**第4位**中国ブロック



〈優 勝〉 東海東部ブロック

- (取) 斎藤龍之介（愛知県）6年
(受) 萩田裕次郎（愛知県）4年

〈準優勝〉 四国ブロック

- (取) 横田 隼都（香川県）6年
(受) 井上 広樹（香川県）6年

〈第3位〉 東海西部ブロック

- (取) 堤 晴香（三重県）6年
(受) 浦上 茜（三重県）5年

〈第4位〉 中国ブロック

- (取) 柏原 仁（岡山県）6年
(受) 水島 龍海（岡山県）6年

■優勝イタビュー

〈東海東部ブロック〉森 正仁 監督（談）

今回優勝させていただきましたが、地区大会、県大会とついぶん子供たちには無理を強いてきましたけれど、泣き言を言わず、黙ってついて来てくれた。今日の優勝が嬉しかったし、これを糧にして形を広めて行きたい。

〈東海東部ブロック〉斎藤龍之介（愛知県）6年（談）

萩田裕次郎（愛知県）4年（談）

地区大会から9ヶ月間、非常に大変だったけれど、今日優勝できて、その9ヶ月間は無駄ではなかった。優勝できて嬉しかったです。



※柔道の「形」とは、講道館柔道の創始者である嘉納治五郎先生が考案。いわゆる「競技柔道（試合）」が文章でいう作文なら、「形」は文法に当たるとされる。技を仕掛ける「取」と技をうける「受」の2人で行う。

第36回 日整全国柔道大会

後援 厚生労働省・東京都・(公財)講道館・(公財)全日本柔道連盟・(公財)東京都柔道連盟・産経新聞社

北信越西部 2年ぶり 4度目の優勝

日整全国少年柔道大会に引き続き、午後から第36回厚生労働大臣旗争奪日整全国柔道大会は、全国15ブロック（東京A・Bチーム）16チームが全国制覇は我がチームにと闘志を燃やし集結して、盛大に開催された。今年の大会は稀にみる1回戦からの接戦続きの連続で、辛くも勝ちあがった北信越西部ブロックチームが2年ぶり4度目の優勝を飾った。

■開会式

開会式では国歌斉唱、日整会歌斉唱の後、岡本和久大会委員長の開会宣言が行われた。

挨拶に立った萩原正大会会長は「今年は東北ブロックの参加をいただき、柔道ブロック16チームの選手が揃いました。東北ブロックの皆様、1年間、誠にご苦労様でした。日整が大きな組織として団結力のある大変意義のある大会、国民から期待される柔道整復師として、すばらしい試合を展開していただきたい」と述べた。

来賓として自由民主党衆議院議員の平沢勝栄氏、公益社団法人全国柔道整復学校協会会長の坂本歩氏、学校法人花田学園東京有明医療大学理事長の櫻井康司氏からご祝辞をいただいた。時間の都合上、ご祝辞をいただけなかった来賓紹介の後、優勝旗・優勝杯の返還が行われた。



▲優勝を果たした北信越西部チーム

引き続き特別功労賞と功労賞の表彰が行われ、その後、出場証授与・日整柔道形講習会功労賞・会長特別表彰が行われた。続いて選手代表として東京Bブロック奥川賢一選手が選手宣誓を行った。「形」の演武の後、直ちに4試合場に分れ、白熱とした試合が繰り広げられた。

■特別功労者表彰



〈選手として通算15回出場〉
別所 道記（東京都）

〈選手として通算10回出場〉



黒氏 憲（愛知県）
鈴木 孝年（愛媛県）

■功労者表彰

〈選手・形演武・監督・審判として通算5回出場〉

高木 啓光（群馬県）細谷 吉隆（千葉県）
小川 高巧（神奈川県）大村 昌弘（東京都）
岡本 栄治（東京都）古谷 富治（新潟県）
車 耕作（神奈川県）小林 修（長野県）
河合 優（富山県）西岡 正訓（三重県）
細野 勝己（岐阜県）小田 剛（大阪府）
茂木 春喜（高知県）伊福 義雄（宮崎県）



■出場証授与

〈出場選手を代表として〉

小林 修（北信越東部ブロック）

■形の演武

「投の形」（写真1）

（取）六段 室田 次朗（神奈川県）
（受）六段 徳留 義見（神奈川県）

（写真2）

（取）参段 三村 真輝（岡山県）
（受）五段 藤原 靖真（岡山県）



写真1



写真2

「柔の形」（写真3）

（取）五段 青木 保宏（愛知県）
（受）六段 榎木 好根（愛知県）

「古式の形」（写真4）

（取）五段 春日井和幸（愛知県）
（受）六段 中村 太（愛知県）



写真3



写真4



〈巴投〉

■日整柔道形講習会功労賞

〈通算5回受講〉

藤川 進（群馬県）加藤 学（神奈川県）
一ツ柳 明（茨城県）相羽 秀昭（愛知県）
榎本 好根（愛知県）櫻井 太郎（群馬県）



■会長特別表彰

第3回世界柔道

「形」選手権大会

「柔の形」優勝

大森 千草
(長野県)



■試合経過

〈第1試合場〉

1回戦をともに勝ち上がった東海東部と近畿の戦いの結果、2-2の代表戦が行われ、東海東部が勝ち準決勝に進んだ。

〈第2試合場〉

1回戦をともに勝ち上がった東京Bと中関東の戦いの結果、1-1の代表戦が行われ、東京Bが勝ち準決勝に進んだ。



〈第3試合場〉

1回戦をともに勝ち上がった東北と東京Aの戦いとなり、2-0で東京Aが勝ち、準決勝に進んだ。

〈第4試合場〉

1回戦をともに勝ち上がった南関東と北信越西部の戦いの結果、2-1で北信越西部が勝ち、準決勝に進んだ。

〈準決勝〉

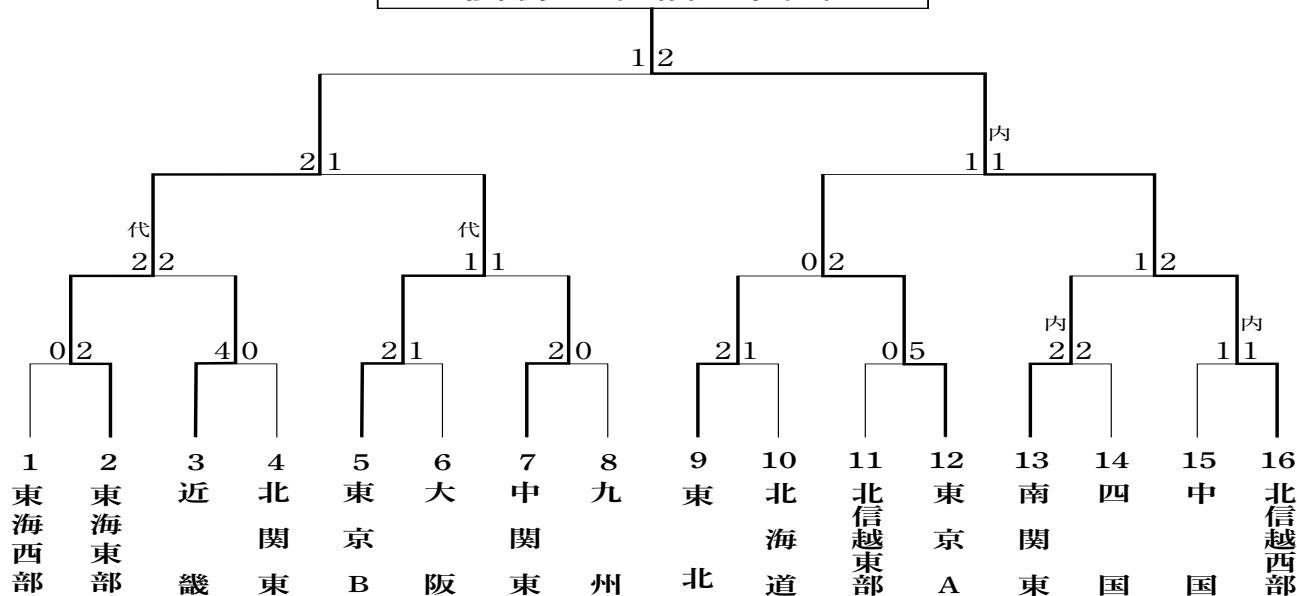
準決勝は第1・第3試合場で行われた。

第1試合場では、東海東部が東京Bに2-1の接戦で勝ち、決勝に進んだ。

第3試合場では、北信越西部が東京Aに1-1の内容勝ちで決勝に進んだ。



優勝 北信越西部



〈決 勝〉

決勝戦は第1試合場で行われ、接戦を辛くも勝ち上がった両者の戦いとなった。参加者から熱い視線を浴びる中、白熱した戦いの結果、北信越西部が2-1の接戦で東海東部を破り優勝を飾った。惜しくも1回戦で実力が発揮できず敗退したチームは、来年の健闘を期待したい。



▼優勝（北信越西部）



▼準優勝（東海東部）



■日整全国柔道大会の結果

優 勝	北信越西部ブロック
準 優 勝	東海東部ブロック
第 3 位	東京 A ブロック 東京 B ブロック

優秀選手賞

小倉 弘行	(北信越西部)
田中 寿人	(北信越西部)
吉田 卓実	(東海東部)
下地 秀和	(東京 A)
牧瀬 洋人	(東京 B)



▲優秀選手賞

■優勝インタビュー

北信越西部 監督 佐々木西盛 六段（談）

一昨年は優勝しましたが、去年は決勝で代表戦になり、惜しくも敗れ準優勝だったので、今年こそはと、選手たちは全試合気迫あるすばらしい試合を見せてくれました。選手には感動をありがとうございましたの一言です。

北信越西部 大将 八本木通秋 六段（談）

この大会には、50代で1回でいいから出たいと思っていました。選手の編成、私自身の体調不良により難しい面もありましたが、今回出場することができ、優勝という栄誉もいただきました。一緒に戦った頼もしい後輩たちに感謝申し上げます。ありがとうございました。

▼3位（東京ブロック A・B）





第36回日整全国柔道大会出場選手紹介



▲北海道ブロック



▲東京ブロックA



▲東北ブロック



▲東京ブロックB



▲北関東ブロック



▲北信越東部ブロック



▲中関東ブロック



▲北信越西部ブロック



▲南関東ブロック



▲東海東部ブロック

第36回日整全国柔道大会出場選手紹介



▲東海西部ブロック



▲中国ブロック



▲近畿ブロック



▲四国ブロック



▲大阪ブロック



▲九州ブロック



平成24年度国際部報告会・生涯学習講習会・学術講習会

学術部 岩本芳照

日整生涯学習講習会は今年で第20回目を迎えるが、日整会館2階大会議場において昨年と同様に国際部報告会・学術講習会を加えて行われた。

公益性のある一般公開講座として都民・市民にも約50名に参加していただき、約170名の参加者には大変好評の講習会となった。

【タイムスケジュール】

- 12:30 開会式
- 12:40 国際部報告会
- 13:30 生涯学習講習会
「特別講演」
「生涯学習活動報告」
「全国ボランティア活動報告」
- 15:30 学術講習会
- 16:30 閉会



【国際部報告会】

萩原隆国際部長挨拶とJICAより毛利花絵様のご来賓挨拶があり、金井英樹国際部員のパワーポイント説明で進められた。

〈国際交流の目的〉

- ・柔道整復術を世界に広める。(開発途上国も経済効率、安全性の高い医療を求めている)
- ・柔道整復術の有効性を再確認する。
- ・国際的認知向上による国内へのフィードバック。
- ・柔道整復師自身が再び「柔道整復」を考える契機となる。

〈モンゴル国国際交流の経緯〉

- 1回目：朝青龍財団の招聘で2005年3月、東京都柔道接骨師会より3人の派遣。
- 2回目：2005年6月、モンゴル国立健康科学大学内で学会発表。医学部スポーツ医学専攻の学生と教授、オリンピック委員会関係者らに対し特別講義。
- 3回目：2005年7月、モンゴルナショナルオリ



▲活動報告をする金井国際部員

- ピック協会と国立健康科学大学の依頼でナーダム祭の傷害調査と応急救護。
- 4回目：2005年11月、ナショナルオリンピック協会と厚生省の招聘で日本柔道整復師会から7名で政府関係者、行政関係に表敬訪問。
- 5回目：2006年1月、国際協定締結を目的にモンゴル国オリンピック協会、体育協会、モンゴル国立健康科学大学と調印締結。
- 6回目：2006年6月、日本柔道整復師会にプロジェクトが移行し、地方医師の卒後研修。

〈モンゴル国〉

モンゴル国を一般参加者にも分かりやすくスライド・動画で説明。モンゴルの大地、ウラン



▲モンゴル相撲

バートル市内、モンゴルの食事、旧正月、ナーダム祭（チンギスハンの革命記念日）、モンゴル相撲、けがの処置など。

モンゴル国の医療状況では、受傷して骨折の場合はほとんどが手術され、拒否すれば、患部は放置され、機能障害を残す。頻度の多い外傷は、鎖骨骨折、上腕骨外科頸骨折、コレス骨折、大腿骨骨幹部骨折、肩関節脱臼、また老人女性の骨折中60%は大腿骨頸部骨折であり、いずれも柔道整復師が得意とする外傷である。

〈モンゴルにおける日本伝統治療「柔道整復術」指導者育成・普及プロジェクトの取り組み〉

・平成18年～平成20年

「日本伝統治療（柔道整復術）普及事業」として外務省の「日本 NGO 連携無償資金協力」を実施。

・平成21年10月～平成23年3月

「日本伝統治療（柔道整復術）普及プロジェクト」として JICA の「草の根技術協力（支援型）」で実施。

9月1日、草の根技術協力（パートナー型）を契約。

上位目標（Overall Goal）モンゴル国各地の医療機関で、継続的に柔道整復術を用いた外傷治療が一般的となる。

〈プロジェクト目標（Project Purpose）〉

モンゴル国内における柔道整復術の指導・普及がモンゴル人のみにより可能な状態になる。

〈活動の実際〉

大学での講義、基礎講習会、授業風景、筆記試験、実技試験、指導者講習会、市民公開講座、外

傷病院での臨床実習などがスライド紹介された。

また、モンゴル国営放送の動画や、指導者候補生の熱心な日本研修なども紹介された。

〈国際交流を通して実感した柔道整復術の有効性〉

- ・高度の器械、高価な材料を必要としない
 - ・どのような環境下でも対応できる
 - ・人に優しいシンプルな医療である
 - ・自己完結型の治療形態
 - ・柔道整復師にしかできないことがある
- として柔道整復術のモンゴル国など開発途上国での有効性について一般参加者にも分かる説明があった。

【生涯学習講習会】

◎「特別講演」

演題：「100歳まで歩ける！クノンボールエクササイズ」



講師：公益社団法人日本柔道整復師会
公益社団法人愛知県柔道整復師会
久野信彦先生

協力：キヨーリン製薬
ホールディングス株式会社

100歳まで歩こう Day = クノンボールで実現する（理想的な自立=100歳人生）

東日本大震災を目の当たりにし、あらためて《自分で歩く》ことの大切さを再認識した。いざというときは、自分を自分で守らなければならない（自分の脚で歩く）。



▲クノンボールを使って実践

※高齢者（故・成田きんさん）の筋トレは、手で荷重（1.5ヶ月）から500g、800g、1.5kgと増量して行った。

・高齢者の筋トレは避けられていた高齢者であっても、鍛えれば鍛えるほど筋繊維は増えてくる。

※筋トレの基本（長く続けるには）

- ① 楽しんとする
- ② 難しい事はしない
- ③ 無理をしない
- ④ 目標を持つ（旅行、孫、筋肉）
(2人以上で行うー飽きない)

※高齢者への対応（介護側から）

安心させるのが重要

・自分の親だと思ってする（心が入る）
・本当に良くしてやろうという意気込み（相手に伝わる）

認知症予防：自力歩行は脳を活性化して、認知症を改善する。

●足は第二の心臓：筋肉ポンプ（太もも）老廃物を心臓へ=心臓ポンプ酸素を抹消へ

・理想的な自立歩行

若い人には出来るだけ世話にならない ⇒ 生産性のある働き手を一人失うから自分ることは自分でやれるような身体を維持 ⇒ 筋肉強化トレーニング（きんさんも107才まで自力歩行を回復され、寝込むことなく最後まで理想的な自立を獲得されました。）

・顔を洗う時、舌を見るのを習慣にする

舌は胃腸の調子のバロメーター

朝、コップ一杯の水を飲むと、その日の体調がわかります。

・まずい ……体調悪い

・美味しい ……体調良い

〈実践〉

・尿漏れ防止運動

足を逆八の字にして、膝よりちょっと下側にボールをはさみ、立つ。

ボールをはさんでキュッと締める（お尻が硬くなっているのを確認）

「そこを鍛えている」という意識があると、筋肉は余計につきます。

10秒緊張 ゆるめる ……1日に10回1ヶ月ほどで効果が出ます。

・ぜひ、実感、体感をしてください。

○「生涯学習活動報告」

平成23年度生涯学習単位・ボランティア活動単位取得状況の報告：岩本芳照

○「全国ボランティア活動報告」

担当：公益社団法人大阪府柔道整復師会

演題：「平成23年度の大坂府におけるボランティア活動について」

演者：公益社団法人大阪府柔道整復師会
副会長 川口靖夫会員

1. 府民対象の健康づくり事業

(1) 府民を対象とした健康づくり講座の開催事業

ア. 「府民健康づくり講座」の開催
イ. 地域住民対象の講座の開催

(2) 健康づくり指導者の養成事業

2. 少年柔道大会、成人柔道大会の実施

(1) 少年柔道大会の実施

ア. 「少年少女柔道大会」
イ. 「大阪柔整少年少女柔道大会・大阪大会」
ウ. 「大阪柔整少年柔道大会」

(2) 一般柔道大会の実施

ア. 「日整全国柔道大会大阪予選会」
イ. 「大阪柔整柔道団体優勝大会」

3. 大阪府内で実施されるスポーツイベントなどへの救護員等派遣の支援

・府内の市区町村や公的団体・NPO等が開催するスポーツ大会などへの救護員等の派遣

・大阪マラソン2011（平成23年10月30日）

4. 府民向けの広報誌の発行「大阪府柔道整復師会ニュース CURES（キュアーズ）」

5. 東日本大震災における各種支援活動の実施



【学術講習会】

富山大学寄附講座報告

演題：「接骨院・整骨院での痛みの治療」
～痛みを少なくし、元気に生活する～
講師：独立行政富山大学大学院教授
西条寿夫 先生

(内容)

本会寄附講座で研究中の痛みと柔道整復後療法についての説明があった。

高齢者有訴者数では腰痛・手足の関節痛が多く、筋骨格系の痛みが増大している。

高齢者における疼痛治療の意義は、疼痛で寝たきりとなり ADL が低下するのを防ぐことである。

慢性腰痛があると脳委縮が起こるが、疼痛により側頭葉の海馬体が委縮して記憶低下が起こっている。

誰しも加齢により脳委縮、脳機能低下はすでにあるが、疼痛により高次脳機能低下が起こる。

痛覚受容器には高閾値機械受容器とポリモーダル受容器があり、腰痛はポリモーダル受容器が係わる。

腰痛の病態は、トリガーポイント (TP) 押して硬く痛い部分が原因と言われている。アセチルコリンの増大で筋硬結が形成され、発痛物質のブラジキニンが出てポリモーダル受容器を刺激する。米国の調査でもトリガーポイントの有病率が高いことが分かった。

治療の現状として、急性・亜急性腰痛症の85～90%は非特異性（原因不明）である。そして早期離床がよいとされている。

腰痛診療ガイドライン案における腰痛の診断手順によると、悪性腫瘍、脊椎感染症、圧迫骨



▲講演する西条先生

折、椎間板ヘルニアの危険信号があれば画像診断、ない場合は4～6週の保存的治療を行うのがよいとされている。

保存療法であっても消炎鎮痛薬には作用・副作用があり、高齢者には副作用の発現率が高い。手術では寝たきりになる場合がある。その点、柔道整復後療法は適用である。

〈研究デザイン〉

介入方法、評価を調査。

〈実験手順〉

施術前（初診）—1週間後—治療終了1か月後を調査した。

主観的腰痛においてトリガーポイント圧迫が好成績であった。疼痛閾値や ROM 变化量でやはり良好な結果であった。

結論として、慢性痛だけでなく、急性・亜急性にも TP 圧迫は効果がある。

また、頸部痛に対して TP 圧迫刺激の効果を調査したら、痛みの悪化に関係している前頭葉の活動や交感神経活動が低下し、効果があった。

なお、温熱・電気刺激も前頭前野の活動を下げる効果があった。

ラット実験でも痛覚閾値の変化があり、手技療法の効果が証明され、温罨法も効果があったが、冷罨法は無効果だった。

※

栃木県が3年ぶり3回目の優勝

今年も続く復興支援チャリティーゴルフ

第39回日整親善ゴルフ千葉大会が、9月17日(月・祝)、社団法人千葉県接骨師会の主管により、千葉県の紫カントリークラブあやめコースにおいて全国から212名のゴルフ愛好家が参加し盛大に開催された。

台風16号の影響で、九州地方は大雨となり、九州からの参加選手は自宅の心配と帰りの交通状況を気にしながらのプレーとなった。関東地方はさほど影響なく、途中、小雨が数分間降った程度ですぐに上がり、無事にプレーすることができた。

ここ紫カントリークラブあやめコースは、松林でセパレートされ、落ち着いた雰囲気を醸し出すEASTコースと、池絡みのホールが爽快感と開放感を与えてくれるWESTコースの36ホールのコースで、スコア入力機能が付いたナビゲーションシステム乗用カートが完備されていた。

都道府県の団体戦は栃木県が岐阜県の連覇をはばみ3年ぶりに3回目の優勝を飾った。親睦を深める有意義な大会であった。

■チャリティー募金

今年の大会も「全ショートホールでグリーンにワンオンできなかった場合は、500円以上のチャリティー募金をする」という規定でスタートした。

当日、全ショートホールでのチャリティー募金は14万7,334円が集り、東日本大震災支援金として日本赤十字社千葉県支部に寄付した。





—親睦を深めた前夜祭—

恒例の前夜祭は、ゴルフ場の近辺にあるクリアビューホテルにおいて開催された。

主管県千葉県の木村総務部長と山岡副部長の司会進行で、工藤鉄男日整副会長の開会の辞で始まり、挨拶に立った萩原正日整会長は「明日のゴルフ大会のご成功と、今後日整の歩む道についてしっかり希望を持った意見交換ができる前夜祭になるよう祈念いたします」と述べた。

続いて来賓として、千葉県国保審査会の土屋恵一千葉県立佐原病院名誉院長の祝辞があった。



◀ 萩原会長



◀ 工藤副会長



◀ 岡本総務部長



その後、日整ゴルフ愛好会会長で主管県の岡本和久千葉県会長の歓迎の挨拶があり、松岡保日整副会長の乾杯で開宴した。

ころ合いを見計らって各都道府県チーム選手団が登壇して、代表から明日の大会への意気込みが力強く宣言された。

その後、カラオケ大会が始まり、自慢の美声を披露し、中でも、プロ顔負けのデュエット曲をしっとりと歌い上げた東京都のペアーエーに大きな拍手喝采がおくられた。

親睦を深め、明日の検討を誓い合った前夜



祭は、田中徹二千葉県接骨師会副会長の閉会の言葉で締められた。



■表彰式

表彰式は、紫カントリークラブパーティルームにおいて行われた。挨拶に立った工藤鉄男日整副会長は「皆様大変お疲れ様でした。千葉県の役員、会員の皆様方、本当にありがとうございました。日整会長に成り代わりまして、心から感謝と敬意を申し上げます」と述べた。

続いて来賓紹介の後、主管県千葉県の岡本和久会長からお礼の挨拶があり、その後、田中一哉国保中央会顧問の乾杯で、表彰パーティが開会された。集計が終わるまで、しばしゴルフ談義に花が咲き、和気藹々の会場となった。

結果発表の前に、昨年の団体優勝チーム橋本佳幸岐阜県会長から、優勝杯返還が行われた。



▲工藤日整副会長挨拶



▲主管県・岡本千葉県会長挨拶

■成績結果

都道府県団体戦は、上位4名のトータルネット成績で競われ、岐阜県の3連覇を阻止した栃木県が3年ぶり3回目の優勝に輝いた。

個人戦では、参加者全員で競われ、ネットの部で、栃木県の小椋国吉会員がネット69.2の成績で優勝し、Apple ノートパソコンが贈られた。

その他各部門の成績は次ページの別表のとおりとなつたが、司会者より順次各賞が発表されると会場は大いに盛り上がった。

最後に来年の開催県に決まった栃木県の若林共榮会長から、「来年は、第34回で開催したサンヒルズカントリークラブで行います」と発表された。



▲田中国保中央会顧問の音頭によりパーティ開会



▲来年度開催県・栃木県の若林会長



【団体戦】

順位		都道府県	ネット
優勝	勝	栃木県	284.4
準優勝	勝	埼玉県	287.6
第3位	位	千葉県	289.2

【個人戦】ネットの部 年長年少区別せず、招待者・業者も含む

順位	氏名	都道府県	OUT	IN	GROSS	HDCP	NET
優勝	小椋国吉	栃木	41	39	80	10.8	69.2
準優勝	山崎一人	富山	40	38	78	8.4	69.6
第3位	枝光幹夫	福岡	42	35	77	7.2	69.8

【グロスの部】シニアの部 70歳以上

順位	氏名	都道府県	OUT	IN	GROSS	HDCP	NET
優勝	阿久津征一	東京	40	37	77	0.0	77.0
準優勝	深作勇	千葉	41	39	80	0.0	80.0
第3位	松島信夫	神奈川	43	42	85	0.0	85.0

【グロスの部】年長の部

順位	氏名	都道府県	OUT	IN	GROSS	HDCP	NET
優勝	井出啓男	長野	36	37	73	0.0	73.0
準優勝	五明顕二	埼玉	39	37	76	0.0	76.0
第3位	米倉寿一	千葉	41	36	77	0.0	77.0

【グロスの部】年少の部

順位	氏名	都道府県	OUT	IN	GROSS	HDCP	NET
優勝	後藤健太郎	大阪	38	35	73	0.0	73.0
準優勝	湯本光晴	茨城	40	35	75	0.0	75.0
第3位	高田博美	茨城	37	38	75	0.0	75.0



▲岐阜県の3連覇を阻止した優勝の栃木県チームメンバー

〈優勝インタビュー〉

〈個人優勝〉栃木県 小椋国吉会員

晴天に恵まれ、参加7回目で優勝できて大変嬉しく思います。しかも同組の富山の山崎先生とワン、ツーでした。この大会では初めてではないでしょうか。

来年は地元栃木の開催なので2連覇を目指して練習したいと思います。



※詳細な成績結果、スライド写真、ダイジェスト動画は
日整ホームページ（会員ページ）で配信しています。
ぜひご覧ください。

柔道の精神を啓発

社団法人北海道柔道連盟会長 高梨 幸輔 氏に聞く

聞き手 (公社) 北海道柔道整復師会 萩原正和会長
司 会 (公社) 北海道柔道整復師会 錦川正八広報部長

今回、(社) 北海道柔道連盟会長であります高梨幸輔先生に、北海道柔道連盟と柔道整復師とのかかわり、ロシア・サハリンとの交流、中学校での柔道科目的授業導入について、先のロンドンオリンピックにて柔道を観戦されたお話、最後にこれから柔道整復師に対してひと言お話をいただきました。

司会錦川（以下、錦川） ロンドンオリンピックからお帰りになり大変お疲れの中、またご多忙のおり、今回のインタビューに快諾していただき心よりお礼申し上げます。本日はよろしくお願ひいたします。

では、最初に萩原会長よりひと言、ご挨拶をお願いいたします。

萩原会長 本日はご多忙の中、ありがとうございます。今回は日整広報誌『はつらつ!』に掲載される『柔整サロン』というコーナーに高梨先生をご紹介させていただきます。

先生の今までの生き様、心意気など柔道を通しての人生を詳しくお聞きしたいと思っております。

また、先生におかれましては、我々と同じ柔道整復師の資格を取得されており、業界には日頃よりご理解をいただいております。全国各地でも警察の方々のご協力もあり、業界の繁栄、また子供たちの「健全育成」において柔道の交流も深く歴史の中に刻まれていることに功績を称えると同時に個人的にも先生を尊敬している一人です。

本日はよろしくお願ひいたします。

高梨会長 こちらこそ、よろしくお願ひいたします。

■柔道を始めた動機と後進の指導

錦川 はじめに柔道を始めた動機について教えていただけますか。

高梨会長 中学・高校時代はバスケットボールと鉄棒を少々経験しておりました。昭和26年10月、北海道警察官を拝命し、警察官の必須科目である柔道を選択したのが柔道との最初の出会いです。

錦川 後進のご指導や組織運営などに関してご苦労されたことについてお話しただけますか。

高梨会長 後進の指導については、柔道の現役時代に警察学校で柔道の助教として警察官に柔道逮捕術の指導にあたっていました。

また、北海道の各方面本部、特に北見・函館に指導的立場で配置換えを命ぜられ、多くの警察官に柔道を指導し、苦労とともに懐かしい思い出がたくさんあります。



組織運営については、今でも毎日苦労の連続です……。

「組織は人なり」という言葉がありますが、今は新法人化に向け毎日頑張っているのが現状です。現在は北海道の柔道人口も落ち着き、レベル的にも全国では中ほどかと思っておりますので、各層の指導者の力を借りし、競技力向上に努めていきたいと思っています。

錦川 北海道柔道連盟と柔道整復師とのかかわりについてお話しいただけますか。

高梨会長 柔道連盟は柔道整復師会の皆様方に口では言い尽くせないご支援とご協力をいただいていることに、この場をお借りして心からお礼を申し上げます。

もともと柔道の大先生、大先輩は柔道整復師会の大御所の方ばかりで、切っても切れない繋がりがあったことに間違いはなかったと思います。これからも、柔道の大会また諸行事を通していろいろとお世話になりますので、よろしくお願ひいたします。

萩原会長 高梨先生は柔道整復師の資格をお持ちになり、それも含めてご理解をいただいていると思っています。

【プロフィール】

高梨 幸輔

〈経歴〉

- 昭和6年（1931年）8月30日 札幌市生まれ
- 昭和25年3月 北海道立釧路湖陵高校卒業
- 昭和26年10月 北海道警察奉職
- 平成3年3月 北海道警察警務部参事で退職
- 平成3年4月 学校法人北海道櫻井産業学園就職
- 平成10年3月 同上退職

〈現在〉

- 平成12年4月 公益財団法人全日本柔道連盟理事
- 平成19年4月 公益財団法人講道館評議員
- 平成19年4月 社団法人北海道柔道連盟会長
講道館柔道八段
北海道警察名誉師範
道都大学名誉師範
北海道柔道整復専門学校師範

〈表彰〉

- 平成15年1月 日本武道協議会功労賞受賞
- 平成23年7月 日本体育協会、日本オリンピック委員会創立100周年記念
功労者表彰受賞

■ロシア・サハリンとの交流について

錦川 ロシア・サハリンとの交流についてお話しいただけますか。

高梨会長 このことは、北海道柔道連盟の前副会長・理事長の故二瓶英雄九段が生前いつも、国際交流事業と青少年育成のあり方について力説されておりました。

そのご遺志を受け継ぎ、平成10年よりロシア国サハリン州と北海道柔道連盟ならびに北海道柔道整復師会の共同事業として、指導者および選手の受け入れと派遣交流を推進し、今年で14回目を迎えたところです。

これからも協定のもとで、北海道柔道整復師会と北海道柔道連盟ともども協力し合い、交流を深めていきたいと思っています。

萩原会長 私のほうから少し補足説明としてお話しさせていただきます。

ロシア・サハリン州とのスポーツ柔道を通じた国際交流の緒は、サハリン州柔道・サンボ連盟（当時：サハリン州サンボ・柔道クラブ協会）から日本講道館へ交流依頼があった

ことがきっかけでした。

それを受け1997年、社団法人北海道柔道連盟の二瓶英雄元理事長（故人）ら関係者3名がサハリン州を訪れ、サハリン州柔道・サンボ連盟のカルダッシュ・アレクサンドル会長と話し合いを持ちます。当時、講道館はすでに世界各国と国際交流を持ち、サハリン州という限定された地域と特別な関係を築くのは難しいと判断を下していました。

帰国後、二瓶氏はカルダッシュ氏の熱意を北海道柔道整復師会前会長の沢田守氏（現名誉会長）に相談しました。

北海道柔道整復師会はこれに賛同し協力することで、翌年（1998年）の9月に、サハリン州政府スポーツ委員会、サハリン州柔道・サンボ連盟と北海道柔道連盟の三者による「子供たちのための柔道スポーツ交流協定」が結ばれました。このとき、北海道柔道整復師会は、共催団体として国際交流を支えることになりました。

■中学校の柔道科目の授業導入について

錦川 中学校での柔道科目の授業導入についてお話しいただけますか。

高梨会長 本年から、文部科学省が中学校に武道必修ということで柔道が導入されるわけですが、柔道は安全であるべきはずのものが、



▲熱心に語る高梨会長

重大事故につながり死亡するというケースがニュースとして取り上げられています。

これを指導者の方々の努力により安全であることの証しとし、今、青少年に欠けている柔道を通しての心のケアが図れればよいと思っています。

萩原会長 中学校柔道の外部指導者についてですが、先日、私のほうも教育局のほうへ訪問し、我々の業界も柔道連盟の傘下で協力したいと正式に申し込み、60名の地域別に分かれた名簿を持っていきました。中学校の柔道の授業で指導者の依頼がありましたら、今後ご指導をお願いいたします。

錦川 授業の中身はどのようになるとお考えですか。

高梨会長 年に10時間くらいで何を教えるのか？ということになりますが、そのうちの半分は柔道の常識などを説明して、残りの半分は実技になると思われます。

その中で今、マスコミなどがとりあげている柔道をしたら「怪我をする！死ぬんだ！」という大袈裟な声も聞かれますが、授業ではそんなことはあり得ませんと、伝えています。

少ない時間でもありますし、受け身も低い姿勢から行いますので安全だと思います。

だ3年間で柔道をどれだけ教えられるか？柔道の実技も大事ですが、心の指導が必要だと思います。

萩原会長 そうですね。柔道の精神を正しく教えていかないと。我々柔道整復師も冠に柔道がついているので、柔道の精神である「相手を敬う、大事にする、礼儀作法」など会員には常日ごろから伝えています。

■先生の理念・信条・座右の銘

錦川 先生の理念・信条・座右の銘などございましたら教えていただけますか。

高梨会長 特にありませんが、私は常に感謝の気持を忘れずに日々正しい柔道の普及発展のため努力していきたいと思っています。

錦川 ご趣味などはございますか。

高梨会長 体を動かすことが好きなので、最近は月に1回ほど時間をつくってゴルフをしています。この年まで元気でいられるのは、柔道による基礎体力のお陰だと思っています。

錦川 ロンドンオリンピック柔道についてひと言お願ひします。

高梨会長 結果が結果なだけに……。いろいろと反省するところが大きいと思いますが、選手は皆頑張ったと思います。それ以上に柔道が国際化し、柔道としての本質が失われ、勝つ柔道に流れているという感じを受けました。掴ませてくれなければ、技のかけようがありませんからね。

また、ジュリーと呼ばれる主審と副審以外の審判委員によるビデオ判定では、後味の悪い結果を多く残しました。今後の課題となるでしょう。

錦川 最後に柔道整復師にひと言いただけますか。

高梨会長 柔道整復師の先生方には学生のころから大変お世話になっております。そのときの正しい治療や指導により現在も健康でいらっしゃることができますのでとても感謝しています。

また、今の子供たちは受け身の練習時間が少なく、そのため怪我も多いので先生方のところでお世話になっている子供たちもたくさんいると思いますが、今後ともよろしくお願



▲高梨会長



▲萩原北整会長

いいたします。

また、高齢化により老人の方々も多く来院されると思います。これからも手技療法である柔道整復術をさらに研鑽され、医療としての業績を後世に残して欲しいと思います。

錦川 本日は長時間にわたり、貴重なお話をありがとうございました。

先生のますますのご活躍をご祈念申し上げます。

※

【取材スタッフ】

撮影・編集：小山真司北整広報副部長

倉橋孝北整広報部員

※取材は平成24年8月31日(金)

(公社)北海道柔道整復師会会长室にて
行われました。

輝ける未来への取り組み

（公社）北海道柔道整復師会

戦後一貫して増加傾向が続いておりました総人口は、少子化の影響などにより減りはじめ、5人に1人が65歳以上である本格的な超高齢社会に2005年に突入しております。

2000年度から高齢者福祉の要として導入されました介護保険制度は、10年が経過し、介護サービス利用者が急激に増加する中で、予防重視型システムへの転換、地域を中心とした新たなサービス体系として地域密着型サービスの導入など、制度の持続可能性を求めるための改正が余儀なくされています。

この先、2025年には団塊世代の影響で医療・介護を必要とする割合が高い75歳以上の人口が倍増し高齢化がピークを迎えると想定されており、「地域包括ケアシステム」の実現が鍵を握ると言われています。

地域包括ケアシステムとは、高齢者が住み慣れた地域で自立とQOLを求めて生活していくために、心身状態にふさわしい医療や介護を通じたサービスが整っている環境のことであり、身近な近所付き合いから公的なサービスまで「互助・共助・公助」により自助努力を支援することにより成り立ちます。

もちろん私ども柔道整復師も整骨院・接骨院を通して「共助」の医療保険サービスとしてかかり、地域の社会資源として位置付けられておりますが、これからは地域医療のみならず地域から求められ担うべき役割が大きくなると思われます。

このたび、本会は、柔道整復師が整骨院・接骨院を活用して地域にかかわることにより、地域包括ケアシステムで担うべき役割をあらためて検証するべく「柔整リハビリテーション研究事業」（以下、柔整リハ）を実施いたしましたのでご紹介させていただきます。

なお、「柔整リハビリテーション」は、柔道整復師が行う生活リハビリテーションと捉え称した造語であり、整骨院・接骨院などで行う通

常の業務と区別するために用いました。

1. 柔整リハを実施するに至った背景

私ども柔道整復師は、養成課程において医療系専門職として必要とされる医学的知識を中心に広く保健・医療・福祉にかかるカリキュラムを履修しております。

整骨院・接骨院に限らず、病院・クリニックなどのリハビリテーションスタッフや介護施設などの機能訓練指導員として就業していることや、介護保険の要であるケアマネジャーや医療保険においては理学療法士らと同じリハビリテーション料が算定できる（※1）基礎資格として認められていることからも、広くリハビリテーションに従事する能力と知識が担保されていると言えます。

※1. 運動療法機能訓練技能講習会

施設基準	勤務要件	算定
脳血管リハビリテーション		
(II)	PTが2名以上勤務	(III) の100点
(III)	PTが1名以上勤務	100点（所定点数）
運動器リハビリテーション		
(I)	PTが1名以上勤務	所定点数の80点
(II)	当分の間理学療法士とみなされます。（人的要件）	(III) の80点
(III)	PT1名以上勤務	所定の80点
通所リハビリテーション		
(1～2時間未満)	平成24年度の介護保険改定	PTと同じ100／100

現在の医療制度では、疾病の状態および病期などにより、急性期・回復期・維持期（慢性期）に区分され、医療機関から福祉施設、在宅へと生活環境が変わります。

リハビリテーションの目的も急性期および回復期においては医学的管理下において行われますが、維持期（慢性期）になると社会生活の適応が主眼になり、特に高齢者では介護予防の視点が重要になってまいります。

ICF（国際生活機能分類）においてリハビリ

テーションは、「身体機能・身体構造」の不自由さを、生活上の「活動」によって補い、社会生活に「参加」することであると解されます。

これにより、病気・外傷や健康状態などへの医学的リハビリテーション中心から、社会的リハビリテーションへと理念が大きくシフトしたことがうかがえます。

また、リハビリテーションには「生きること」の全体像を総合的に把握して、心理的・社会的側面から一体的にアプローチすることも求められ、周囲の有効な社会資源を積極的に活用した援助体制の構築が必要不可欠であると言えます。

これらにより、柔道整復師とリハビリテーションは密接に関係していると言えます。また、整骨院・接骨院を活用することによる地域の優良な社会資源としての「地域包括ケアシステム」への好影響も期待できます。

よって、さらなる地域の高齢者の福祉の増進に寄与できることを改めて証明することを趣旨といたしました。

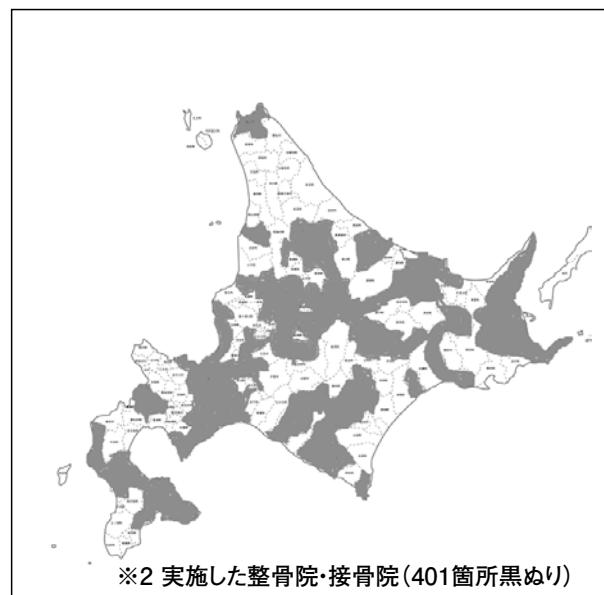
2. 柔整リハの実際

対象者を65歳以上とすることにより一次予防対象者以上としました。実施場所は、(公社)北海道柔道整復師会会員で、介護予防・機能訓練指導員認定柔道整復師の開設している道内80市区町村、401箇所の整骨院・接骨院にご協力をいただき、研究期間を8週間と限定して行いました。

柔整リハビリテーションは、主観的評価に厚生労働省介護予防マニュアル運動器機能向上マ

【柔整リハビリテーション概要】

1. 対象
介護保険第1号被保険者及び対象者とするのが相当と思われる者
2. 実施場所
(公社)日本柔道整復師会認定機能訓練指導員として登録している者及び(公社)北海道柔道整復師会会长が認めた者が開設する整骨院・接骨院(※2)
3. 研究事業実施期間
平成24年1月23日～3月19日までの8週間
4. 主観的評価
①JKOM
(日本版変形性膝関節症患者機能評価表)
②JLEQ
(疾患特定・患者立脚型慢性腰痛症患者機能評価尺度)
③転倒不安感尺度
5. 客観的評価
①障害高齢者の日常生活自立度
②認知症高齢者の日常生活自立度
6. 椅子立ち座り訓練(CS-30応用訓練)
7. 介護予防の相談及び指導



ニュアルより JKOM・JLEQ・転倒不安感尺度の3種を用い、客観的評価には介護保険の要介護認定調査や主治医の意見書でも用いられている障害高齢者の日常生活自立度と認知症高齢者の日常生活自立度を用いました。

また、機能訓練指導は、膝・腰を主観的評価の対象としたことを考慮して、すでに多くの事例が報告されているCS-30を応用した椅子立ち座り訓練を中心に行いました。

3. 柔整リハの集計および考察

明治44年生まれの100歳の女性を筆頭に、総数2,076名を検証しました。

年齢別では昭和11年生まれの75歳が最も多く、75歳以上の後期高齢者は1,223名で約6割を占めました。

性別では、男性693名(33%)女性1,383名(67%)と男女比では1:2を示しました。

要介護認定を受けている方は、318名(15.3%)であり、要介護認定未申請者を含め7割強を非該当者が占め、対象者を65歳以上としていることから、非該当者は必然的に1次予防対象者であり、日常生活自立度判定により障害高齢者603名(29.0%)・認知症高齢者250名(12.0%)が自立以外であることからの、2次予防対象者も含まれていると思われます。

また要介護認定者は3次予防対象になることから、本研究事業は1次・2次・3次と広く予防対象者がかかわったことが認められました。

また、予防事業の良好な結果を導くためには不可欠な継続率が85%を認めましたことは、柔

道整復師のコミュニケーション能力の高さを裏付けられたものと思います。

4. 柔整リハの成果

このたびの柔整リハビリテーション研究事業は、道内255箇所の地域包括支援センターにご案内を差し上げました。

また、朝日新聞社をはじめ、道内一の購読者数を誇る北海道新聞社、さらには道内の行政機関、福祉施設など8,500部発行の北海道医療新聞社の介護新聞に記事（※3）として取り上げていただきましたおかげで、一般市民および関係機関から多くの反響がありました。

また、この研究事業の結果は、公益社団法人全国病院理学療法協会第61回日本理学療法学会におきまして、『維持期（慢性期）のリハビリテーションと介護予防対応機関としての可能性』として特別発表をさせていただき、地域包括ケアシステムでの私ども柔道整復師の役割を広くリハビリテーション従事者へアピールできたものと思います。

8週間の短い期間でありながら2,076名の実

※3 各社新聞記事

北海道柔道
整復師会

高齢者の膝、腰点検
来月19日まで運動法など無料で

腰やひざの痛み
無料で対策助言
柔道整復師会、19日まで

朝日新聞
H24.2.22

地域包括ケアへ役割発信

道柔道整復師会が柔整リハ研究事業
機能訓練の有効性検証

介護新聞
H24.2.23



▲学会参加者

績を得られたことは、私どもに地域包括ケアシステムで担うべき役割があることを認識いたしました。

「おおむね30分以内」の中学校区を基本とする日常生活圏域には、私ども多くの会員の整骨院・接

骨院が開設されてい



▲大森勲会員

ることからも、地域住民の身近な医療・介護の社会資源として有効に機能することが期待でき、地域福祉の有益性を示す結果を認めることができました。

このたびの、柔整リハビリテーション研究事業が柔道整復師の新たな認識を高める良い機会になることを願います。

(広報員 錦川正八)

私たち柔道整復師は 全国各地で活躍しています。

健康づくり(公開健康講座)、スポーツボランティア
防災・救護・介護など

公開健康講座

北海道

(公社)日本柔道整復師会 第41回北海道学術大会札幌大会

標記大会が札幌コンベンションセンターでご来賓、会員、研修員、学生など700名以上にのぼる参加を得て開催された。

松村基弘実行副委員長の司会で、はじめに小池良二大会副会長から開会の挨拶があり、続いて萩原正和大会会長は「福嶋稔先生の特別講演の内容は、高齢化社会を迎える我々がかわる機会が多い高齢者の疾患にかかる貴重な講演である」と述べられ、さらに「全道の会員・業者・学生の発表を聴講し知識を得ることは柔道整復術をもって社会に貢献するという崇高な理念を達成するため重要である」と述べ、挨拶とされた。

続いて萩原正日整会長は講演の内容に触れられ、さらに現在日整では柔道整復師術を世界へ



発信している点についても説明され、また多くの課題解決のため会員へ協力を依頼され、挨拶とされた。

その後、来賓の紹介がなされ、加藤隆大会副会長の閉会の挨拶で開会式が閉会し、その後、特別講演が行われた。 (広報員 錦川正八)

(特別講演の内容は、1ページの「はつらつ」健康情報に掲載)

長野県

一般開放講演会

9月9日(日)、長野県柔道整復師会館において、生涯学習委員会主催による一般開放講演会が開催されました。本年度は、長野市大岡診療所長の内場廉先生をお迎えして『生活習慣病の予防と併発する疾患について』と題して分かりやすくお話ししていただきました。

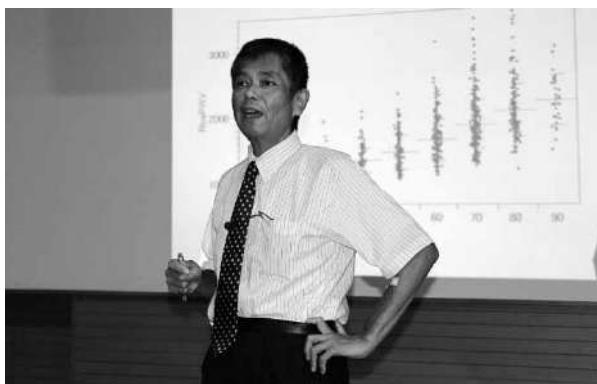
内場先生は、自ら糖尿病を患い、40kgの減量に成功し糖尿病を克服した実体験にもとづいて、迫力あるご講演をいただきました。

内容は以下のとおりです。

《講演要旨》

「寝たきりを半分に減らす」 寝たきりにならないための3つの生活習慣

血圧、血糖、コレステロールが少しだけ高い状態が続いていると病気といわれていなくても、すごい速度で動脈硬化が進みます。動脈硬化が引き起こす脳梗塞などの脳血管疾患は、日本人の寝たきりの原因の約半数を占めています。



▲講演する内場先生

本人や家族が地獄、餓鬼、修羅の苦しみを味わう「寝たきり」にならないように以下のポイントで、大切な血管を動脈硬化から守りましょう。

【自分の状態を知る—血圧・体重を測る】

最も大切なことは健康への関心を持ち、自分自身の状態を客観的に知ることです。朝起きたら排尿の後に血圧と体重を測ります。朝の上の血圧は高齢者135、若年者・中年者125。日中は高齢者140、若年者・中年者130を超えていたら、あなたは立派な高血圧。保健師さんや専門医に相談しましょう。

同様に体重も重要な健康のバロメーターです。朝起きたら体重を測りましょう。

【野菜から食べる】

満腹感はまず五感で感じることから始まります。そして食べた物が吸収されて脳に届くことによって満足感を感じます。通常、食事開始から20~30分かかります。

そのうえ吸収の早い食品は急速なインスリンの分泌を臍臓に要求します。積もり積もると臍臓が脆弱な私たち日本人の臍臓に負担をかけます。

食事の始めに10分間野菜を食べると野菜に含まれる食物繊維が消化管の壁に繊維の壁を作り吸収の速度を緩やかにしてくれます。また、野菜の繊維が余計な糖分、脂肪分や塩分を吸収してくれます。

動脈硬化は、食後の血糖と脂肪の血中濃度が高いときに進みます。血糖や血中脂質濃度の上昇を抑えることは動脈硬化の進行を抑えます。

【内容を変える—動物性から植物性へ】

同じカロリーでも燃えやすい栄養と貯めやす

い栄養がありそだとうだと考えています。また同じカロリーでも植物性食品は動物性食品に比べてたくさんの量を食べることができます。たくさん食べたい人なら、なおさら植物性食品がお勧めです。また植物性食品は吸収の速度が緩やかなものが多いです。

【寝たきりを半分に減らす3つのポイント】

- ① 毎朝、血圧を測る
- ② 毎朝、体重を測る
- ③ 食事の始めに10分間、野菜を食べる

(広報員 松坂佳雄)

栃木県

日本医学会会長 高久文麿先生が講演

本会では昭和54年より、学術講演会を開催していますが、平成19年から市民講座として一般の方に自由に受講していただいております。

通算で70回目となる区切りでご講演くださったのは日本医学会会長の高久文麿先生です。

高久先生は国立国際医療センターの初代総長をお務めの後、栃木県下野市にある自治医科大学の学長を16年にわたり務められ、この春、後進にその席をお譲りになられましたが、81歳になられた今日でも矍鑠とした身のこなしと柔軟な笑顔で、会う人の心をひきつけます。

当会の総務部長である倉井洋治会員が開業する接骨院で、頸部の治療をお受けになった縁で、私たち柔道整復師の可能性と実力を認めてください、今回の講演会をお引き受けくださいました。

『活き活き長生き健康のススメ～長寿社会へのアドバイス』

一般の方に向けての講座ということで、テーマは『活き活き長生き健康のススメ～長寿社会へのアドバイス』と題して、成人病に対するさまざまな観点からのアドバイスを、豊富な資料を提示しながらお話し下さいました。

◇

「ありふれた健康を保つためにはどうすればいいのか」という話では、なぜ生活習慣病という名称を用いるようになったかという話から始



▲須田俊樹先生（左）と高久文麿先生

まり、寿命の要因は遺伝35%、環境65%と考えられ、環境が重要である。日本人の死亡原因は癌がトップではあるが、潜在する病気をみると高血圧症が1000万人、糖尿病が500万人と非常に多く見られるとのこと。

健康寿命に大きな影響を与える疾病の予防のために、肥満の予防や改善が必要で、食事と運動で体重のコントロールを行うことが勧められるとのお話であった。

■赤ワインを適度に摂取

非常に興味深かったのは「地中海食の効用・特徴」のお話で、野菜・果物の摂取が多く、オリーブオイルに含まれる不飽和脂肪酸の摂取、魚介類の摂取が多く、乳製品や肉類は少なめで、ポリフェノールの豊富な赤ワインを〈適度〉に摂取するという食生活は、生活習慣病の予防につながり、心血管障害やアルツハイマーの進展を遅らせる。母親のそういった食生活は、生まれてくる子供の喘息やアレルギーを抑制するというデータも提示された。

そのほか、運動・喫煙・睡眠などを多様なデータにより解説してください、「健康を妨げるリスクを排除し、健康的な生活習慣の組み合わせが健康寿命を延ばす」という結論で講演を結ばれた。

ご自身が81歳ということですが、年齢を感じさせない〈健康長寿〉の見本のような方ですので、語る言葉にも重みと真実味が十分に感じられました。

また聞きたくなる、またお会いしたくなる。そんな講演会を主催できたことを誇りに思います。

引き続き行われた第2部の講演には、須田俊樹先生をお招きし『解剖からアプローチする肩疾患（病態の理解を中心に）』と題して、実に

実践的なご講演をいただきました。

須田先生は自治医科大学出身、当会の付設診療所所長でもあり、自治医科大学の在学中に柔道部に在籍、当会との縁が強く柔道整復師への理解が深い方です。

肩関節という、私たちが常に向き合う部位を解剖学からアプローチし、病態と損傷の解剖学的理解を突き合わせ、しっかりとした治療を行うことの重要性を再認識させられました。

当日は県民の皆さんもとより、関東各都県の会長をはじめ役員・会員の皆様もお見えになり、貴重な講演を受講されました。

栃木県では今後も県民の皆様に“真に”役立つ企画、会員の皆様の血肉となる企画を続けてまいります。

（広報員 塚原 剛）

大阪府

府民健康づくり講座開催 『骨折・脱臼に対する整復法の考察』

～柔道整復学構築にあたり、 教科書と比較検討して～

9月1日（土）午後4時、本会が主催する公益事業で年4回開催される、柔道整復師・学生・一般府民が参加した本年度第1回「府民健康づくり講座」が、大阪柔整会館で開催された。

開講に先立ち安田剛会長が挨拶。「大阪府柔道整復師会では府民の健康、福祉また柔道整復を通じてあらゆる面から府民の皆様をどのようにサポートするかを追求し続ける歴史のある組織であります。本日の講座が皆様にとって実りある講座となりますよう、どうぞご拝聴願います」と府民に対する取り組みを述べた。

続いて司会より講師の大坂府柔道整復師会専



門学院の河井好照教務部長が紹介され、さっそく講座に入った。

あらかじめ、「柔道整復学を構築していくために柔道整復師自身が考えた整復法を実証していかなければならない。難しい整復操作をより簡単に行える、そのための提言として聴いていただきたい」と本講座の趣旨を付言した。

〈肩関節脱臼の整復法〉

- ① 患側上腕部を一方の手で把握する
- ② 他方の手、拇指内側縁を脇下に、他の4指を前胸部に接触
- ③ 骨頭を包み込むようにし、骨頭を絞り込むように把握して押圧し、骨頭を外方に移動させる。

そのほか肘関節脱臼、指の脱臼などの整復法を学び、受講者を4つのグループに分け、整復法の実習を行い、河井部長がそれぞれのグループを指導していった。

これから柔道整復学を構築していくにあたり、「難しい整復操作よりも安全で簡単な整復操作があるならどんどん取り入れ、いつの日かこの整復法に理論の肉付けをしていきたい」と述べ、柔道整復師に症例報告の協力を仰いだ。

末梢牽引と押圧操作の整復法で筋電図に変化が表れるかという事柄にも触れ、「僕が考へている理論を将来、学生たちの研究に役立ててもらいたい。臨床と研究が両立してこそ、この業界は発展していくだろうと考えています。そういう人材を育成していきたい」と強く抱負を語った。

学の構築と同時に資質の向上について「ドクターの方々は3000例に及ぶ症例報告を出してこの整復法は有益であるとする中で、数少ない症例報告であっても柔道整復師しかもっていない



▲河井部長による整復法の実習

方法論をドクターの方々に提案し、実際に使っていただいて学会に発表してもらったなら、柔道整復師の資質も自ずと上がってくる。そこを鑑みて僕らがどんな整復法をしていかなければならないか、よく理解してやっていただきたい」と柔道整復師の整復法の方向性と社会的資質向上にも言及した。

一般参加で看護師の女性は「話に引き込まれた。老人のリハビリ時に脱臼の可能性もあるので、対処の仕方を勉強しようと思ってきたが、たいへんためになった」と感想を述べた。

(ブロック広報部長 山田 豊)

広島県

平成24年度 第1回定期学術講習会

平成24年9月16日(日)広島県民文化センター福山にて「平成24年度第1回定期学術講習会」が開催されました。

特別講演はNPO法人スポーツクラブNICE理事長の岡本真氏が『協創～患者さんとのコミュニケーションスキルアップ』と題して行われました。

岡本先生はサッカー一筋の人生を送ってこられたスポーツマンです。

まずコミュニケーションのキーワードは笑顔!!

「ICE BRAK!!」の大切さを解かれました。

初対面の患者さんの氷のように固まった状態



▲講師 岡本 真氏

を「ICE BRAK!!」と呼び、その「ICE BRAK!!」を解くことがまず一番大切と。

その「ICE BRAK!!」の条件と大切な話を述べられました。

大切なのは第一印象!!

最初のイメージは変わりにくい。だから、初対面の患者さんとのコミュニケーションの取り方、大切な話を切々と語られました。

次に大切なものは挨拶!日本式のコミュニケーションは国際社会の中では通用しない。

実技として問答ゲームを折り込み、コミュニケーションの実践をされました。

技術の研鑽はもちろんのことですが、患者さんとの「接し方」「話し方」ひとつで患者さんのイメージが変わる。変われば、施術にも役立てるという講演でした。明日からの施術所内でもすぐに実践できる貴重な講演でした。

会員研究発表は2題で、1題目は『ACL・PCL再建術前患者に対する柔道整復的アプローチの一例』と題して広島支部の滑紀彦会員が右膝の不安定性・内側部痛を訴えて来院された右膝の前・後十字靱帯断裂、内側半月板損傷がある患者さんに対して、手術までの期間内、側部痛緩和と筋力強化を目的に施術した1例を発表されました。



▲発表者

2題目は『見逃しやすい下駄骨折—X-P画像と超音波画像の比較観察—』と題して広島支部の松谷行晃会員が第5中足骨基部骨折のX-P画像と超音波画像の比較観察を発表されました。

42日目と70日目のX-P画像の比較が、大変興味深く、闘争的な質疑応答がありました。

引き続き、整復実技講習として『頸関節脱臼に一整復法』を尾三支部の山本里美会員が実技をされました。

これまでの頸関節整復法よりも簡単で大変興味深い整復法でした。会場のあちこちから、次、頸関節脱臼の患者さんが来院されたら実践してみよう!という声がたくさん聞こえきました。

どの講演も大変貴重かつ興味深いもので、明日からの実践にも役立つ定期学術講習会となりました。

(広報員 宮迫太一)

防災

群馬県

『災害救護活動の記録』を発行

「被災地における柔道整復師の活動を漏れなく記録し、今後の指針としたい」——災害救護活動の記録を編集するにあたり、まず第一に考えたことです。

被災された方々の生活、また被災地へ出動された会員の活動を風化させないために、ひとつの形として残す必要があります。そのため、救護活動に従事した会員全員にリポートを書いていただきました。また現地では忙しい合間に縫って、写真の撮影もしていただきました。震災の状況をつぶさに伝えることのできるものです。

誌面の都合上、泣く泣くカットするものも多



数ありましたが、編集中にこうした写真やリポート記事に目を通すうちに、現地での会員の気

持ちを伝えたいという思いがいっそう強くなりました。

現場で「あなたがいてくれてよかった」、「帰らずにもっといてほしい」とのひと言を被災者からいただき、仕事をしていく上での「不安」が「やりがい」に変わった様子が手に取るようになります。柔道整復師の必要性を確信した言葉にもなります。

今後も被災地において柔道整復師の参加が増え、災害地において活躍することで市民の皆様が安心して体を任せることができたらと考えます。

また、このような活躍ができたのも日本赤十字社群馬県支部救護班の皆様が抵抗なく柔道整復師を受け入れてくれたおかげです。周りの方々からの理解とサポートによって、充実した救護活動を行うことができたのではないかと願います。

この『災害救護活動の記録』を読んでいただき、多くの柔道整復師がセミナーに積極的に参加し訓練を積み上げ、医療の標準化を学んでほしいと願います。

『災害救護活動の記録』編集スタッフから 「お礼の言葉」

日頃から大変お世話になっている関係官庁、団体、病院などに記録誌を献呈しましたところ、多くのお礼の言葉を頂戴いたしました。

(広報員 永井 純)

千葉県

第33回9都県市合同防災訓練 千葉県主会場訓練

■訓練想定

「平成24年9月1日(土)12時00分ころ、東京湾北部を震源とするマグニチュード7.3の地震が発生し、市川市では、震度6強を記録した」という想定で当日、江戸川河川敷緑地において千葉県主会場訓練が行われた。

今回千葉県会場となる市川市では4つの訓練(主会場訓練・避難所訓練・帰宅困難者対策訓練・多数遺体取り扱い訓練)のほか、会場に行かなくても今いる場所で防災訓練に参加できる「シェイクアウト訓練」も呼びかけている。

■シェイクアウト訓練

これは「さまざまな場所にいる人が、同時に一齊に身の安全を取ることによって、日ごろの防災について考えてもらおう」という自主参加型一齊防災訓練で、2008年にアメリカで生まれた。

災害が発生したと想定して、「DROP! (姿勢を低く!)」「COVER! (体・頭を守って!)」「HOLD ON! (揺れが収まるまでじっとして!)」の3つの行動を取ることによって、日ごろの防災に対する意識を高めてもらおうとするものである。

市川市のシェイクアウト訓練は、9月1日正午から1分間の予定で行われる。

■リアルかつ大規模に

今回、本会が参加した主会場訓練では、ライフライン関係機関訓練のほか、警察、消防、自衛隊は、航空機や車輌により被災情報の収集を行うとともに、高層の建物からヘリコプターやはしご車を使用して被災者の救出、一般住宅からは災害救助犬などと協力し、被災者の捜索、救出・救護活動を実施した。

また海上保安庁、海上自衛隊、警察、消防などは、船舶や航空機で河川に転落した被災者の捜索、救出活動を行った。

■応急救護訓練

市川市、日赤、医師会、DMATおよび、我々を含めた県内外の災害派遣医療チームは、応急救護所を設置し、トリアージや応急救護活動を行った。

今回参加した本会チーム12名は、応急救護所において各機関と連携し、〈中等症および軽傷〉



▲懸命に応急処置をする参加者たち



▲応急救護チーム

の骨折・脱臼・打撲・捻挫・挫傷の負傷者に対して、日ごろの業務を生かし、適切かつ迅速に応急救護処置を施すとともに、後方医療機関に搬送するなどの支援活動および取材を行った。

■今後の参考に

私が取材活動で気付いた点は、災害救護のエキスパートである DMAT の処置を見ると、板きれ・タオル・毛布などで、固定処置を施していた。

今回我々は固定材料に既製の包帯・シーネなどを使用したが、実際の大規模災害現場では、既製材料の入手は困難と考えるので、DMAT のように災害現場で調達可能な材料（ダンボール・雑誌・手ぬぐいなどの布きれ）を利用し固定処置を施すほうが現実的で、参加した一般市民への啓蒙とアピールになるとを考えた。

(広報員 渡辺 勇)

神奈川県

大規模災害時の帰宅困難者対策

9月9日、救急の日を挟んで各地域においては、さまざまな取り組みの防災意識の高揚策が行われ、9月10日には内閣府、東京都などで組織された大規模災害時の帰宅困難者の大量発生を防ぐための対策協議会で取りまとめた指針が「必要な備蓄は従業員数の3日分プラス10%の余分な量」を確保すべきであるとの努力目標の発表がありました。

「3・11東日本大震災」の際に職員3名と会員1名が本会会館事務所に足止めをされ、帰宅困難者として不安な一夜を過ごしました。幸い近隣のコンビニに飲食物が残っていたものを買

い込んできたため、本会所有の備蓄倉庫の物品には手をつけることがありませんでした。

本会では8年ほど前から会館付属の駐車場奥に2.0坪ほどの倉庫を備え、職員の帰宅困難時・および近隣の被災者対策の準備をしてまいりました。



▲防災備蓄庫を点検する

本年も6月に備蓄資器材の使用期限の確認、飲食物の期限切れ製品の入れ替えや、発電機の作動確認と照明機材の点検も行いましたが、「職員数×3日分…プラス10%の従業員以外用の余分な量」の確保には至っておりません。殊にプラス10%は新聞の見出し『困惑する企業側』にもあるように本会も想定外でした。

今回の努力目標指針の発表が良い警鐘であります。従業員の安全確保はもちろんのこと、柔整師の職業奉仕活動として、被災者や帰宅困難者がおりましたら会館ホールなどを開放して軽傷者に対する応急手当の処置ができるような場所であること、また本会としての備蓄倉庫を充実させ帰宅困難者の一時避難所として利用可能であることなどをアピールして社会貢献を図りたいと考え、その準備を進めてまいります。

(広報員 白鳥輝夫)

新潟県

平成24年度 新潟県防災訓練参加報告

「平成24年9月1日(土)午前9時、新潟県下越沖を震源とするマグニチュード7.8の地震が発生し、震源付近の市町村で震度6弱が観測された。また、午前9時3分、気象庁から日本海海岸沿いに大津波警報が発表された。

この地震・津波により、日本海沿岸の市町村

に大規模災害が発生、ライフライン施設に甚大な被害が発生している。9月2日(日)午前10時30分、津波警報の解除に伴い、本格的な搜索・救出・救助活動が開始された」。

以上の想定のもと平成24年度新潟県防災避難訓練が行われました。実施に向けて、事前に3回の全体会議が開催され、本会にも参加要請があり、担当者が出席しております。

当時は、事前に登録していた携帯電話に9月1日(土)午前9時5分、地震を伝える「緊急メール」が届き、訓練が開始されました。

本会は、先の「東日本大震災」の際に実施した避難所における「災害救護活動」が評価され、保健所と協力して開設した避難所内に、医師・保健師とともに「救護所」を開設して、避難してきた地域住民や搬送されてきた負傷者に対して救護活動を実施しました。

当時は、阿部会長がトリアージ役になり、5名の参加会員は、骨折・脱臼・捻挫などのケガに対しての応急処置を行いました。

例えば前腕骨の骨折に対しては、診察から整復処置、金属副子を使った包帯固定、アームホルダーを利用した患部の安静保持が実施され、その手際の良さの様子を見ていたモデル負傷者の方はもちろんのこと、避難住民の方々からは、驚きと称賛の声をいただきました。

保健師さんからは、固定方法やテーピング方法に対しての数々の質問があり、結果としてミニ実技講習会も開かれました。

その他の訓練の内容としては、毎年実施している「地震災害訓練」と今年初めて実施された



▲防災訓練に参加

「津波災害訓練」がありました。

「津波災害訓練」では、第九管区海上保安本部および海上自衛隊新潟基地分隊は、巡視艇やヘリコプターを使って、津波による被害者の搜索・救助・搬送が実施されました。海岸付近では「災害医療コーディネート活動」が実施され、日本赤十字社および各医療施設から派遣されたDMATによる「トリアージの実施」「緊急医療活動」「ヘリコプターを利用して重症患者の緊急搬送」などが実施されました。

各会場も本番さながらの緊迫した雰囲気の中、訓練が実施されたことを報告します。

(広報員 中條貴之)

石川県

県総合防災訓練に参加

9月2日(日)、輪島市において石川県総合防災訓練が開催され、87機関7,460名が参加する中、本会からは赤十字奉仕団として9名が参加した。

訓練は午前9時15分、能登半島沖で大規模な地震が発生、大津波警報が発令されたとの想定



▲救護活動の様子



▲救護活動の様子



▲参加スタッフ

のもと行われた。輪島市は平成5年2月に能登半島沖地震が発生し甚大な被害を受けており、参加した地域住民らは真剣な表情で訓練を行った。

一本松運動公園サンアリーナに設置された避難住民に対する救護・ケア活動ブースには、骨折や脱臼、捻挫を受傷したとされる負傷者役の人たちが訪れ、会員は次々にシーネ、三角巾、晒、包帯などを使用し処置を行った。

その後、避難住民の人たちに対して外傷を負った場合の応急処置法として、レジ袋や雑誌、食品用ラップフィルムなど日常生活で身近にあるものを利用しての固定方法を分かりやすく説明した。

途中、谷本正憲県知事が視察に来られ、その手際の良さに感心され激励のお言葉を頂戴した。

今回参加した会員の中には県総合防災訓練への参加が初めてで、対応に戸惑う場面も見受けられたが、能登半島沖地震や東日本大震災のケア活動に参加した会員がほとんどであり、また能登半島沖地震の際に被災した会員もいることから、この訓練を通して災害に対する危機感や使命感を新たに強く感じるものであったと思う。

この訓練を通して抽出された問題点を参考に、災害への備えやケア活動の対応を万全のものにしていきたいと思う。

(広報員 佐藤裕之)

兵庫県

平成24年度 加古川市防災訓練参加報告

平成24年2月20日に本会と加古川市との『災害時における応急救護活動に関する協定』の締結後、初めて防災訓練の参加要請があった。こ

れに対して本会東播支部から3名を派遣、活動に参加した。

記

日 時：平成24年9月1日(土)

9時30分～11時30分

場 所：加古川左岸河川敷

(加古川町中津：加古川バイパス北)

主 催：加古川市

参加人数：20機関 460名（車両49台・ヘリコプター1機）

本会参加：外林 雅夫・上田 篤・藤井 憲之
訓練目的：市民・防災関係機関および市の連携による、大規模地震災害を想定した総合防災訓練を実施し、市民の自主防災意識を高めるとともに災害から住民の生命、身体および財産を守る体制づくりを推進する。

訓練想定：午前9時30分、和歌山県南方沖を震源としたマグニチュード8.4の海溝型地震が発生し、加古川市で震度6弱を観測した。この地震により兵庫県瀬戸内海沿岸に津波警報が発表され、本市全域で家屋の倒壊や火災、ライフライン寸断などの被害が発生し、要救助者、避難者および負傷者が続出している。

内 容：応急救護所が開設され、負傷者の救護、処置を担当する。

1. 訓練詳細（負傷の救護・処置）

我々3名の派遣者は、医師（1名）・看護師（5名）・医療大学看護科の学生（21名）らとともに午前10時30分に1台のバスに乗り込み、午前10時50分 応急救護所が開設された場所へ救急車のサイレンと同時に警察車両の誘導により現場（応急救護所およびエアーテント前）に到着する。到着と同時にすぐに負傷者（想定）の応急救護にあたる。

あらかじめ市の担当者（実際は消防が主）から想定された応急救護者28名の内、我々3名は「鎖骨骨折」1名、「橈尺骨骨折」2名の負傷を同時に受け持つ形となり、まず災害現場から救出された負傷者を医師がトリアージし、我々は黄色にトリアージされた負傷者に対して、それぞれ2人1組（1

人は、看護学生に応援) となって、応急処置（副子固定および提肘三角巾）を行う。

そして、その後ほかの負傷者の救護のサポートに回った。

〈まとめ〉

実践しながら緊張感のある訓練となり、かなりスピードを要求されたが、滞りなく終えることができた。

当日は、朝から曇り空が拡がり、時折小雨が降っていたが、我々の訓練の時間になると快晴となり、かなり酷暑状態の中の救護訓練活動となった。滴り落ちる汗を拭いながら、トリアージされた要救助者に対して、医師・看護師、そして看護学生の連携のもとで対応できた。

今回、本会と加古川市との間に、『災害における応急救護活動に関する協定』が結ばれたことで初の参加であったが、加古川市からも本会の萩原会長を来賓に呼んでいたなど、あ



▲訓練の様子

りがたい待遇を得ることができた。

次回からも要請が続くと思われるが、本会ならびに東播支部の会員の協力を得て加古川市から、また医師・看護師・看護学生からもチームの一員として必要とされるよう努力・精進していくことの必要性を感じた。

(広報員 相江勝弘)

少年柔道

東海ブロック

第9回 柔整師杯 東海少年柔道選手権大会

平成24年8月19日(日)午前10時30分から、三重県営伊勢サンアリーナにおいて、第9回柔整師杯東海少年柔道選手権大会が開催されました。

開会式では永田官久大会会長より「日々の鍛錬を充分にこの試合で發揮し、この次の次くらいのオリンピックには、この中から選手がもし出られるのであれば、我々は本当に嬉しいことですし、この大会を運営する立場でもありがたいと思っております。日ごろの実力を発揮し、ケガの無い、いい試合を見せていただきたい」と挨拶がありました。

来賓祝辞の後、三重県の大西陸斗選手・並木玲阿選手の力強い選手宣誓があり、各県の大会を勝ち上がった各部門上位4名の合計16名による小学4・5・6年生男女別体重無差別個人戦が開始されました。見事な一本勝ちもあれば、実力拮抗した好試合も多く、旗による僅差の判定も見受けられました。

■優勝

〈4年〉

- | | |
|----|----------------|
| 男子 | ・優勝：中束 龍人 (愛知) |
| 女子 | ・優勝：伊勢谷晏未 (三重) |

〈5年〉

- | | |
|----|----------------|
| 男子 | ・優勝：小林 大輝 (岐阜) |
| 女子 | ・優勝：米川 明穂 (静岡) |

〈6年〉

- | | |
|----|----------------|
| 男子 | ・優勝：大西 陸斗 (三重) |
| 女子 | ・優勝：澤崎 莉子 (静岡) |

試合終了後、愛知県の(取)齊藤龍之介選手・(受)萩田裕次郎選手、三重県の(取)堤晴香選手・



(受)浦上茜選手の2組による「形の演武」が行われ、会場から盛大な拍手が送られていました。
(ブロック広報部長 大橋好一)

近畿ブロック

第3回近畿少年柔道大会

平成24年7月16日（月・祝）、奈良市中央第二武道場において、第3回近畿少年柔道大会および第38回近畿ブロック柔道大会が開催された。

猛暑の中、両大会合せて110余名の選手が出場し盛大な大会となった。

午前9時半、辰己二三雄大会副会長（奈良県会長）の開会宣言にて、第3回近畿少年柔道大会が始まり、冒頭挨拶の中で、「暑さに負けず、日ごろの練習の成果を存分に出して頑張ってください」と激励の言葉を述べた。

次に、形競技会奈良県チャンピオンである鴻乃池道場の堀川壮琉選手と中野柊羽選手が選手宣誓を行い、その中で指導者への感謝の気持ちを表わし、日ごろの稽古の成果を余すことなく発揮するという誓いを立ててくれた。

両選手は、平成24年10月8日に講道館にて行われる第2回日整全国少年柔道形競技会の近畿代表に決定しており、本大会においても、個人戦終了後に形の演武（投の形）を行い、満場の拍手で日ごろの稽古の成果を称えられた。

個人試合は、4年生の部・5年生の部・6年生の部の各学年で行われ、熱戦が繰り広げられ



▲選手宣誓



▲テレビ中継する KCN スタッフ

た。その白熱した試合の模様は KCN（近鉄ケーブルネットワーク）の協力のもと、後日テレビ放送された。

4年生の部は常陰司竜選手（兵庫・社柔道少年団）、5年生の部は山本銀河選手（京都・宇治柔道会）、6年生の部は岡田一真選手（兵庫・長田柔道会）が優勝した。

（ブロック広報部長 中川雅文）



〈表紙解説〉

利尻島

公益社団法人 北海道柔道整復師会

辻内栄一

日本最北の国立公園の利尻島は、稚内市西方20km先に浮かぶ周囲60kmほどの島です。写真の利尻島・利尻富士は標高1721mの独立峰、海、山、花があふれるアルプス的な景観が見事な秀峰です。毎年10月初旬には初冠雪をいただき、多くの登山家を魅了しています。

ボランティア・その他

石川県

草刈奉仕活動ボランティア

平成24年8月19日(日)、野々市市社会福祉法人『石川サニーメイト』に早朝5時30分から会員・家族約30名、そして施設職員の皆様が集合し、南支部恒例の草刈奉仕活動が行われました。

いつものように手際よく草を刈り、集め、ゴミ袋に詰めて収集場所へ。そして7時30分ごろに終了。

平成12年から始まったこの活動も今年で13回目。今回公益活動拡大の意味も含め4支部に参加募集したところ他支部から5名もの会員に参加していただきました。

また、配布された日赤奉仕団の帽子をかぶり清々しい汗のもと、会員と施設の方々との交流も図れ、充実した奉仕活動でした。



▲車いすの方と作業中…



▲ボランティア参加者

松本薫選手凱旋パレード —5万人が歓喜—

9月10日(月)、故郷古都金沢で、ロンドンオリンピック女子柔道57kg級金メダリストの松本薫選手(24歳)が沿道に集まった5万人(金沢市発表)の祝福を受け、金沢市中心部を凱旋パレードした。松本選手は沿道からのリクエストで『かめはめ波』を披露し、満面の笑みで祝福に応えていた。(=写真)

約1kmのパレードの後、松本選手は「暑い中こんなに多くの人たちに集まってもらい嬉しかった。本当にありがとうございました」と感謝した。



このパレードに際して本会の木山時雨会長は「本会の主催する少年柔道大会で小学・中学生時代に大活躍した松本選手が金メダリストとなり大変誇りに思う。今後の柔道選手たちにとって大変良い刺激になった。本会と関係の深い私と同じ岩井柔道塾出身であることも非常に嬉しい」と松本選手を祝福した。

また凱旋パレードのオープニングカーには、小中学校時代に通った岩井柔道塾の岩井克良先生と本会の丸田克幸会員がドライバーとして同乗し、窪田浩二会員・山上隆之会員が5万人の観衆から松本選手を警備した。丸田克幸会員は岩井柔道塾師範として松本選手を小学校から高校まで指導し、「ロンドンから帰ってからの報告会では少し疲れ気味だったが、今日のパレードでは元気に素敵な笑顔を沿道の皆さんに披露していた。また同門として大変栄誉なこと」と語った。

松本選手は最後に「ここまでやって来られた

のは岩井先生や皆さんのおかげ。このような機会を設けてもらって感謝しています」と、恩師とのパレードを満喫していた。

本会が公益事業として特に力を注いできた本会主催の少年柔道大会で活躍する松本選手を見守ってきた本会にとって、この金メダリスト誕生は大きな喜びとなった。

パレードに先立ち県民栄誉賞、金沢市スポーツ栄誉賞も受けた松本選手のますますのご活躍を本会会員一同心から願っている。

(広報員 佐藤裕之)

鹿児島県

ふるさと学園 夏のお楽しみ会開催

平成24年8月5日(日)、鹿児島県日置市にある社会福祉法人信成会障害者支援施設「ふるさと学園」グランド内にて、夏のお楽しみ会が開催されました。この事業の目的は、障害者とその親族・施設関係者および地域住民との交流を図ることが目的です。

焼きそば、お好み焼き、焼肉、焼き鳥、かき氷などの振る舞い、スイカ割り大会、カラオケ大会、会員のバンド(ミッドナイトエクスプレス)演奏に園生も踊り出すなど、終始和やかなイベントとなりました。

最後に参加者の紹介があり、その後、園生の手作りによる記念品をいただき終了しました。

このボランティア活動は、17年前から川薩支部が中心となり開催しております。今後も障害者と健常者の垣根を少しでもなくすように、活動を継続していただきたいと願っております。



▲お楽しみ会

(広報員 福永郁雄)

沖縄県

第2回県民健康フェア2012 いつまでも 体いきいき健康づくり

平成24年8月19日(日)、県下の保健医療関係17団体で構成する沖縄県医療保健連合(通称:なごみ会)が健康おきなわ21の基本理念「県民が健康長寿を維持継承し、生きがいに満ちた豊かな人生を送ることが大切である」に基づき、県民の健康づくりについて専門的な立場から県民の健康福祉の向上を図ることを目的に県民健康フェアが開催された。

各団体のブースにおいて、ポスター展示、各種健康相談や指導、骨密度測定、血糖値検査などの各種検診、体験コーナーを企画するとともに、屋外でドクターヘリやドクターカーなどの展示が行われた。

当会のブースにおいても、ボランティア活動風景などのパネル展示、テーピング実技(メディカルテーピング・スポーツテーピング)、整(接)骨院のかかり方相談コーナーを設けたところ多数の来場者が訪れた。



▲健康フェア

相談コーナーでは、腰部や膝部の疼痛での相談が最も多い。相談者は最初は原因が分からないと回答するが、痛みのメカニズムを説明していくと不明だった原因が分かったと納得される相談者も多く、またテーピングを体験されその効果に驚かれる場面も多々あった。

当会は、今回が初めての参加だったが、今後も続けて参加することで我々の業務を多くの方々に認知していただけるのではないかという可能性を実感する県民健康フェアだった。

(広報員 國吉正人)

日整柔道指導者講習会

総務部

中学校保健体育科武道(柔道)授業を支援する外部指導者研修を、平成24年8月26日(日)午前10時から日本柔道整復専門学校(花田学園)にて実施しました。

中学校の教科柔道に关心を持ち、参加条件のすべてを充たし趣旨に賛同する会員77名が全国から受講しました。



講習会は橋本昇理事の司会により進行。

岡本和久総務部長の開会の辞で始まり、主催挨拶で工藤鉄男副会長は、国民の心身の健全な発達に関する事業であり、青少年の育成に向けて、要請に応えられる体制を整え、積極的につかわって行くことは、公益社団法人として当然の責務であると述べ、受講者を激励されました。

○柔道基本指導(実技)



▲高橋 進先生



▲講習会風景

講師の高橋進先生が講道館での長年の指導経験を基に反省と問題点を含め、無理なく、楽しめる指導のポイントを分かりやすく実技指導されました。

「礼」は「相手を尊重」することであり、互いに支え合い、高め合う、良好な人間関係を築くことであり、その気持を態度に表すのが「礼」である。正しい転び方、倒れ方を身に付ける受け身を習得し、約束練習を行うことで、立技の乱取りを行わなくても十分に柔道の真髄が体感できるし、寝技の乱取りはケガの危険性が少なく柔道の攻防の醍醐味を知ることができると、理論と実技で教えていただきました。

○柔道安全指導(座学)

ドクターの宮崎誠司先生が指導者としての心構えについて講義されました。



▲宮崎誠司先生

生徒を取り巻く状況、求めている価値観やモチベーション、いろいろな側面を理解し、常に支えるのが本当の指導者である。そのためにも常に自分を磨くことを心掛けることであり、専門的知識、技能、技術指導と柔道に対する情熱を持ち、青少年に対し愛情を持って取り組むことが大切である。

過去の事故の事例と問題点を分析し、未然防止のあり方と既経症チェックの入念な事前調査と、頭

部外傷時対応、マニュアルをしっかり修得することの大切なことを強調されました。

○外部指導者(授業協力者)支援

八王子市立第六中学校校長の田中裕之先生の講義では、放課後の教育課程外の任意の部活動としての柔道と、教育課程内の活動としての柔道の指導の違いを説明されました。



平成24年4月から実施の新しい学習指導要領の目標は、生涯にわたって運動に親しむ資質能力、実践力の育成と体力の向上と明るく豊かな生活を営む態度であり、武道の伝統的な考え方の理解、基本動作や基本となる技を用いた攻防の自由練習、簡単な試合の実施となります。

教員との効果的な連携は大切であり、指導前後の打合せで円滑なコミュニケーションが最良



▲田中 裕之先生

の授業となると話されました。



修了証授与の後、松岡保副会長が猛暑の中での受講に謝意を申し上げ、地域に戻り研修の成果を最大限に發揮し活躍を期待すると話され、午後4時に閉会となりました。

※

◆原稿締切日は奇数月20日です◆

〈投稿される会員へお願い〉

最近、パソコンで作成された原稿が多くなっています。しかしながら、せっかく入力されたデータでも、印刷された用紙だけでは、もう一度入力しなければならないのが現状です。

ワードまたは一字太郎などで作成された原稿の場合は、そのファイルをメールで添付送付されるか、または原稿にフロッピーやCDを添付してお送りください。

作業効率向上、さらには編集会議の経費削減にもつながりますので、ぜひご協力ください。
なおフロッピーやCDは返却しませんのでご了承ください。

★編集会議の結果、投稿の内容により未掲載となる場合もありますのでご了承ください。また「投稿」の場合、必ず日整広報原稿と記入または入力してください。

★投稿文は各都道府県事務所を通して応募ください。

★原稿・投稿者名にはふりがなをお願いします。

宛先：“日整広報”<kouhou@shadan-nissei.or.jp>

日整はつらつ！発行日と原稿締切

※原稿の締切厳守をお願いします。(広報部)

号 数	9号	10号	11号	12号	13号	14号
原稿締切	11月20日	平成25年 1月20日	3月20日	5月20日	7月20日	9月20日
発 行	平成25年 1月20日	3月20日	5月20日	7月20日	9月20日	11月20日

本の紹介

『新しい 靴と足の医学』

日整学術部員 大河原 晃

近年、靴に関する足のトラブルが激増している。いずれも間違った靴選びに起因することは自明の理であるが、健康に多大の影響を与えることにもなるので、見逃すことはできない。

日本に靴が導入されたのは約120年くらい前、一般に普及したのは第2次世界大戦後であるから、わずか6、70年くらい前のことである。それまでの履き物=草履・ゲタはハレの日の装いとして隅に追いやられ、日常は完全に靴にとって代わられてしまった観がある。

戦後の物不足の中から出発することになった日本人の靴生活は、ゲタ民族の骨格を十分研究したうえでの靴づくりであったかどうか疑問は残る。一方で消費者も、ひたすら靴に足を合わせる求め方をしてきたために、重大な弊害が起きてしまったという経緯がある。

そして靴による足の障害は、社会的環境が極めて顕著に関係している。

一つは華美な服装の普遍化と靴の機能を無視したファッション性、二つ目は機能を無視した利益先行の靴づくり。しかし、“足に心地良い、履きやすい靴を”という消費者のニーズを取り入れたシューフィッターも誕生し、靴への考え方も変化しつつある。

そこで靴先進国欧米の「靴」哲学を学び、あらためて健康の原点をつかさどる足と靴の問題を考える時期にあると思う。

今まで足に関する医学書は数多く出版されている。だが、その内容は足の疾患、外傷に対する原因、症状及び治療法だけを述べたものに過ぎない。しかし、現代人が靴を履いて生活を営む以上、いかに靴が足に影響を及ぼすか、靴と足との因果関係、すなわち靴の

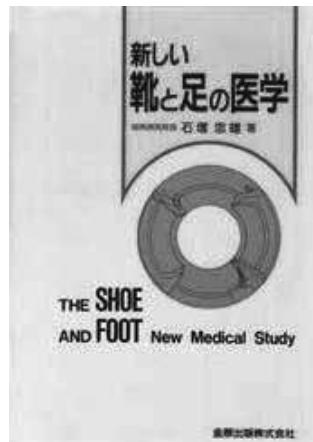
中で足がいかに機能しているか、また、いかに機能しなければならないか、という問題を掘り下げて研究した医学書はほとんど見当たらないのが現状である。

靴だけについてみても、各種の靴について個々に記載した書物は見受けられるが、足との関係においてすべての靴について総合的に解説した書物は皆無に等しい。

本書は、このような現状から足の解剖学的機能と靴との関連性を追求し、靴を履くことによって、直立二足歩行という人間の基本的な機能をいかにして高めることができるか。またメーカーによって作製される「靴」という製品のケア、および社会的背景の分析を主眼として書かれたものである。

そして更に、今までの医学書の範疇を打ち破った新しいスタイルの内容、項目を持った医学書として編集されている。

ぜひ、ご一読してはいかがでしょうか。また違った視点が開けてくるかもしれません。



石塚忠雄著
金原出版株式会社
定価：14,271円（税別）

腰痛の分類と椎間板ヘルニア

埼玉県 大河原 晃

■腰痛の分類

1. 急性腰痛 痛みが突然起こる
ぎっくり腰、椎間板ヘルニア、事故の外傷や打撲、高齢者の骨粗鬆症など
2. 慢性腰痛 徐々に痛みが出現する
不自然な姿勢や筋肉疲労、肥満などが関与する。ときに、内臓の病気の関連痛や老化による脊椎の変形（高齢者）など
3. その他 心因性の不定愁訴など

■椎間板ヘルニア

1. 椎間板ヘルニア

急性腰痛を引き起こす最も多い病気です。椎間板に関しては前回も説明しましたが、背骨の椎体と椎体との間にある軟骨で、ゼラチン状の髓核を線維輪という硬い皮が包み、ちょうどタイヤを寝かしたような形をしています。この椎間板は人間のとる種々の行動や姿勢で常にストレスを受けていて、やがて水分を失って弾力性を低下させて行きます。

そこに何らかの原因で大きな力が一拳に加わると、饅頭をつぶすとあんこが出るように、中心にある髓核が線維輪の裂け目を通して後方の後縦靭帯の横から脊柱管の中に飛び出します。そしてこの線維輪の隙間からはみ出した髓核が、周囲の神経を圧迫して激しい痛みを引き起こすわけです。

もっとも髓核が飛び出すのはそれだけ弾力性が残っている証拠で、40代を過ぎると髓核にはヘルニアになるような元気もなくなります。その代わり背骨自体が変形して深刻な腰痛を招きます。

2. 椎間板ヘルニアの誘因

椎間板ヘルニアは、いわゆる根性坐骨神経痛の主たる原因疾患ですが、年齢、性別、

誘因、疼痛部位などに幾多の特徴があり、診断に際して手掛かりとなる場合が多いです。

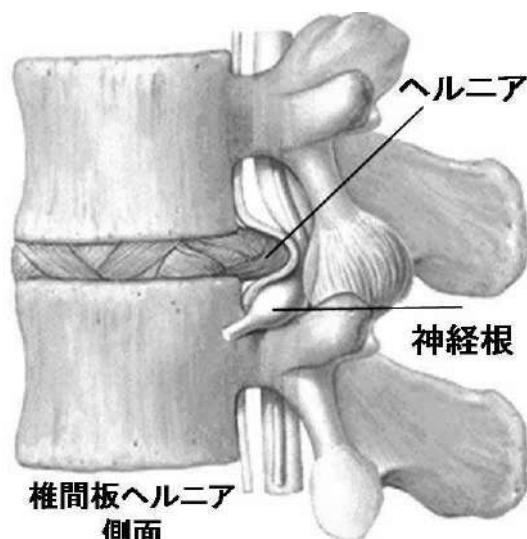
その中で誘因について考えてみると、椎間板ヘルニアの発生は椎間板の加齢的変化を基盤として、そこに何らかの誘因が加わり髓核脱出を起こすものです。

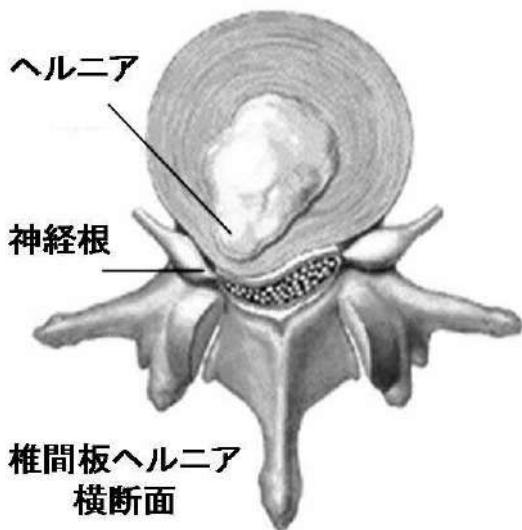
疼痛出現の誘因として大きなウエートを占めるのは重量物の挙上です。特に、前屈みで物を持ち上げようとしたときに発生しています。

次いで外傷後に起こるものがあります。ここで注意しなければならないことは、何ら誘因が考えられない、あるいは不明な場合が約半数に認められることであります。

しかし、その場合でもよく聞いてみると、スポーツをしていたり、長時間不自然な姿勢を続けていたり、外傷の既往があったりする場合が多く見受けられます。

最近は一般の医学的知識が向上したために、椎間板ヘルニアというのがポピュラーな病名になり、何でもない腰痛でも椎間板ヘルニアではないかと心配する人が多くなってきています。確かに椎間板ヘルニアのあるものは、物を持ち上げようとしたとき、あるいは前屈みになったときに急に起こる場合があります。



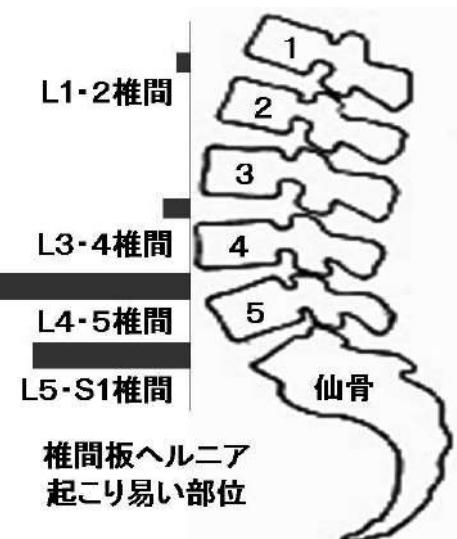


しかしこのような腰痛の引き金となる動作はぎっくり腰（腰部捻挫）の場合もあるので、これをすぐに椎間板ヘルニアと結びつけるのは危険です。

一般に典型的な椎間板ヘルニアの場合には、先ほども説明しましたように腰痛だけでなく坐骨神経痛の症状を伴います。

この椎間板ヘルニアが神経根を刺激したり圧迫したりすると、腰部の激しい痛みや坐骨神経痛が生じて、腰が前に曲がらなくなったり、下肢を伸ばして上方に上げると激痛が走るようになります。ときには痛みのために、背中や腰が横に曲がったりします。

進行すると、足がしびれたり、足首や足指の筋力が弱くなることがあります。急激な痛みが楽になっても慢性の腰痛として残ることがあり、たびたび再発もします。



3. 痛みの特徴

痛みの特徴は、一般に最初は腰痛でじまり、1～2週間後からどちらか片方の下肢のしびれや痛みが出るというパターンです。咳・くしゃみ、あるいは排便時のきばりで、腰や下肢に痛みが響くこともあります。朝起きたときよりも活動時間が長くなるほど痛みは強くなり、横になり安静にすると楽になります。

ときには下肢の麻痺や膀胱直腸障害を伴うことがあります。この膀胱直腸障害は最悪の症状で、馬尾神経症候群といいます。

この場合は緊急手術が必要です。椎間板ヘルニアは20歳代から40歳代の、青・壮年期の男性に多くみられます。

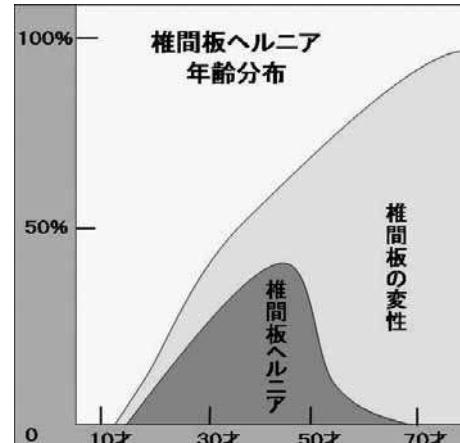
しかし、最近は10歳代や50歳代の女性にも増えてきました。10歳代の増加の原因は、肉体が成人並みの体格になってきたことや、さまざまなスポーツ活動が盛んになったことなどが挙げられます。

4. 診断と治療法

椎間板ヘルニアの診断は難しくありません。検査法には、脊髄腔造影法、椎間板造影法、CT、MRI、神経根造影法などがあります。

また治療法ですが、最初の発作や急性期のものは保存療法が十分期待でき、まず安静が第一で硬膜外ブロックや消炎鎮痛剤をはじめ、骨盤牽引・温熱療法等施しコルセットの装着を行います。

しかし再発を繰り返したり、慢性になり下肢の麻痺症状などがひどい場合などには、手術的治療が必要となります。



(※次回は「腰痛の原因と治療法」です。)

私の夢

知識・技術・心の三要素



北海道柔道整復専門学校

夜間部3年 松井進之介

私は譲れない信念が一つあります。それは知識・技術・心の三要素を持ち合わせ、努力を怠らないことです。

知識なき技術は暴力でしかない。
技術なき知識は机上の理論でしかない。
心なき施術は柔道整復術にあります。

この想いは当校で学ばせてただくうちに、日に日に強くなる一方です。

私が当校入学へといたつた理由は、柔道整復師である父の脊髄損傷でした。そのため資格取得後は実家へ戻り、父の下で働きます。田舎で柔道整復師として生きることは、地域に密着し、より深く人とかかわり生きていくと言ひ換えることができるでしよう。

資格取得時にはまだ未熟ですが、柔道整復師として人とかかわる以上は責任が伴います。学生の最重要課題は国家試験合格ですが、スタートはそこからです。第一歩を踏み出すまでに、どれだけの準備と心構えができるかで勝負が決まると思っています。経験は計り知れないほど大切な要素であります。

素だと思いますが、その経験を積める立場となるためにも怠ってはならないことがあります。

当校では現場で活躍されてくる医師や柔道整復師の方々が、教員や講師として授業をしてくださいます。座学授業や実技授業では、いつも先生方の知識や技術はもちろん、言葉の一つ一つや人に触れる指先の動きをみてプロフェッショナルであることを感じます。

あるとき私は足を痛めて少しの期間、学校へ通うことができませんでした。焦りと痛みで不安な

毎日を過ぎし、ようやく登校できた際、当校の校主でもあります萩原正和先生にひと言お声をかけていただきました。たったひと言ですが、その言葉は普段から私を見てくださっていたことが伝わり、そして心の不安を取り除いてくれる暖かいお言葉でした。同時に、柔道整復師が古くから活躍してきた陰には、先人たちの苦労や努力に加えて心があるからであつたと感じます。

先生方のような柔道整復師となれるよう、学生ほどにも値しない私ですが、極めて微力ながらも医療に貢献できるのであれば心から幸せです。

ことやじ教授下さる先生方への感謝を忘れず、急げにいたいと思います。そして仲間を大切にし、晴れて仲間とともにスタートを切りたいと思います。

私たちのほとんじが日中は病院や接骨院で勤務しながら学校へ通っています。今思い返すと、実家の接骨院を手伝っていた際や病院に勤務している際、私はどれだけ心を持って患者様とかかわるか。どれだけ甘えて勤務していたのか。

胸が苦しくなるほどばかりです。残り少ない学生生活や資格取得後は、自分のやれる限りの努力をしたいと思います。

最後に、私の目標すべき柔道整復師はとても身近に存在しており、知識・技術・心を備え、なにひとつ手を抜かないプロフェッショナルでもありました。それは父です。

30歳直前で学生となつた私は、それまで親孝行もせず、目標もなく、父の姿さえもしつかり見ていました。

私の夢…それは父のような柔道整復師となり、両親とともに頑張っていくことです。三要素を大切にし、感謝と努力を忘れない柔道整復師として生きていくたいと思います。

医学・医療は果てしなく大きな存在です。砂粒ほどのも値しない私ですが、極めて微力ながらも医療に貢献できるのであれば心から幸せです。

投 稿

国際少年柔道大会開催

大阪府 吉永豊貴

平成24年8月5日、NPO法人大阪国際柔道友好会と公益財団法人堺市教育スポーツ振興事業団は、堺市立大浜体育館において、第9回キウイカップ国際少年柔道大会を共催した。

この大会は小学1年生から6年生まで学年別、5・6年生は体重・男女別に行うもので、今回は775名の国際少年が参加して優勝の栄冠を競い合った。

*大阪国際柔道友好会(会長・橋本等 理事長・松浦明弘)

大阪の柔道整復師が中心になり設立した組織で、柔道を通じた国際貢献・親善を目的にしている。

*堺市教育スポーツ振興事業団(理事長・西正博)

堺市の外郭団体。市長は竹山修身氏で柔道六段。

〈総括〉

この大会は「少年達に国際試合と親善を」との意で企画されて今回で9回目を数えるが、当初は世界で先駆けた試みであった。少年たちが



▲オーストラリア人の幼稚園先生と子供たちの交流



▲各学年部門優勝者

国際試合・交流を体験することで、心身の健全発達や柔道振興に繋がるだろう。(柔道評論家)

平成24年度公益社団法人日本柔道整復師会主催学術大会一覧

学術大会は、どなたでも無料でご参加いただけます。

ブロック	担当都道府県	名 称	開催予定日	講師・演題
関 東	(社)群馬県接骨師会	公益社団法人日本柔道整復師会 第35回関東学術大会 群馬大会	平成25年3月10日(日)	「膝と腰の痛み—その病態と治療—」 医療法人社団善衆会 善衆会病院 理事長・院長 木村 雅史先生

- ・関東以外の会員で参加ご希望の方は、平成25年1月15日(火)までに、群馬県事務所へ所属社団名・氏名をお知らせください。
- ・社団法人群馬県接骨師会 TEL: 027-234-2323 FAX: 027-234-2342

日整文芸

(作品は1人3首〈句〉までといたします)

【短歌】

山梨県 明風 散人

回 想

風の便り施設に入りし君ときき
一夜暗然ひとり酒汲む

病めるもの來たれと不勲明王像
滝に打たれて岸壁に御座す

足弱き妻の手を取り歩みゆく
野の道の辺に春風は吹く

奈良県 長谷川浩行

「秋」

秋風に川面に落ちて紅葉は
流れに任せ陽に眩しくや

育みて尊き命垣間見て

景色は我に秋の蔭をさす

月明かり何故か切なく里の秋
人影もない過疎化の行方

東京 伊藤 正信

冬瓜がひとつ畑に残されて
叫び声あげて落ちたる石榴とも
尾鱗つく夜長のはなしなりにけり

【俳句】

群馬県 鈴木 乗風

葉鶏頭

越へきたる岳は薄暮に祭り笛
琴の音の路地に一燈秋落暉
膝にのる嬰々の鼓動や葉鶏頭

福井県 田上 滋良

盆踊り

時の経つ事忘れたる踊りの輪
一塊に村動きたる盆踊り

盆踊りはじける人はサイダーのよう

【川柳】

北海道 阿部 篤夫

熊が出る 往療先に今日もまた

知床や鱈が不漁で熊やせる

オホーツク青ゾイ上のウトロ沖

石川県 東 勝一

襟袖の 取り押し合いに 指導あり
目力で メダル引き寄せ 世界一
やわら観る オリンピックは 攻撃だ

「日整文芸欄では一般の方々からの投稿を募集しております」

広報部

日整文芸は、会員の方に加え、一般の方々からも「短歌」「俳句」「川柳」を募集します。一般の方の投稿は、日本柔道整復師会会員を通じて、都道府県名、紹介会員名および連絡先、作品提出者名を明記の上、ご応募してください。

日整文芸を通じて読者の皆様とよい交流の場となればと願っております。

作品は会員と同じく1人3首〈句〉までといたします。多くのご応募をお待ちしております。

宛 先 〒110-0007 東京都台東区上野公園16番9号
公益社団法人 日本柔道整復師会広報部
TEL: 03-3821-3511 FAX: 03-3822-2475
E-mail: kouhou@shadan-nissei.or.jp

編 集 後 記

■今年も日整全国柔道大会において「健康柔(やわら)体操」実施にあたり、粕谷先生の助手としてお手伝いをすることになった。

柔体操は柔道整復師の体操として、柔道大会の準備体操を兼ね、各地の大会においても行われていると思う。

日整の大会においても盛り上げなければならない会員が、座り込んで立ち上がるともせず話し込む姿を見てガッカリした。

最近、ホームページへ動画の配信もしていますし、柔道整復師の体操としてもっともっと健康新体操の必要性をアピールしなければならないと思う。

また、財団へも時代の流れに即応した健康新体操普及への努力を期待したい。 (多毛家)

■今年も、第2回日整全国少年柔道形競技会のすべてのビデオ撮影をさせていただきました。どのチームも大人顔負けの華麗な「形」で、どこが優勝するか分からぬほど素晴らしい競技会でした。ここまで完成した「形」になるには大変な練習をしてきたのだろうと撮影しながら感動しました。指導された先生方も計り知れないご苦労があったと思います。

広報誌では掲載しきれない日整全国少年柔道大会・形競技会の模様を日整のホームページでスライドや動画で配信中です。ぜひ関係者の皆様にお知らせください、多くの方々にご覧になっていただければ幸いです。 (家真舵)

■日整最大のイベントと言っても過言ではない日整全国少年柔道大会・「形」競技会・日整全国柔道大会が、無事終了した。結果は本誌記載のとおりです。出場された会員の皆様、大変お疲れ様、ご苦労様と深く敬意を表します。

会員の皆様は、一年の区切りをどこに焦点を置きますか？年末、年度末、通常総会いろいろな考え方があると思われます。柔道選手は、きっと柔道大会と答えるでしょう。

県予選会・ブロック柔道大会・日整全国柔道大会といろいろ段階はあると思いますが、終わった後の充実感、達成感は格別です。そして、選手の疲れを吹っ飛ばすのは、温かい声援と、

心からの労いの言葉です。選手の皆様は、今は充分休養して来年に備えてください。(魅家下)

■日整全国少年柔道大会に広報委員として参加するのは、2回目となる。

少年少女の体格は、1年経過しているわけですから発達しているのは当然ですが、しかしデカい！本当に小学生か？と目を疑うような体格の持ち主がいるのには、肝を抜かされた。

ロンドンオリンピックでは、男子は惨敗に終わましたが、今回日整少年柔道大会を見てみると、将来はこの中からオリンピック選手が必ず誕生するかもしれないと思わせる試合を見させてもらった。

記録を付けながら感動した。 (和座尾)

■最近、一般報道紙の論説欄に「長幼の序を大切に」という見出しで論調が展開されていた。「長幼の序」とは、年少者は年長者を敬い、年長者は年少者を慈しむ、という心構えを説いた孟子の教えである。つまり年長者と年少者の間に守るべき秩序である。日本はこの「長幼の序」を美德として大切にしてきたが、それが薄れつつある将来を論説者は懸念させていた。

10月7日に日整で開催された生涯学習講習会で「100歳まで歩ける！クノンボールエクササイズ」と題して、愛知県会員の久野信彦先生が特別講演された。最初に見せられたビデオに、記録的な長寿で話題となった双子姉妹の一人、故成田きんさんの筋トレの様子が紹介された。

きんさんは自宅から久野先生の接骨院へ通院されていたとのこと。現在、時代の趨勢で高齢者の施設が多くなり核家族が増えてきた。きんさんのように100歳を過ぎても自宅から元気で通う姿は“理想の老後像”である。家族を含め周りから温かく見守ったことも長寿に繋がった要因の一つになるであろう。

家庭で親は子を、職場では上司は部下を、先輩は後輩を育てなければならない。また、子は親を、部下は上司を、後輩は先輩を敬わなければならない。こうした縦の関係がうまくいっていれば、トラブルは極めて少ない。これから時代がどう変わろうと、礼儀をわきまえることを大切にしたい。 (多夢楽)

「日整はつらつ！」VOL. 8 NOV 2012

平成24年11月20日発行

公益社団法人 日本柔道整復師会

〒110-0007 東京都台東区上野公園16-9

電話 (03)3821-3511 (大代表)

発行人 萩原 正

編集者 永田 官久

制作 サン企画

印刷所 株式会社プレシーズ



柔道整復師倫理綱領

国民医療の一端として柔道整復術は、国民大衆に広く受け入れられ、民族医学として伝承してきたといふのであるが、限りない未来へ連綿として更に継承発展すべく、倫理綱領を定めるものとする。ここに柔道整復師は、その名譽を重んじ、倫理綱領の崇高な理念と、目的達成に全力を傾注することを誓つものである。

- 1、柔道整復師の職務に誇りと責任をもち、仁慈の心を以て人類への奉仕に生涯を貫く。
- 2、日本古来の柔道精神を涵養し、国民の規範となるべく人格の陶冶に努める。
- 3、相互に尊敬と協力に努め、分をわきまえ法を守り、業務を遂行する。
- 4、学問を尊重し技術の向上に努めると共に、患者に対して常に真摯な態度と誠意を以て接する。
- 5、業務上知りえた秘密を厳守すると共に、人種、信条、性別、社会的地位などにかかわらず患者の回復に全力を尽す。