

◆訪問医療マッサージを考える会つば 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。（2016年6月現在、マッサージ師8名、鍼灸師9名所属）

マッサージ師ってどんな仕事？

「マッサージ師」の正式名称は、「あん摩マッサージ指圧師」といいます。この国家資格は、指定養成校で3年間学び、国家試験を合格して、免許を取得します。

「あん摩」「マッサージ」「指圧」と異なる3つの技術が資格名に含まれており、日本社会に導入された歴史の順に資格名として記されています。今回は「あん摩」についてご紹介します。

その①「あん摩」

「あん（按）」は、おさえること、「摩」は、なでることを言います。薄い衣服の上から、遠心性（心臓から手足末端の方向へ）の手技を強弱の刺激として加え、「疲労、肩こり、頭痛、頭重、耳鳴り、めまい、眼精疲労、不眠、神経過敏、食欲不振、便秘、腰痛など」を整え、健康を保ち、さらに増進させる手技療法です。（の）

暮らしの中から健康維持を③

高温多湿の梅雨の時期は、体の重だるさを感じたり、食欲がなくなったりと、天気と同じように体調もすっきりしないことが多いものです。

私たちは、日々の施術の中で、簡単な体操や食養生など、暮らしに役立つアドバイスを取り入れることも心掛けています。特に、この時期の体調不良は、真夏の時期の熱中症などの誘因にもなり得ますので、水分補給やこまめな着替えなど、一人ひとりの生活リズムをよくお聞きしながら、気を付けることはないか、日々患者さんと一緒に考えています。

施術を効果的に行うだけでなく、患者さんの日々の悩みや不安を解消したり、場合によっては、早期の医師の受診を勧めることも、私たちの大切な役割です。（神）

発行：訪問医療マッサージを考える会つば
事務局：こぼり治療院（つくば市横町368-5）
029-869-9979
info@kobori-chiryoin.com
会員：裏面に所属会員の治療院を記載しております。

マッサージでできること⑨～症例を参考に

【少しずつ歩きやすくなりました】 Aさん（75歳）

Aさんは50歳半ば頃に急に転ぶようになり、しばらくしてから腰に痛みが出るようになったそうです。診断名は脊柱管狭窄症でした。腰の痛みにより、まっすぐ姿勢を保つことができず、歩行はできるものの、左斜め前に身体を捻りながら何とか歩いている状態です。不自然な姿勢で歩いていることや年齢的なもので下肢・体幹部の筋力が衰えてしまい、そこに痛みも加わり、歩くことが困難になってきていたそうです。

施術は、腰や下肢を中心にマッサージを行い、正しい姿勢での運動を行っています。開始してから半年経ちますが、少しずつ歩くときに足を前に出すのが軽くなってきたそうです。

普段の姿勢が崩れていることも筋力低下の原因になってしまいますので、硬くなった筋肉を緩めて、正しい姿勢で運動を心がけたことにより、効果が表れたのでしょうか。（成）

マッサージ師として熊本地震を考える①

当会の沼尻良夫先生（リウト鍼灸治療院）が、熊本地震に施術ボランティアに行かれたので、内容を伺いました。

被災して約2週間後の5月1日に現地入りし、熊本城近くの小学校で施術をして欲しいという要望に応え、5日間で延べ100名近くを診たそうです。東日本大震災や常総市水害に施術ボランティアで出掛けた際もそうでしたが、自律神経が過敏状態になるためか、体中が痛い・全体的な疲れ・心身ともに疲弊・睡眠障害、といった症状がほとんどの方に見られていました。

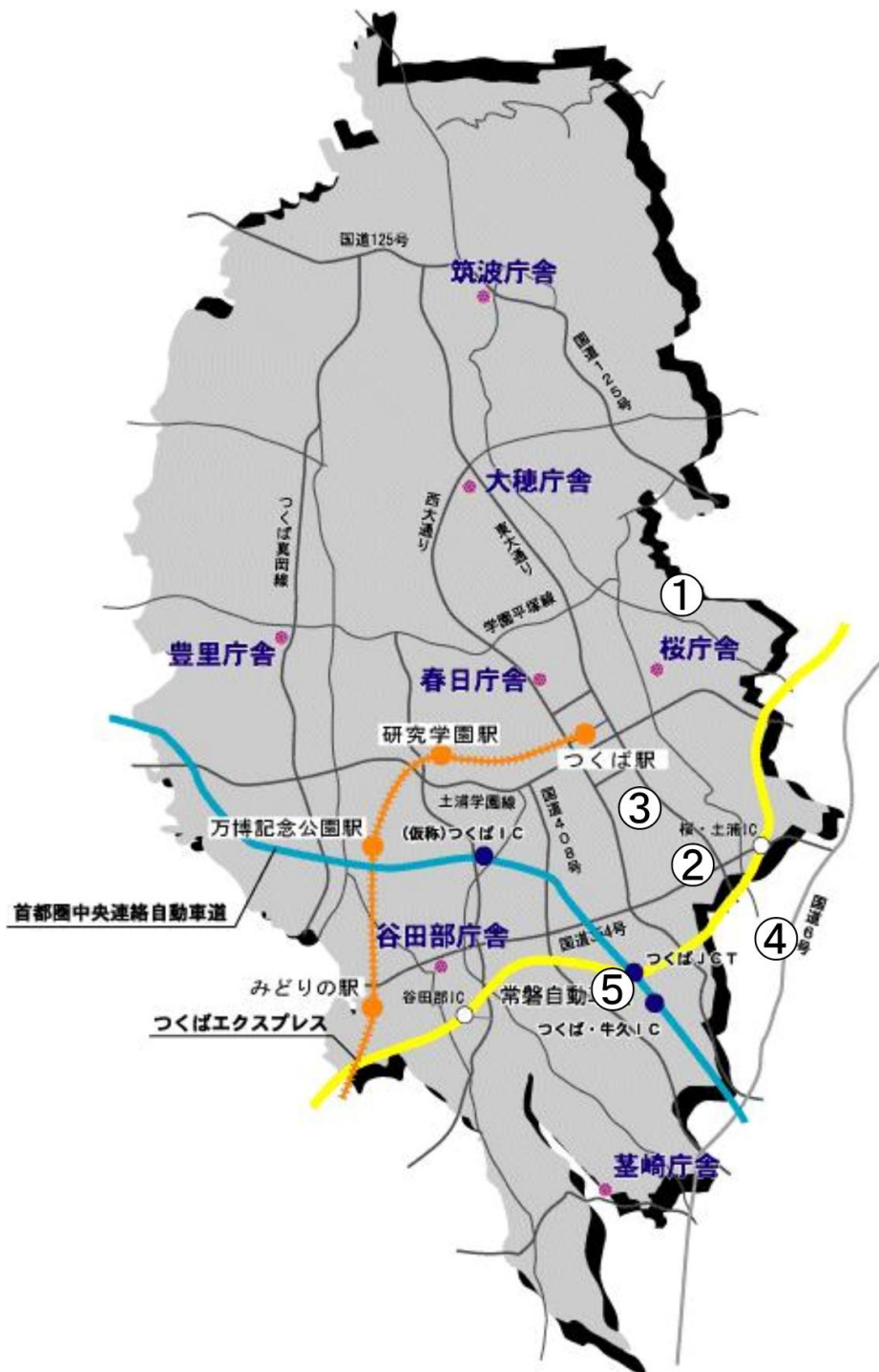
施術を受けた方の症状は、上記の通り、全身的な痛み・精神過敏・睡眠障害といった内容で、施術は「体の詰まり」を除去するようなマッサージや鍼を行い、ほぼ全員に効果を体験して頂けたそうです。

次回も熊本地震の施術ボランティアの活動報告をしたいと思います。（草）

最後までお読み頂き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、
ご興味をお持ち頂きましたら幸いです。



訪問医療マッサージを考える会つくば 会員マップ



所属会員の治療院

- ① こぼり治療院（横町 368-5、029-869-9979）
- ② つくば草の根はりきゅう院（大角豆 2012-43、029-859-3648）
- ③ つくばの“のんき”治療院（千現2-11-11-105、070-2668-1551）
- ④ 成島治療院（土浦市荒川沖 495-2、029-875-4800）
- ⑤ リウト鍼灸治療院（高野台 2-6-1 シルクハイツ B-105、029-836-7000）

備考) 会員マップには、了承の得られている治療院を掲載しております。