発行：公益社団法人 宮城県鍼灸師会

宮鍼会報

No.14

URL　http://miyagi.harikyu.or.jp/
Twitter　https://twitter.com/miyasinkai

発行日　2023/3/31

- 巻頭言
- 賀川先生の追悼特集
  - ・役員歴・表彰など
  - ・追悼文
- Eラーニングについて
- 令和4年度下半期行事
- 令和5年度上半期行事予定
- 総会のお知らせ
- 労災保険の特別加入について
- 11/23スキルアップ研修会報告
- 災害鍼灸支援ガイドライン
- 会員リレーコラム

巻　頭　言　　副会長　前田由紀枝

突然の訃報でした。1月19日、当会監事の賀川秀眞先生ご逝去の知らせに我が耳を疑いました。2ヶ月前の理事会にはご出席だったのに。「前田さん、その髪いいね！」髪染めをやめた私にかけていただいた言葉、その時の先生の笑顔がなぜか昨日のことのように思い出されます。自然であることを愛され、鍼灸治療はもちろんのこと、多方面に深い見識をお持ちの賀川先生には、まだまだお言葉をいただきたかったです。賀川先生には、この場をお借りして、改めてこれまでのご尽力に心から感謝申し上げると共に、ご冥福をお祈り申し上げたいと思います。

さて、世の中、新型コロナウイルス感染症に右往左往して参りましたが、その感染症もようやく今年5月8日に季節性インフルエンザなどと同じ「５類」に移行します。未ださまざまな問題を抱えたままの移行のようですが、これからはwith コロナの中で、創意工夫をして生活していくことになるのでしょう。業界にとっても個人にとっても、これまで受けた打撃は計り知れないものがありますが、その中で得た知恵や知識、技術を大いに活用し起死回生を図っていきたいところです。

前回の会報で稲井会長が発表した今年度の事業方針の提言を思い出してみて下さい。

１.会員同士の繋がりを強め、会全体と個々の活性化を図る。
２.各部署に委員を設け、作業分担と共に新しい委員の育成をする。
３.各委員の横のつながりを緊密にし、サポートし合いながら組織力を強化する。

今年度4名の新理事を迎え、新体制でこの提言を実現するために活発に取り組んで参りました。コロナ禍のため実施できた事業は限られていましたが、参加された皆様には確実に新しい風を感じていただけていたのではないでしょうか。
次年度は、この提言を引き継ぎ、皆様にとってより有益なスキルアップ研修、保険（療養費）申請事業、社会福祉事業を展開して参ります。是非新しい風を感じながらそれらの事業にご参加ください。そして、たくさんのご意見、ご感想をお聞かせいただければと思います。
どうか皆様、今後とも更なるご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

賀川秀真先生追悼特集

役 員 歴

平成１３年	４月	１日	組織部長
平成１５年	４月	１日	総務部長
平成２１年	４月	１日	セラピスト部長
平成２２年	４月	１日	学術・セラピスト部長
平成２３年	４月	１日	社会奉仕事業部長
平成３０年	４月	１日	監　事

表　彰

平成２２年	１１月	７日	社団法人宮城県鍼灸師会感謝状（社会奉仕功労）
平成２７年	９月	６日	公益社団法人宮城県鍼灸師会長表彰（役員功労）
平成２７年	９月	３０日	公益社団法人日本鍼灸師会感謝状（役員功労）
平成２８年	１１月	３日	宮城県知事表彰（保健衛生功労）
令和　３年	１０月	２４日	公益社団法人日本鍼灸師会感謝状（永年功労）
令和　４年	１月	３０日	公益社団法人宮城県鍼灸師会表彰状・感謝状（会員歴２０年以上・社会奉仕・スポーツ救護）

賀川秀真先生追悼特集２

賀川先生を偲んで

会 長　稲井　一吉

　前田副会長が巻頭言の中でも述べている通り、今年1月に賀川秀眞先生がご逝去されました。ついこの前、酒を酌み交わしたばかりなのに、今も信じられない気持ちでいっぱいです。

　賀川先生とは別団体でよく顔を合わせていたことから、入会当初からよく存じていました。その後、先生が宮鍼会の理事となり、一緒に業界のために働くこととなった訳ですが先生と一緒に作業をしていつも感じていたことは、緊張するような会議やイベントの時でも、誰にでも明るく接し、親しみやすく場を和ませてくれる雰囲気があったことです。総会や大きな学会、周年行事など、私が緊張しながら現場に入ったとき、先生のお顔を見ただけでリラックスでき、自然とこちらも笑顔になります。そのような先生の存在が、事業や会務運営の大きな力になっていたと思います。私が会のことで困ったときなどは、よく相談をさせていただきました。なかなか人には言えないような悩み事など、先生には不思議とお話できました。時には、先生より年下の私が生意気な意見を言っても、それを受け入れてくれ、またある時は、先生の答えが的を射ない時もありましたが、それでも先生に聞いてもらえたというだけで、気持ちが落ち着いたことを思い出します。

　賀川先生は、宮鍼会の役員として学術、セラピスト、総務、組織など多くの役職を歴任し、長年に亘ってご貢献くださいました。詳しくは下に列記いたします。特に社会奉仕事業としての活動はすざましく、スポーツ救護ケア、老人ホームケア、子育て支援、更には災害支援まで幅広くご参加をして、ボランティアをされていました。その数は優に１００回を超え、未だこの数を追い越す人はいません。このような先生の献身的な活動が認められ、平成２８年には「宮城県知事表彰」を受賞され、また本会７０周年記念式典では、表彰状、感謝状合わせて３つもの受賞をされたのは、賀川先生ただお一人でした。しかし、まだまだ先生の活動とご功績を数えれば、枚挙に暇がありません。

　先生は一度役員を退いたものの、再び平成３０年から監事に就任、会と会員のためにご尽力くださいましたが、在任中に病に侵され、帰らぬ人となってしまいました。賀川先生にはもっとお話ししたいことなど沢山ありましたが、それも叶わぬ今となっては、唯々、感謝するばかりです。賀川先生、本当にありがとうございました。そして心よりご冥福をお祈りいたします。

賀川秀真先生追悼特集３

弔　　辞

公益社団法人宮城県鍼灸師会
名誉会長　　樋口　秀吉

賀川秀眞先生　謹んで逝去を悼み生前の温かいご指導に対し、あらためてお礼申し上げます。
最初の出会いは、私が講師をしていた赤門鍼灸学校に、入学されて、授業を受け持ったところからですね。
当時は、夜間部の授業で、学生の皆さんは、それぞれ仕事を持っていて、年齢もまちまちの講師の私より年上の人が半数以上いる状態でしたね。
先生は、東北学院大学を卒業されて、私も同じ大学を卒業していたので、大学後輩のわたしは、正直言いますとちょっと授業はやりずらかったですよ。
しかし、クラスの方々は、何かあると飲み会で集まっており、私が歳が若いせいか、講師の中でも誘われることが多く賀川先生のご自宅でもごちそうになりましたね。
卒業後は、私が主催する鍼灸の学術団体である経絡治療学会東北支部の研修会に参加してくださり、また、おすすめした東方会への勉強会で、東京へずいぶん通いましたね。
鍼灸の古典にも興味を持もたれ、私の治療室へ同級生である今野正弘先生と毎週のように通ってくださいましいたね。夜７時からで、仕事の疲れている中での勉強会で、私が話しているとたびたび居眠りしたり、熱が入ると夜の１２時過ぎることも、しょっちゅうありましたね。
鍼灸の業団体である、公益社団法人宮城県鍼灸師会、及び学術団体の経絡治療学会東北支部の理事、役員を歴任され多くの行事企画に積極的に発言され、行動されることに、多くのことを学ばされ助けられました。
特に、鍼灸の置かれている法律的な問題、保険問題に興味を持たれ、関係行政とたびたび要望書、質問書などを交わして下さいました。
思い出されるのは、私は東京からの帰り、先生は治療室から仙台駅前の居酒屋で待ち合わせ、外は、台風が来ていて、雨風の強い中、電車が運休なることもお構いなしで、激論を交わしたことです。
私が、各団体の代表を務める中で、常に傍にいてくれ、陰に陽（ひなた）に支えてくれ、まるで兄貴のように思えてなりません。４０数年間、感謝してもしきれません。ほんとうにありがとうございました。
一昨年の９月、痛みがなかなか取れず、検査した結果大腸がんが見つかりすでにリンパ節に転移しており手術は不可能で、薬物療法抗がん剤投与で余命宣告を受けた私でした。
その後、昨年３月に東京で学術大会が開催され、私の、おもり役とも取れる形で二人で参加しました。その時の、車中でのお話の中で、「最近胃の調子がおかしい、いろいろと治療を試みているが一向に良くならない」という訴えでした。「医療機関で検査を受けたのかを問うと」、「受けていない」という。「外からだけではわからない」「原因がわからないと対処しきれない」早急に医療機関で検査を受けるよう強く勧めました。
その後、検査を受けられ胃癌の診断がくだされました。先生は、抗がん剤等の治療は辞退し、漢方薬での治療を始められました。二人でそれぞれ癌と向き合う生活することとなりました。
昨年の８月に鍼灸経絡治療夏期大学が開催する運びとなり、コロナ禍で講師陣も参加を辞退する中、参加し無事講師役を務め自分が癌で治療中であることを参加者に告知しておりましたね。
１２月の忘年会、研修会に参加し元気な姿で講師役を務めました。

年が明け今月１５日の勉強会のおり、お見舞いに伺った数名の方から、３月開催する大会の準備進捗状況に心配し、「私のことを気にかけたお話ばかりでしたよ」、「お元気でしたよ」。と報告を受けました。
お見舞いに、元気付けに行こうとしていた矢先に訃報の連絡でした。
直ぐに駆けつけました。
なんで、なんで待っていてくれなかったの。最後のお別れは、したかったのに。
しるしも、言葉もないお別れ、別れじゃない、「俺が先に天国にいっているから、お前は、まだやる事があるから、それを片付けてからこい」というメッセージと思うことにしました。
賀川先生、天国で待っていてください。
これまでのお導きに心より感謝し、安らかなお眠りにつかれる事をお祈りいたします。
私が起こしにいきますよ。

賀川先生との出会いと思い出

宮城県鍼灸師会会員　吉岡　章

1月18日、賀川先生訃報の一報が入り、遂にこの日が来たかという思いと、まだまだ後であって欲しかったという思いがありました。先生の症状を知ったのは昨年の9月頃で体調を案じておりました。先生との最後の会話は宮城県鍼灸師会70周年式典での会話が最後、その時も患者さんを案じ、多方面からのアプローチを参考にするための会話でした、患者さんの事を考え、患者さんにとって最良の方法を探っておられたようで、自分より患者さんを優先し必死に症状の解決方法を探究しておられました。先生の印象に残った言葉を記しますと「東洋医学は万能だね、その一つの鍼灸に関わられたことは幸せだね。」という言葉が心に残っております。

本葬においても賀川先生の人を思う心をご家族の方のご配慮にて、午後の時間に執り行われことで弔問に遠方より駆けつることが出来た方がいらっしゃいました。これも賀川先生の人を大切にする人柄が偲ばれる事柄であると思います。

賀川先生とは専門学校時に友人の紹介で知り合い、在学中は時々会話することがあり、私とは違った見方をする方と思い興味があり会うのを楽しみにしていました。

卒業後共に30歳過ぎており、独立を考えたとき先に経絡治療学会に縁があって入会して1年位後に先生が入会されてきたと思います。その後経絡治療東北支部の運営に係わり、経絡治療夏期大講習会講師として、学会にと共に参加しました、参加した際は真摯な態度で講習を受講し、次の治療に役立てようとする気概を感じ見習うものがあり、何事にも謙虚に、そして、前向きに取り組んでいたことが印象的でした。

更に宮鍼会の事業に携わって、役員として指導者として数多くの方々が先生のご指導を受けたのでは無いでしょうか、先生の遺徳として宮城県鍼灸師会の若い先生方の心の中に生き続ける事だと思います。

本葬の際ご家族から最後の情況を伺いましたが、先生の最後は東洋医学に捧げた人生であり、「西洋医学で限界があるなら、東洋医学で最後まで頑張る」との言葉を伺った賀川先生の東洋医学に対する思いが窺えてなりません、若し同じ立場であったならこの選択が出来るかというと私は出来ないと思います。

先生の信念の強さ、東洋医学への思いを最後まで実践した方はそう多くはないと思います。今後残されて何年間かを人のため、東洋医学のために先生を見習って生きていこうと思う次第であります。

いつまでも想い出が尽きません、最後にご家族様の哀悼と賀川先生へのご冥福を祈ります。

「先生知り合えて良かったです、本当にありがとうございました。」

賀川秀真先生追悼特集５

宮城県鍼灸師会会員　下條　静

賀川先生とは、赤門入学後から25年のお付き合いになります。在学中は毎月経絡治療の講座でご指導を頂いた他、卒業後も様々な学会や勉強会に参加し、北海道から九州まで多くの学びの場と呑みの場を共有させて頂きました。

宮鍼会の理事任期中は、毎月23時頃まで会議を重ねました。賀川先生は、常に思慮深く、正義感と探求心の塊のような方でしたが、それは臨床面に留まらず、各種制度や政治団体への関心も高く、当会を代表して交渉にもご尽力下さいました。

また、毎年ひとめぼれマラソン大会のボランティア活動では、選手として10kmを完走後に、スタッフと一緒にケアに当たられる姿には、その体力と使命感にいつも感銘を受けていました。

その反面、少しおっちょこちょいな面を持ち合わせた可愛らしい賀川先生。こだわりの農作物や発酵食品作りがご趣味でしたが、よく失敗談を伺い、よくよく笑わせて頂きました。

賀川家の梅の実が不作だった3年前には、私の実家の梅を分けて欲しいと相談があり、初夏、実家で一緒に汗を流しました。さすが体力のある賀川先生、まるで猿のように木を渡り歩き梅をもぐ姿は滑稽でしたが、その年無事に梅干しを作ることが出来たそうで良かったです。

そして昨年もまた、実が成らないとの連絡がありました。体調が思わしくないという噂を耳にしていたので、今年は私がもいで仙台に持ち帰りますよと話し、後日息子慶吾君と引き取りに来られた7/9、「実は、先週、胃癌で余命3ヶ月って言われたんだよ。医者には抗癌剤を勧められたけど、やらないって言ったんだ。俺は漢方で行く、鍼灸と漢方薬で行く、って言ったんだ。背部兪穴のお灸がとても効くんだよ。」と。そこまで進行していたとは内心、愕然としましたが、医者の言う余命なんて、まともに受けることない！慶吾君、毎日治療してあげてね、宜しく頼むね。と、話しました。

その後、漢方治療と養生を重ねられ、12/10経絡の忘年会ではまた一緒に宴席を囲むことが出来ましたが、年末に賀川先生からお電話がありました。1週間程前に胃穿孔にて緊急入院されていたとの事、退院後には岡部医院の在宅療養になるから、静ちゃんとは縁があるんだなぁと思って電話したのと。声に力がなく、半分程しか聞き取れませんでしたが、退院後は必ず往診に伺う旨をお伝えしました。また入院中、慶吾君が病室に往診できるよう「コロナなんて関係ない、患者が望む医療を受けさせるべきだ!」と医師に直談判し了承を得たとの事、さすが賀川先生です。

年明け11日ご自宅に戻られ、翌12日往診に伺いました。15日には今野先生とお見舞いに伺い、ご家族と共に昔話を交えて談笑しましたが、翌16日の往診時は、昨日の活気はなく、今日は朝から腹がもたついて調子が悪いんだと、しかし施術後はお腹が空いてきた感じ、お茶飲もうかなと話されました。帰り際に、次はまた3日後に来ますね、と言うと、「ありがとう。僕の予後は、良くなってるよね？」と見つめられ、励ますしかありませんでしたが、正直切なくて、たまりませんでした。

大変残念ながら2日後に永眠されましたが、いつもひた向きで前向きな賀川先生を、生涯忘れる事はできません。また、往診中も、樋口先生はどう？浦山先生はどう？と、御自身の体調をよそに、お二人の心配ばかり口にされ、大変慈悲深いお方でした。長い間の楽しかった思い出、そして多くをご教授頂きまして本当に有難うございました。心よりご冥福をお祈り申し上げます。

Eラーニングについて

日本鍼灸師会が2020年5月から開始したEラーニングという、今の鍼灸師にとって必要な知識を学ぶ事ができるオンライン講座を主催している事はご存知でしょうか。

登録料及び学習にかかる費用は無料で、CFS 臨床基礎コース、LES 生涯研修コース、専門領域研修コース(PDS)に分かれ学習しやすくなっています。

以前は段階を踏んだコース分けがされていたのですが、現在はどこからでも学ぶことが出来るようになりました。

講座の時間も1コマ15分程度とちょっとした空き時間や通勤時間、休憩時間などに学びやすく、何度でも見返す事も出来るので、私も隙間を見つけては学習をするようにしています。

講義内容は日々の臨床に活かせる内容は勿論、正しいカルテの記載方法、またその内容を医療機関に正しく伝える方法、患者様への接遇・リスク管理、開業方法から経営講座まで多岐に渡っています。

医療だけでなく鍼灸師を取り巻く環境は日々更新されています。

私も20数年前にはり・きゅう師免許を取得する際に学んだ事を「今はどうなっているだろう？」と思い論文などを検索すると、正しいと思っていた事が根本からひっくり返ることが多々あり、日々驚かされています。このEラーニングを視聴した際にも驚きでいっぱいでした。

私もそうですが、日々の臨床で学んできた施術方法がスタンダードだと思ってしまいどうしても偏りがちになってしまいます。昨日までスタンダードだったことが今日アブノーマルになっていることがあります。そのため視野を広く保つためにも学び続けていくことが大切です。

このEラーニングも学習内容が日々更新・追加されています。学べる講師陣も大学など研究機関において臨床研究に携わられている方から、町の臨床家まで様々な方から学ぶことが出来ます。

これだけの内容を自宅や職場で学ぶことが出来るのはいい時代になりました。
まずは下記のアドレスにアクセス・登録をして試しに視聴されてみてはいかがでしょう。

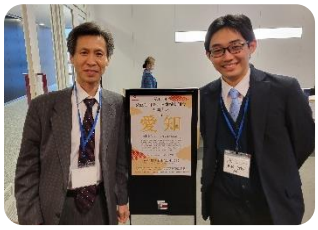
https://www.harikyu.or.jp/5752/　（日鍼会ｅラーニング研修システム：ＮＥＬＳ(ネルス)）

はり・灸　じゅん接骨院　二本柳　潤

令和４年度下半期行事

１１月　８日　理事会
１１月２３日　治療院紹介セミナー
２月１９日　理事会
３月１９日　第4回スキルアップセミナー

１２月２日・４日　日鍼会全国大会in愛知
テーマ
「ヒトを診る
－東洋医学の全体観－」



令和５年度上半期行事予定

４月１６日　理事会
５月１４日　定時総会、今野先生慰労会
５月　正副会長会議
６月　県民公開講座
７月　正副会長会議
８月　理事会
９月　東北鍼灸学会岩手大会

青年部主催『リレーセミナー』も企画しており、
６月・８月・１０月を予定しております。
詳細が決まりましたらメルマガ・宮鍼会HPにて
ご案内させていただきます。

総会のお知らせ

令和５年度　定時総会のご案内
日時　令和５年５月１４日（日）　１０時～
場所　エルパーク仙台　セミナールーム１

労災保険の特別加入について

この度、個人事業主でも要件が満たされれば、労災保険に加入することができるようになりました。どのような方が、対象となるのかをご案内いたします。詳細を知りたい方は『日本あはき師厚生会』のホームページをご参照ください。

『公益社団法人　日本鍼灸師会』『公益社団法人　日本あん摩マッサージ指圧師会』『社会福祉法人　日本視覚障害者団体連合』は『日本あはき師厚生会』という団体を設立いたしました。はり師、きゅう師、あん摩マッサージ指圧師が労働者災害補償保険（労災保険）に加入するために設立された特別加入団体です。

労災保険とは、「労働者」の業務または通勤による災害に対して保険給付を行う制度で、本来は自営業者等は対象となりません。しかし、自営業者等でも、その業務の実情，災害の発生状況などからみて、特に労働者に準じて保護することが適当であると認められる『特別加入制度』があります。

この制度には大きく分けて3種類あります。

中小事業者等の特別加入　　一人親方等の特別加入　　海外派遣者の特別加入

はり師，きゅう師，あん摩マッサージ指圧師は、「一人親方」の場合が多く、「一人親方」とは、労働者を使用しないで（従業員を雇わないで）事業を行うことを常態とする自営業者等を指します。
ただし、労働者を通年使用しない（従業員を通年雇わない）場合であっても、1年間に100日以上労働者を使用している場合には、常時労働者を使用しているものとして取り扱われます。この場合は、一人親方とはならず、中小事業主となり、一定の要件を満たすことで中小事業主として労災保険に特別加入することができます。

入会金や年会費におきましても、日本鍼灸師会会員の方は非会員よりも安く入れて、手厚い保証があります。

その他、加入条件や保険内容，費用など詳しく知りたい方は『日本あはき師厚生会』のホームページ（https://ahaki-rousai.jp/）をご参照ください。

佐藤寛崇

１１／２３スキルアップ研修会報告

「技術+未来」～就職活動の悩みを解消～治療院紹介セミナー　スキルアップ研修会

開催場所：日立システムズホール仙台　エッグホール　13：00～17：00

本年第３回目のスキルアップ研修会でした。第2回のスキルアップ研修を踏まえ進化版として会員外の先生の参加を募り、開催いたしました。コロナ感染者も増え、大変難しい状況での開催となりましたが、県内外から申し込者総数31名となり会場もギリギリいっぱいで無事開催されました。

前半　【治療院紹介】

前半は参加院の治療院紹介。各治療院様スライドを使って自院の説明、そして実技を披露して頂きました。さかえ鍼灸治療院の「長野式を使った肩こりに対する鍼実技」、Face Conditionig hari lab.の「立体造顔美容鍼®」、中山鍼灸接骨院の「五十肩に対する鍼とキネシオテーピングによるアプローチ」と様々な実技を参加者の皆様と共有することが出来ました。

後半　【就職活動の悩みに応えるQandA】

後半は参加者からの質問に答えるQandAを行いました。中山鍼灸接骨院 種村正昭院長，Face Conditionig hari lab. 佐藤洋院長，さかえ鍼灸治療院 柴田良彦院長に質問に答えて頂きました。普段、聞く事の出来ない院長の本音、経営者としての答えを聞く事が出来て会場は大変盛り上がりました。

今回のセミナーは初めて尽くしで、会員外の方にも宮城鍼灸師会がどういった事をやっているか、そして何をやって行きたいかを知ってもらえる機会になったと思います。会員内からのボランティア参加もあり、まだまだこれからの可能性を感じる良いセミナーとなったことを報告いたします。

災害鍼灸支援ガイドライン

今回は災害鍼灸支援におけるボランティア活動の実際の流れについて解説を致します。
事前にボランティア保険に加入しておくことが何よりも肝要です。

1．メール・FAX による応募

状況が随時変化するため、各自、事前に当ホームページにて確認のうえ、募集要項に沿って応募すること。

2．本会（公益社団法人宮城県鍼灸師会）事務所から登録内容の確認

活動希望日及び活動希望地を、基本的にメールなどで連絡をする。

3．活動期間・活動場所の確定

ボランティア活動に関する連絡用として、登録時にパソコンあるいは携帯電話のメールアドレスを事前に登録しておくこと。

4．交通手段の確保

（1）交通情報：JR 東日本 http://www.jreast.co.jp/
（2）宮城県防災情報ポータルサイト：http://www.miyagi-bousai.secure.force.com/

5．現地担当者との連絡（現地入り前日）

活動にあたり到着時間及び活動当日の状況など、事前に連絡して確認しておくこと。

6．現地入り

宿泊地又は野営地、駐車場などを確認しておくこと。

7．ボランティア登録

到着時、現地災害対策本部・ボランティアセンターにて登録を行う。

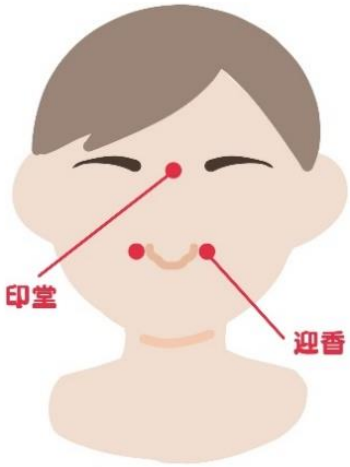
※**ボランティア保険**：
ボランティア保険は、ボランティア自身が加入する。
被災地の事務負担を減らすためにも、
自宅**最寄りの社会福祉協議会**又はインターネット**で加入する**。

※インターネットで加入可能は、大規模災害特例が適用された場合のみ。

加入プラン	保険料
基本プラン	350円
天災・地震補償プラン	500円

そろそろやって来る！？
花粉症対策にオススメのツボはこれ！

寒い冬もようやく落ち着き、日差しも少しずつ暖かく感じられるようになってきました。
春の訪れは待ち遠しいと同時に多くの方が悩まされるのが、そう！スギに代表される花粉症です！
東北地方では昨年よりも多くの飛散量が予想されているようです・・（泣）。
花粉症の皆さんはメガネやマスク、お薬など様々な形で予防対策をされていると思いますが、
今回は東洋医学的に効果的な経穴（ツボ）をご紹介します。



花粉症に効く最も代表的なものは両眉毛の中央にある**「印堂（いんどう）」**。
花粉症のみならず蓄膿症、鼻血、めまい、または集中力アップなどにも良く効くツボです。
自分の指でゆっくりと押してあげます。押し方は鼻から大きく息を吸って、吐きながら薬指で優しく押して下さい。呼吸に合わせて何度かやってみましょう！
また、鼻詰まりがひどい時は左右の小鼻のくぼみにある**「迎香（げいこう）」**がオススメ。
ここに人差し指と中指を引っかけるようにして下に強く押すと、鼻の通りがよくなり鼻詰まりの改善に役立ちます。
まずは簡単に出来ることを今からしっかり対策して、それでも調子が悪い方はかかりつけの鍼灸院さんにご相談しましょう。それでは皆さん過ごしやすい春を迎えましょうね！

執筆：髙橋　正則（おきの鍼灸院）

※コピーして待合室に置くなど、患者様への啓発リーフレットとしてもご活用ください。

東洋羽毛の人気アイテム

羽毛足首ウォーマー

着けていることを忘れてしまうほど
あたたかく、優しい着け心地

冷えは女性の大敵！

面テープで
簡単装着！

[59N944B]
羽　毛：ダウン80%
　　フェザー20%
　　羽毛量 片足11g
サイズ：フリー（15×39cm）
生　地：ポリエステル100% ダウンプルーフ加工
カラー：黒

[日本製]
3,100円（税込価格）

羽毛レッグウォーマー

ひざ下全体があたたか

一度着けたら
手放せません！

上下リブ付き仕様で、
フィット感アップ！

[60N944B]
羽　毛：ダウン80%
　　フェザー20%
　　羽毛量 片足18g
サイズ：フリー（長さ 前48cm、後36cm ／幅21cm）
　　ふくらはぎ約28～38cm 足首18～24cmに適応
生　地：本体／ポリエステル100% ダウンプルーフ加工
　　リブ／ポリエステル95%以上 ポリウレタン5%未満
カラー：黒
10,000円（税込価格）[中国製]

ピヨ丸お昼寝まくら

あなたのお昼寝を
可愛いピヨ丸お昼寝まくらで
グレードアップしませんか？

[16J9(1/2/3)3]
羽　毛：フェザー90%、ダウン10%
　　羽毛量 0.3kg
生　地：ポリエステル80% 綿20%
　　ダウンプルーフ加工
サイズ：24×40cm
（まくら時：奥行15×幅30×高さ9cm）
2,900円（税込価格）[日本製]

ピヨ丸クッションケット

羽毛だから軽くてあたたかい
ケット&クッションとして大活躍！

たたんで
ポケットに
収納すると
クッションに。

[16J9(1/2/3)1]
羽　毛：ダウン50%、フェザー50%
　　羽毛量 0.2kg
生　地：ポリエステル80% 綿20%
　　ダウンプルーフ加工
サイズ：95×145cm
（クッション時：約32×48cm）
15,200円（税込価格）[日本製]

掲載している価格は2022年9月現在の価格です。

TUK 東洋羽毛北部販売株式会社
〒984-0032　宮城県仙台市若林区荒井1-29-13
仙台営業所
0120-023-337

030-220905-1

KANAKEN

ディスポ鍼 光華
KŌKA

使い易さを追求したAI設計による新時代のはり。

鍼の太さ別カラー鍼管を採用。

■ 鍼を鍼管からスムースにリリースできます。
※但し、長さ2寸(60㎜)～3寸(90㎜)は当面の間タブ付(ストッパー付)にて販売させていただきます。

■ 刺入時の切皮痛を極限にまで減少しました。

■ アレルギー予防のコーティング。

AI設計の鍼管は施術時のリリース動作をより効率的にいたしました。

※但し、針長2寸(60㎜)～3寸(90㎜)のサイズはAIリリース方式ではなく、タブ付の鍼管になります。

鍼管と鍼柄は2つの点で固定されています。

鍼管に固定されている鍼柄をカチッと音がするまで横に押し、鍼管から外します。

ディスポ鍼 光華
(1箱 100本入)

KN-160 **800円**+税

〔クラスⅡ〕認証番号 220AGBZX00234000
針体材質：ステンレス製
エチレンオキサイドガス滅菌済
● 1寸～1寸6分…AIリリース方式
2寸…タブ付(ストッパー付)

ディスポ鍼 光華【長針】
(1箱 100本入)

KN-160 **1,500円**+税

〔クラスⅡ〕認証番号 220AGBZX00234000
針体材質：ステンレス製
エチレンオキサイドガス滅菌済
● 3寸…タブ付(ストッパー付)

サイズ表

太さ＼長さ	カラー	1寸 30㎜	1寸3分 40㎜	1寸6分 50㎜	2寸 60㎜	3寸【長針】 90㎜
0番(0.14㎜)	白	○	○			
1番(0.16㎜)	緑	○	○	○		
2番(0.18㎜)	黄	○	○	○		
3番(0.20㎜)	青	○	○	○	○	
4番(0.22㎜)	桃		○	○		
5番(0.24㎜)	紫		○	○	○	○
8番(0.30㎜)	白				○	○

※但し、長さ2寸(60㎜)～3寸(90㎜)はタブ付(ストッパー付)にて販売させていただきます。

発行所：(公社)宮城県鍼灸師会
〒989-3122　仙台市青葉区栗生4-15-10
TEL/FAX：022-391-8297
MAIL　：miyasinkai@yahoo.co.jp

編集担当者：佐藤　寛崇、浦山　孝典、高橋　正則、高橋　はるか