

## ◆訪問医療マッサージを考える会つくば とは？

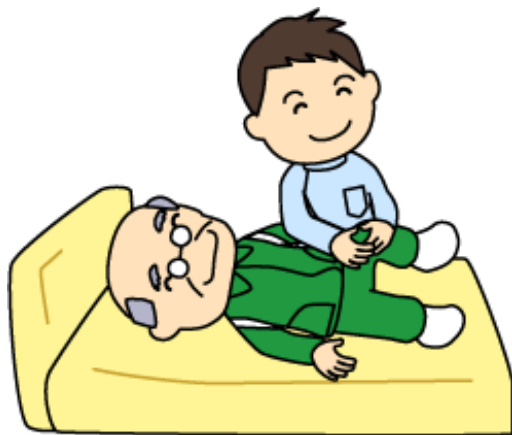
つくば市内での在宅における訪問医療マッサージの現状を少しでも改善させ、利用者やその家族に喜ばれるよう、市内のマッサージ師（鍼灸師も含む）有志で2015年に結成しました。（2015年10月現在、マッサージ師2名、鍼灸師2名所属）

### マッサージ師ってどんな仕事？

正式には、「あん摩マッサージ指圧師」と言います。厚生労働省指定の専門学校で3年間、解剖学・生理学・病理学・リハビリテーション学・東洋医学概論などを学び、国家試験に合格して得られる**国家資格**です。

押したり、揉んだり、擦ったり、叩いたり、動かしたりすることで、その刺激の強弱によって人の体の持つ自然治癒力を高め、健康状態を維持したり、改善・増進させる刺激療法施術です。

腰痛・膝痛・頸肩部痛や神経痛などの運動器疾患には、症状がある局所への施術により、愁訴が軽減される効果があり、古来より施術の良さが知られております。また、マッサージには、全身の血行を改善させる効果があるため、便秘やむくみ、疲労改善、不眠、冷え、頭痛などの症状にも効果的で、WHO（世界保健機関）でも、運動器疾患以外の多くの疾患に効果があることが認められています。



### マッサージでできること ～症例を参考に～

#### 【歩行が楽になりました】

T村 S子さん(83歳)女性

脳梗塞後遺症で右半身が不自由となり、外出困難となってしまったS子さん。座りっぱなしになることが多くなり、若い頃からくすぶっていた腰の痛みと坐骨神経痛が再発してしまいました。

娘が通っている鍼灸院で相談したところ、保険による在宅でのマッサージ施術を勧められ、開始の運びとなりました。

腰から膝下にかけての指圧で改善し、治療後は痛みの軽減だけでなく、歩行が楽になるとのことで治療を継続していくこととなりました。

### 鬼怒川水害の避難所での声

つくば市内の避難所でマッサージボランティアに入りました。体が楽になると、気持ちも楽になる気がする、と喜ばれました。手を当てる施術を通して、心身の状態に注意を要する方の情報共有を看護師・保健師・市職員と連携しました。

### 健康保険が使えます

医療マッサージは、健康保険が使えます。医師の同意を元に、医療と併行してご活用頂けますので、お近くのマッサージ院にてご相談ください。

最後までお読み頂いてありがとうございます。  
当会や訪問医療マッサージについて、ご興味・ご関心をお持ち頂きましたら幸いです。

発行：訪問医療マッサージを考える会つくば

事務局：こぼり治療院（茨城県つくば市横町368-5）

029-869-9979 info@kobori-chiryoin.com