

ひとえだ

# 一枝のゆめ通信

Piece of Dream Foundation Letter

## 第9号

発行日：2021年 9月 10日  
発行人：矢野 忠 編集・印刷人：藤井亮輔  
〒115-0045 東京都北区赤羽1-45-5  
クロスポイント赤羽1F  
電話：03-6310-5172  
FAX：03-6310-5172  
振替口座：00170-4-487300  
(ゆうちょ銀行)  
(一般財団法人 一枝のゆめ財団)



### ◎財団のミッション

- ・高い資質を備えた鍼灸マッサージ師を育成します
- ・三療の魅力と価値を発信し若者に夢を与えます
- ・視覚に障害のある業者の就労や経営を支援します
- ・地域の人々や労働者の健康づくりを支援します
- ・ミッションを推進する活動拠点の整備を目指します

### ◆コロナ社会とオリパラ雑感

専務理事：藤井亮輔

新型コロナ感染の急拡大で自宅療養中に命を落とす悲劇が相次いでいます。この異常な現実と、スポーツの「お祭り」が同じ都市で並行して行われている現実。まるで時差のある二つの世界を同時に見ているような妙な感覚に、五輪期間中もパラリンピック開幕後も、ずっととらわれています。もちろん、アスリートの姿に感動したりスポーツの底力を考えさせられたりと、学ぶところは沢山ありました。けれども、いわば「戦時下の鉦（かね）・太鼓」に興ざめしてしまう自分が同居しているのです。ただ、不興度はパラリンピックで小さかった。理由は二つあるようです。

一つは、コロナ社会との親和性です。五輪は超人的な身体能力の限界に挑む人間が世界一を競う祭典。そこには巨万の富やビジネスが介在する分、緊急事態下の社会にはなじみません。片やパラリンピックは、残された身体能力の最大化に挑む人間のリハビリに通底する祭典です。近年、「プロ化」が進んできたとはいえ、本質的に戦う相手は自分です。選手の挑戦する姿に人間の持つ可能性を肌で感じ取ったり勇気を得たりした人は、今の時代、大勢おられたのではないのでしょうか。その分、コロナ社会との親和度は五輪よりは高いと思うのです。

もう一つは理念の問題です。コロナ禍下の五輪開催には相応の理念が求められていました。が、「復興」の二文字は色あせ「打ち克った証」の看板も下ろさざるを得なくなって、「理念なき五輪」になってしまいました。一方、パラリンピックの理念は明確で、「共生社会の実現」を高く掲げています。人々が多様性を認め合い協力し合いながら暮らせる社会。その未来図をつくるヒントがぎっしり詰まった大会をマスコミは連日大きく報じました。おかげで、日本社会にも巣食っている偏見・差別の問題を考える種が、列島の隅々に撒かれました。少なくとも障害者と国民との距離は縮まったと思います。大切なのは、撒かれた種を社会全体で育てること。その努力の先に「共生」の名に恥じない社会が芽生えるのではないのでしょうか。東京パラリンピックのレガシー（遺産）にほかなりません。

ところで、パラリンピックの呼称は、脊髄損傷などで両下肢が麻痺した状態（パラプレジア）の「パラ」とオリンピックを組み合わせた造語です。草創期の大会が脊髄損傷の選手に限られていた歴史に由来します。ただ、選手の障害種別が多様化している現状からは違和感はぬぐえません。「共生」の理念に相応しい名前が欲しいものです。併せて、オリンピックとの分離開催の在り方も検討してみてもはどうでしょうか。 (2021年8月28日執筆)

## 理事会報告

第5期決算理事会が8月7日に、また、同決算評議員会が8月21日に、いずれもオンラインで行われ原案通り承認されました。以下、2020年度の事業報告（案）と決算報告（案）を中心に議案書を抜粋・要約して報告いたします。なお、議案書の全文は当財団のホームページに掲載してありますので、詳細はそちらでご確認ください。

### 第1号議案 第5期事業報告（案）について

コロナ禍の中で迎えた第5期（20年6月～21年5月）は、感染拡大の度重なる波が治療院経営と講座開催事業（いずれも基幹事業）を直撃したことで財政状況が一段と悪化したほか、「あん摩マッサージ指圧コンテスト」の第3回開催も中止を余儀なくされるなど、きわめて厳しい1年となりました。こうした中でも、研修生及び臨床実習生の受け入れ、卒後鍼灸手技研究会の事務局受託など、公益に資する新規事業を着実に実行できたこと。また、訪問マッサージ技能検定に向けた準備をほぼ終えることができたことは、鍼灸マッサージ師の資質向上を旨とする当財団の面目躍如たる成果であったといえます。一方、昨年1月以降に本格化させた公益法人化に向けた取り組みについては、コンサル会社の助言の下、申請書類の作成や基本財産の一部処分等所要の準備を重ねてきましたが、監督官庁（内閣府）から事業規模・事業実績の面で要件不充足の評価を受け、認定申請の一時凍結を余儀なくされました。以下、第5期に実施した事業について自己評価A～Dを付して報告します。

なお、Aは「十分成果をあげることができた」、Bは「ある程度、成果を上げることができた」、Cは「十分な成果をあげることができなかった」、Dは「取り組まなかった」を表します。

#### 1. 一枝のゆめ治療院の運営（C）

第5期は、院内部門・訪問部門とも度重なる緊急事態宣言等の影響を直に受け低迷した（表1）。第5期の実績を第4期の実績と比較しても、来院患者数はほぼ横ばい、収入（年間）は、院内が86万円余り増えたものの訪問部門は63万円減少し、総売り上げは前期比23万円増の427万円余りとどまった。年度当初に見込んだ680万円（施術者派遣収入82万円を含む）と比べると、額で250万円余り、率で37%の減収となり財政悪化の要因となった（表2）。

表1 第5期（20年6月～21年5月）の施術所来院患者数（延べ数）と施術料収入

	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
施 術 所	46人	66人	56人	50人	83人	55人	62人	61人	48人	58人	65人	66人
	1,990	3,085	2,760	2,400	3,980	2,390	2,690	2,915	2,245	2,670	3,195	3,295
訪 問 マ	867	582	981	867	709	705	1,368	862	940	740	174	313
総 売 上	2,857	3,667	3,741	3,267	4,689	3,095	4,058	3,777	3,185	3,410	3,369	3,608

※「施術所」の上段は患者数、下段は院内施術の売上。「訪問マ」は訪問マッサージの売上

※ 売り上げの単位は100円、100円未満切り捨て

#### 2. 三療技術向上及び普及促進事業

##### （1）講座開催事業（C）

コロナ下にもかかわらず延べ190人が受講するなど一定の成果を挙げることができた。しかし、予定していた講座の一部中止や受講者数の大幅な制限を余儀なくされたほか、開講後のキャンセルが相次

ぐなどコロナ感染拡大による影響は甚大であった。その結果、事業収入は、予算ベース（365万円）に対し額で251万円、率で7割超下回る113万円余りとどまった（表2～5）。

## （2）講師派遣事業（A）

一方、講師派遣事業は7件を受注し、収入面でも予算ベース（30万円）を上回る35万円余りを計上するなど堅調に推移した（表2）。

表2 三療技術向上及び普及促進事業

	月	講師派遣先	講師	内容	収入（円）
講座	通 年		表3～表 5参照	表3～5参照	1,134,000
講師 派遣	6	東京都盲人福祉協会	坂井友実	間欠跛行の診察・治療	351,000
	7	同上	坂井友実	頸肩腕痛の診察・治療	
	7	治療院3件（オンライン）	藤井亮輔	膝OAの鍼灸手技療法	
	8	東京都盲人福祉協会	藤井亮輔	眼精疲労の手技療法	
	9	同上	藤井亮輔	膝関節痛の手技療法	
	9	マイナビパートナーズ	藤井亮輔	三療施術と医療事故	
	3	沖縄県立盲学校（オンライン）	藤井亮輔	あん摩師等法19条裁判解説	
合計					1,485,000

表3 低周波鍼通電療法の基礎から臨床応用まで

	月	日	講師	内容	受講数
初級	7	19	坂井友実	低周波鍼通電療法の基礎と基本技術	6
	7	26	坂井友実	腰下肢の筋パルス	6
	8	2	水出 靖（外部）	頸肩部、肩関節部の筋パルス	6
初級	8	30	坂井友実	低周波鍼通電療法の基礎と基本技術	6
	9	6	野口榮太郎	腰下肢の筋パルス	6
	9	13	水出 靖（外部）	頸肩部、肩関節部の筋パルス	6
初級	10	11	坂井友実	低周波鍼通電療法の基礎と基本技術	5
	10	18	野口榮太郎	腰下肢の筋パルス	5
	11	1	水出 靖（外部）	頸肩部、肩関節部の筋パルス	5
中級	11	8	坂井友実	神経パルス	8
	11	15	野口榮太郎	腰下肢の低周波鍼通電	7
	11	29	菅原正秋（外部）	頸、肩、上肢の低周波鍼通電	7
	合計				73

表4 ベッドサイドの身体診察と鍼灸治療 ～女性疾患～

	月	日	講師	内容	受講数
1回	9	20	小井土義彦 （外部）	女性疾患概論 月経困難症、不妊症	6
2回	9	27	小井土義彦 （外部）	更年期障害 不定愁訴	6
3回	10	4	辻内敬子（外部）	妊娠期 逆子	6
	合計				18

表5 鍼灸マッサージ師のための機能訓練実践講座

	月	日	講師	内容	受講数
前期	7	12	藤井亮輔	運動機能評価の基礎と機能御訓練の実際	12
	8	9	藤井亮輔	関節モビライゼーションの基礎	12
	9	13	藤井亮輔	関節モビライゼーションの基礎・応用	12
	10	11	藤井亮輔	複合療法 (1) 肩の痛みと可動域制限	12
	11	15	藤井亮輔	複合療法 (2) 膝の痛みと変形	12
	12	13	藤井亮輔	複合療法 (3) 上肢と下肢の痛み・しびれ	12
アップ	2	28	藤井亮輔	MMT・ROM エクササイズ・主な理学検査	3
	3	14	藤井亮輔	上肢と下肢の痛み・しびれに対する鍼通電療法	5
後期	4	11	藤井亮輔	運動機能評価の基礎と機能御訓練の実際	3
	5	9	藤井亮輔	関節モビライゼーションの基礎	3
	6	13	藤井亮輔	関節モビライゼーションの応用	3
	7	11	藤井亮輔	複合療法 (1) 肩の痛みと可動域制限	3
	8	8	藤井亮輔	複合療法 (2) 膝の痛みと変形	3
	9	12	藤井亮輔	複合療法 (3) 上肢と下肢の痛み・しびれ	4
合計					99

### 3. 訪問マッサージ技能検定試験の実施 (B)

訪問マッサージ師の技能向上等が高めるため、株式会社フレアスと連携しつつ、一昨年来、訪問マッサージ技能検定の創設準備に取り組んできた。第5期は出題基準、試験問題、実施要項を作成するとともに、標準テキストの執筆・編纂作業を行った。しかし、試験実施に当たっては、認定訪問マッサージ師講習会事業を展開する関係団体との調整が不可欠で、目下、両者の事業連携等に関する協議会を設置し、協力の可能性を含めた協議を続けている。このため、当初、6月に予定していた第1回技能検定試験の実施は困難となり、協議の進捗状況によっては年度内の実施も難しくなる可能性がある。

### 4. 研修生受け入れ事業 (A)

第3期 (2019年度) に立ち上げた事業。第5期は第1回生4名中2人の修了者を輩出できた。また、第2回期研修生の募集・選考試験 (2021年3月実施) を行い5人の新規研修生を受け入れた。目下、第1回生の継続者2人と併せ7人の研修生が研修に励んでいる (表6)。

表6 一枝のゆめ財団・東洋医療研修センター研修生名簿

	第1期研修生		第2期研修生	
1	岩谷紘大	修了	今井弘之	新規
2	川渕大成	修了	梅原いつか	新規
3	権田昌子	継続	岡部智香恵	新規
4	森 健太	継続	権田昌子	継続
5			佐藤優成	新規
6			中嶋雄大	新規
7			森 健太	継続

### 5. 臨床実習生の受け入れ事業 (A)

第5期に立ち上げた新規事業である。初年度となった昨年度は、2020年11月～2021年1月にかけて花田学園 (日本鍼灸理療専門学校) の3年生54名を受け入れた。実習終了者の感想を『一枝のゆめ通信第8号』に掲載した。

### 6. 卒後鍼灸手技研究会の事務代行業 (A)

2020年4月から開始している。会員名簿の管理、年6回の研究会に係る開催通知の発送と教材の作

成、DVDのコピー・梱包・発送等の業務代行を内容とする契約であるが、第5期はコロナ感染拡大の影響で期間中に開催された研究会は4回（いずれもオンライン）にとどまった。

## 7. 広報活動の強化（B）

懸案であったホームページのリニューアルを用途指定寄付金と日本盲人福祉委員会からの補助金を財源に行いコンテンツや体裁の充実を図った。また、会報「一枝のゆめ通信」の第6号から第8号を編集・発行した。発行済みの会報はホームページに掲載している。

## 8. 経営基盤の強化に向けた取り組み（C）

コロナ感染拡大の影響を受け第5期は治療院運営と講座開催の二つの基幹事業収入が大幅減となる事態となった。また、賛助会員は122人（個人会員49人、ゆめ会員65人、法人会員8社）で受け取り会費は1,100,000円だった。ただし、ゆめ会員のうち50人余りは、設立時寄付金10万円を5期に分けて納付する会計処理の必要から搭載された帳簿上の名義である。したがって、経営基盤の安定化には新規会員の増員が必須である。一方、第5期は37人の方々から総額1,245,538円のご寄付をいただいた。会員、寄付者の方々に改めて感謝申し上げます。

## 9. 地域との共生活動（D）

東京北医療センターや赤羽中央総合病院との連携を試みたが諸般の事情で実現には至らなかった。

## 10. 調査研究事業（B）

2020年4月から5月にかけて、新型コロナウイルス感染拡大の三療業への影響等について緊急アンケートを日本あん摩マッサージ指圧師会・東京都盲人福祉協会と共同で実施し、研究成果をホームページに掲載するとともに、「月刊視覚障害—その研究と情報—」の389号に発表した。また、第15回WBUアジア太平洋地域マッサージセミナー（9月24・25日開催）でも発表する予定である。

## 第2号議案 2020年度収支報告

第5期は基幹事業の治療院収入と講座収入が年度当初の見込み額を大幅に下回ったが、持続化給付金、家賃支援給付金等の国庫補助金（3,306,033円）と新規の研修料収入や卒後鍼灸手技研究会からの受託費が計上されたため、経常収益の総額は13,973,858円となり、当期経常損減額はマイナス253,123円にとどまった。

一方、資産は22,361,063円、負債は15,671,624円で、正味財産は6,689,439円である。資産のうち基本財産（用途指定プラザ積立金・建物・敷金など）は15,539,608円で、流動資産（現金預金）は6,821,455円である。また、負債は前受会費・預り金などを除いた13,000,000円が長短期借入金で、令和2年度の借入利息は57,634円だった。借入金返済は今期より始まる予定。（7ページ、「正味財産増減計算書」参照）

## 第3号議案 会計監査報告

監事団より事業が適正に執行されている旨報告があり、承認された。

## 第4号議案 就労支援事業の創設に向けた取り組みについて

視覚に障害のあるあはき師を対象とした就労支援事業の検討が第11回理事会（2021年1月16日開催）で承認されたことを受け、当財団と日本視覚障害者団体連合（日視連）及び国際視覚障害者援護協会（IAVI）との協議の場が持たれることとなった。その後、日視連が主たる出資者となる三者共同事業（IAVI所有地にグループホームと就労移行支援事業所を新設する事業）の基本線が打ち出され、第12回理事会（21年5月29日）の協議題において、その趣旨と方向性が了承されたところである。この事業はIAVIと日視連が保有する財産の処分を伴う

ことから両法人の承認が前提となるが、IAVI では既に評議員会の承認手続きを終えている。今後は1億2000～1億5000万円（概算）と見込まれる資金調達の可否が焦点となるが、日視連内の議論を注視しつつ、当財団に受託する就労移行支援事業の早期実現を図るべく、事業計画の作成等の準備作業を進めていきたい。

## 2. 報告事項

### 1. 会議

#### 1) 理事会・評議員会

- 第8回理事会（臨時：書面） 2020年6月12日  
(1) 新型コロナウイルス感染症特別貸付制度に基づく借入金の契約について
- 第9回理事会（定時：決算） 2020年8月7日  
(1) 2019年度事業報告（案）に関する件  
(2) 2019年度収支決算報告（案）に関する件  
(3) 2019年度監査報告（案）に関する件  
(4) 顧問の選任に関する件
- 第9回評議員会（定時） 2020年8月13日（木） 18:00～19:30  
(1) 2019年度事業報告（案）に関する件  
(2) 2019年度収支決算報告（案）に関する件  
(3) 2019年度監査報告（案）に関する件  
(4) 顧問の選任に関する件1.
- 第10回理事会（臨時：書面） 2020年10月31日  
(1) 施術所運営事業について  
(2) 従たる事務所の宇都宮移転について
- 第11回理事会（臨時：ZOOM） 2021年1月16日（土） 17:00～18:30  
(1) 公益財団認定申請の一時凍結について  
(2) 就労継続支援事業所の立ち上げについて
- 第12回理事会（定時：ZOOM） 2021年5月29日（土） 16:00～18:00  
(1) 第6期事業計画案に関する件  
(2) 第6期収支予算案に関する件  
(3) 協議題：就労支援事業の在り方に関する件

#### 2) マッサージ等将来研究会生涯教育部会との協議会

第1回 2021年6月29日（火） 18:30～19:30（ZOOM会議）

第2回 2021年8月4日（水） 18:30～19:30（ZOOM会議）

#### 3) 就労支援事業に関する三者協議

第1回 2021年7月3日（土） 13:00～14:30

第2回 2021年7月26日（月） 17:30～18:30

## 2. 来院患者の駐輪場所の問題について

治療院前のマンション共用部には来院患者の自転車を止めない契約であったが、駐輪頻度（週に2～3回）が少ないこと、敷地内に駐輪場所を確保できないこと等の事情から半ば黙認状態が続いていた。しかし、今年に入りマンションの管理を委託されている会社から駐輪禁止を迫るオーナーの意向が2度にわたり伝えられ、緊急避難的に自転車を待合室に一時保管する対策を講じている。ただ、あはき法（待合室基準）との関係、衛生面の問題、2台以上の保管は困難なこと等から2021年7月27日に管理会社の担当者と話し合い、何らかの代替策を探る方向で協議を続けることとなった。

正味財産増減計算書			
令和 2年 6月 1日から令和 3年 5月31日まで			
一般財団法人 一枝のゆめ財団			
(単位：円)			
科目	当年度	前年度	増減
I 一般正味財産増減の部			
1. 経常増減の部			
(1) 経常収益			
受取会費	1,100,000	712,000	388,000
個人会員受取会費	380,000	302,000	78,000
法人会員受取会費	240,000	90,000	150,000
ゆめ会員受取会費	480,000	320,000	160,000
事業収益	7,387,498	8,005,586	△ 618,088
治療院運営事業収益	4,184,900	3,903,684	281,216
研修生受入事業収益	854,750	493,000	361,750
講座開催講師派遣事業収益	1,485,000	2,883,752	△ 1,398,752
コンテスト事業収益	0	725,150	△ 725,150
卒後研究会事務局受託事業収益	862,848	0	862,848
受取補助金等	3,406,033	284,040	3,121,993
受取国庫助成金	3,306,033	284,040	3,021,993
受取民間助成金	100,000	0	100,000
受取寄付金	1,245,538	5,156,422	△ 3,910,884
受取寄付金	1,245,538	156,422	1,089,116
受取寄付金振替額	0	5,000,000	△ 5,000,000
雑収益	834,789	107,589	727,200
受取利息	747	1,847	△ 1,100
雑収益	834,042	105,742	728,300
経常収益計	13,973,858	14,265,637	△ 291,779
(2) 経常費用			
事業費	11,507,276	11,019,400	487,876
役員報酬	273,240	54,181	219,059
給料手当	3,703,464	3,820,671	△ 117,207
法定福利費	554,146	480,738	73,408
会議費	1,483	75,000	△ 73,517
交際費	4,099	97,860	△ 93,761
旅費交通費	504,862	443,369	61,493
通信運搬費	360,519	229,925	130,594
減価償却費	322,619	420,074	△ 97,455
消耗品費	555,801	559,443	△ 3,642
修繕費	25,514	15,860	9,654
印刷製本費	121,566	83,289	38,277
光熱水料費	167,591	164,925	2,666
賃借料	3,589,060	2,675,339	913,721
保険料	0	10,000	△ 10,000
諸謝金	155,912	985,889	△ 829,977
租税公課	63,482	2,393	61,089
支払手数料	36,956	121,847	△ 84,891
支払寄付金	70,000	0	70,000
委託費	995,562	776,897	218,665
貸倒引当金繰入	1,400	1,700	△ 300
管理費	2,719,705	2,725,575	△ 5,870
役員報酬	86,760	5,819	80,941
給料手当	1,275,954	968,969	306,985
法定福利費	141,423	29,832	111,591
交際費	1,301	0	1,301
旅費交通費	84,878	181,956	△ 97,078
通信運搬費	90,837	32,907	57,930
減価償却費	25,111	10,104	15,007
消耗品費	23,399	15,467	7,932
修繕費	1,986	11,000	△ 9,014
印刷製本費	18,352	24,931	△ 6,579
光熱水料費	18,841	9,931	8,910
賃借料	482,847	306,108	176,739
保険料	0	10,000	△ 10,000
委託費	358,611	864,307	△ 505,696
租税公課	15,779	11,237	4,542
支払手数料	35,692	97,424	△ 61,732
支払利息	57,634	145,083	△ 87,449
貸倒引当金繰入	300	500	△ 200
経常費用計	14,226,981	13,744,975	482,006
評価損益等調整前当期経常増減額	△ 253,123	520,662	△ 773,785
評価損益等計	0	0	0
当期経常増減額	△ 253,123	520,662	△ 773,785
2. 経常外増減の部			
(1) 経常外収益			
貸倒引当金戻入	2,200	1,400	800
経常外収益計	2,200	1,400	800
(2) 経常外費用			
経常外費用計	0	0	0
当期経常外増減額	2,200	1,400	800
税引前一般正味財産増減額	△ 250,923	522,062	△ 772,985
法人税、住民税及び事業税	70,000	70,000	0
当期一般正味財産増減額	△ 320,923	452,062	△ 772,985
一般正味財産期首残高	△ 2,522,395	△ 2,974,457	452,062
一般正味財産期末残高	△ 2,843,318	△ 2,522,395	△ 320,923
II 指定正味財産増減の部			
受取補助金等	131,790	0	131,790
受取国庫助成金	131,790	0	131,790
受取寄付金	0	545,000	△ 545,000
受取寄付金	0	545,000	△ 545,000
一般正味財産への振替額	△ 46,033	△ 5,000,000	4,953,967
一般正味財産への振替額	△ 46,033	△ 5,000,000	4,953,967
国庫助成金	△ 46,033	0	△ 46,033
寄付金	0	△ 5,000,000	5,000,000
当期指定正味財産増減額	85,757	△ 4,455,000	4,540,757
指定正味財産期首残高	9,447,000	13,902,000	△ 4,455,000
指定正味財産期末残高	9,532,757	9,447,000	85,757
III 基金増減の部			
当期基金増減額	0	0	0
基金期首残高	0	0	0
基金期末残高	0	0	0
IV 正味財産期末残高	6,689,439	6,924,605	△ 235,166

## お知らせ

昨年8月よりホームページ上に掲載を始めました健康情報コラム「一枝のゆめ治療院の現場より」が1周年を迎えました。第1回からのトピックをまとめてご紹介いたしますので、ぜひ一枝のゆめ治療院のホームページ「健康情報コラム」よりご覧ください。

### 『一枝のゆめ治療院の現場より』

第1号	肩がこっているあなたへ
第2号	「腸活」で免疫力UP
第3号	「ストレス緩和」で免疫力UPを/鍼灸マッサージで病気になりにくい体づくりを
第4号	便秘しているあなたへ
第5号	尿漏れで困っているあなたへ
第6号	夜間頻尿・頻尿で困っているあなたへ
第7号	肌活で風邪予防を/そして新型コロナウイルス感染症の予防に繋げよう
第8号	感染症防御は、自然免疫力で
第9号	鼻アレルギーのセルフケア
第10号	ぐっすり眠り、日中を活発に
第11号	耳鳴りで困っているあなたへ
第12号	夏バテ・熱中症の予防とセルフケア

## 片麻痺のハリビリ 外来

脳梗塞などで手足にマヒが遺った方のための「ハリビリ外来」を始めました。鍼（ハリ）と機能訓練を組み合わせた「ひと枝方式」のリハビリテーションです。運動機能やQOLの向上にとっても有効です。担当するのは鍼灸学博士でリハビリにも造形の深い、藤井亮輔院長。治療法などの詳細をお知りになりたい方は当財団にご相談ください。  
※ 料金：60分 5,500円（賛助会員・治療院会員は4,500円）







## 夏バテ・熱中症の予防とセルフケア

### 【季節に適應する身体】

私たちの身体は、本来、季節の気象変化に適應できるようになっています。夏は暑さで体温が上がらないように夏の身体に変化します。具体的には、皮膚血管は拡張し、放熱を盛んにし、更に発汗して体温の上昇を防ぎます。冬は寒さで体温が下がらないように冬の身体に変化します。具体的には皮膚血管は収縮し、体温が奪われないようにするとともに代謝を亢進させて熱産生を盛んにします。それでも追いつかないときは、筋肉を強制的に収縮(震え)させて熱産生を更に高めます。

その役割を担っているのが脳にある視床下部の体温調節中枢と自律神経系です(図1)。季節によって気温や湿度は変化します。そうした外界の気温の変化を皮膚の感覚神経や受容体(センサー)は読み取り、その情報を体温調節中枢に伝え、自律神経系を介して体温が一定範囲内に維持されるように調節を行います。人間は恒温動物です。一定の体温が維持された状態で私たちの身体は正常に機能します。この恒常状態が夏の暑さや冬の寒さによって狂い出すと様々な変調が発生します。夏には夏バテや熱中症が、冬には冷え症、しもやけ、凍傷が発症します。

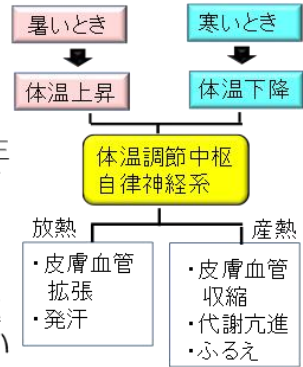


図1 体温調節の仕組み

### 【夏バテについて】

夏バテとは、夏の暑さによる「食欲がない」「体がだるい」「イライラ」などの体調不良を指します。その原因の一つが、冷たい物を摂り過ぎることです。暑いからといって冷たい飲み物やアイスクリームなどの冷菓の摂り過ぎは、お腹を直接冷やし、消化器官の働きを変調させます。夏の夜の「寝冷え」も同様で、お腹の冷えで下痢や腹痛が生じます。このように消化器機能の変調による下痢や腹痛は食欲をなくし、体力を減退させ、夏バテを引き起こします。

また夏バテの背景には、気象変化に対する適應力の低下、更にはストレス社会が関与しているのではないかと考えています。夏は冷房、冬は暖房といったように、私たちの生活は一年を通して快適な環境の中で過ごしています。こうした快適性が体が本来もっている外界の変化に対する適應力を損ねているものと考えています。またストレスフルな社会の中での生活は、自律神経系に大きく影響し、自律神経機能の変調を引き起こしているものと思われます。従って、夏バテ予防や対策には、単に冷たい物の摂取を抑えるだけではなく、身心全体の調整が必要になります。それには全身の機能を調えるマッサージ、鍼灸療法が効果的です。身体の環境変化に対する適應力を強化してくれます。

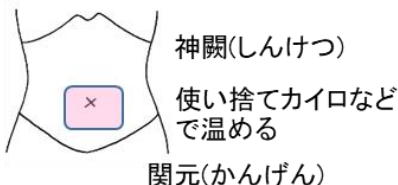
### 【熱中症とは】

上記したように夏には夏の身体になり、体温が調整されます。しかし、体温調整がうまくいかないと、体内に熱が溜まって「熱中症」になります。つまり皮膚からの放熱、発汗による放熱で体温上昇を抑えることができず、加えて発汗による脱水状態が進み、急速に「熱中症」へと進展してしまいます。「熱中症」になると第一段階(重症度Ⅰ度)として①めまい、立ちくらみ、生あくび、大量の汗、筋肉痛、筋肉の硬直(こむら返り)などが発症し、第二段階(重症度Ⅱ度)では頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、集中力や判断力の低下など、第三段階(重症度Ⅲ度)では意識がない、返事がおかしい、ケイレン発作、過呼吸、ショック症状、高体温などと悪化し、極めて危険な状態になります。そうならないように予防と対策が大切です。

### 【夏バテの予防とセルフケア】

- 1.冷たい物を控えること
- 2.お腹の冷えによる下痢や腹痛の対処

臍部(おへそ)を温灸やカイロで暖める。臍はツボで神闕(しんけつ)といい、ここに温灸をすとお腹全体(五臓六腑)が温まります。下痢、腹痛を改善し、減退した食欲をたかめてくれます。また関元への温灸は身体全体に元気をつけてくれます。



### 【熱中症の予防とセルフケア】

- 1.室温が28度以上の時は冷房を使用する。
- 2.水分を適切に摂る。特に塩分の補給がポイント
- 3.野外では、涼しい場所に避難し、衣服をゆるめて団扇などで身体を冷やす。そして塩分入り水分を補給する。
- 4.水分補給しても症状が改善しない場合は、119に通報し、医療機関へ



身体を水で濡らして団扇で仰ぐことが効果的

## 第6期賛助会員及びご寄付をいただいた方々の状況

(2021/6/1~2021/8/31 現在)

ゆめ会員	個人会員	法人会員	一般寄付者	治療院会員
64人	40人	5団体	7人	40人

### ◎会員（敬称略）

#### ◎ゆめ会員

【青森県】大久保友芳、南館邦士【福島県】佐藤功、渡辺雅彦【宮城県】渡辺春男【群馬県】山田信代【栃木県】坂本一【茨城県】小林公子、野口栄太郎、【千葉県】長岡英司、藤井勝治、株式会社サンライズジャパン【埼玉県】川島恵司、近藤宏、菅原寿彦、中西初男、前田智洋、山口智、譲矢正二【東京都】足達謙、新井愛一郎、石渡博明、植田員弘、古賀義久、笹川吉彦、丹澤章八、藤井晃子、藤井栄美子、藤井克徳、藤井真理、藤井ゆき代、安野富美子、与那嶺岩夫【神奈川県】小谷田作夫、富安猛【石川県】宮村健二【静岡県】小田木宏江、陳中医研究所、松尾春正、松尾真行【岐阜県】川喜田健司【愛知県】菱田岐代子【奈良県】喜多嶋毅【京都府】竹下義樹【兵庫県】蓬菜阿弥【岡山県】竹内昌彦【島根県】小川幹雄【山口県】安田和正【愛媛県】和田浩一【福岡県】岡田富広、野村秀紀、吉松政春【長崎県】東濱啓【鹿児島県】木村正宏【沖縄県】系数三男、大城保夫、下地幸夫、知花光秀、友寄隆光、仲宗根義美、中本与一、仲村渠弘康、福里実【アメリカ】岩本光弘

#### ◎個人会員

【青森県】木村教雄、中村幸雄【福島県】渡辺雅彦【群馬県】松浦良民、山田信代【栃木県】石上善彦、兼目忍【茨城県】塙太一【埼玉県】内田玲子、川島恵司、山口智【東京都】新井愛一郎、新井律子、新谷弘子、大谷正子、香川邦生、木村葉子、笹川吉彦、竹内幸男、丹澤章八、藤井晃子【神奈川県】小井土善彦、古賀公子【山梨県】飯野由利【静岡県】岡田剛、曾根原容子【長野県】関口かおる【岐阜県】松浦研一【愛知県】菱田俊彦、菱田智仁、菱田奈々子【奈良県】喜多嶋毅【京都府】廣正基【大阪府】郡司弘子【岡山県】竹内昌彦【鳥取県】小倉孝之【島根県】岩谷久美子【香川県】大町雅志【福岡県】原田八千代【沖縄県】當眞三男

#### ◎法人会員

学校法人花田学園日本鍼灸理療専門学校、株式会社フレアス、公益社団法人全国病院理学療法協会、公益社団法人東京都はり・きゅう・あん摩マッサージ指圧師会、セイリン株式会社

#### ◎寄付者（敬称略）

【群馬県】山田信代【埼玉県】駒崎友和、徳竹忠司【東京都】植田員弘、藤井晃子【京都府】竹下義樹、矢野忠

## イベント

2年に1度開催されるWBUAP（世界盲人連合アジア太平洋地域協議会）のマッサージセミナーが、（社福）日本盲人福祉委員会の主催の下、9月24日（金）・25日（土）の2日間、オンラインで開催されます。第1日目には当財団の矢野忠理事長（明治国際医療大学学長）が基調講演を行います。各国（10か国・地域）のマッサージ事情の報告やマッサージチャンピオンを紹介する企画など魅力満載の大会です。参加費は無料ですので、皆さま奮ってご参加下さい。

申し込み・お問合せ 社会福祉法人 日本盲人福祉委員会

E-mail [message2021@ncwbi.or.jp](mailto:message2021@ncwbi.or.jp)

電話 03-5291-7885



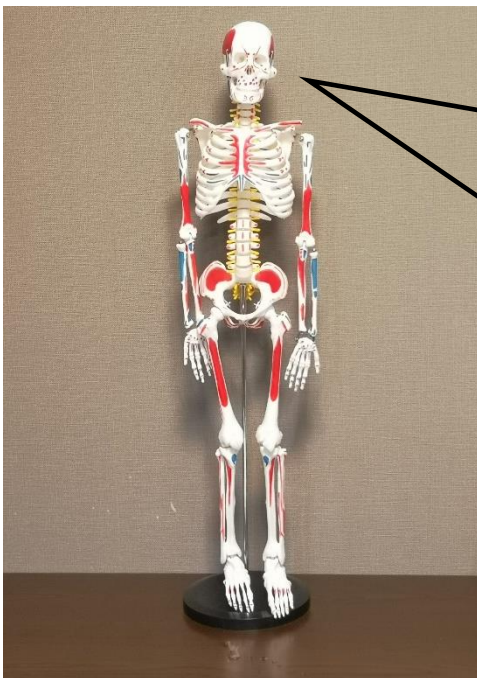
## ご寄付のお願い

当財団の趣旨に賛同してくださる方々からのご寄付は、用途が指定されている寄付行為と指定されていない寄付行為がありますが、今年は後者に限らせていただきます。コロナ禍の折、たいへん心苦しく存じますが、何とぞご無理のない範囲でご芳志をたまりますよう、お願い申し上げます。

なお、ご寄付の送金につきましては、同封の振込用紙をご使用になるか、下記の口座にお振込みいただきますようお願いいたします。

- ゆうちょ銀行からのご入金  
記号・番号：00170-4-487300  
名称：一般財団法人 一枝のゆめ財団
- 他の銀行からのご入金  
銀行名：ゆうちょ銀行  
支店名：〇一九店（ゼロイチキョウ）  
口座種類：当座預金  
口座番号：0487300

賛助会員の区分		会 費	期間
個人	一般会員	5,000 円	1 年
	ゆめ会員	20,000 円	1 年
法人		30,000 円	1 年



### 編集後記

今号は決算報告を中心に編集させていただきましたが、当財団の社会的な意義の一端がお伝えできたなら嬉しいかぎりです。9 ページに掲載した、「一枝のゆめ治療院の現場より 第 12 号」(夏バテ・熱中症の予防とセルフケア)は、自律神経系の乱れや夏の疲れが出る今の時期に読んでいただきたい内容です。今回も矢野理事長に執筆いただきました。残暑を飛び越えたように秋の気配がいっぺんに深まりました。季節の変わり目、みなさまにはくれぐれも健康に留意され、お元気にお過ごしください。

＜一枝のゆめ副院長：小島永吉＞

筑波技術大学解剖学教室から寄贈された骨格・筋模型です。研修生の学習教材として大活躍です。