

# 柔整青森

第43号 2022

公益社団法人 青森県柔道整復師会

## 【表紙説明】

### 中野もみじ山（黒石市）



享和2年（1802年）弘前藩主津軽寧親公が京都から百余種の楓苗を取寄せ、翌年移植してからもみじの名所として親しまれています。

林の中には長谷沢神社（黒石市）、国上寺（平川市）と並び「津軽三不動」と称される「中野神社」と不動館跡があります。

中野神社には、樹齢約200年のモミジとモミの木、樹齢500年から700年の大杉が生育し、いずれも市の天然記念物に指定されています。

色とりどりの紅葉は滝と溪流に映え、あざやかな世界を展開し、その美観が称賛されています。

海と山に囲まれ、豊かな自然に恵まれた青森県には、世界自然遺産にも登録された白神山地を始めとして日本有数の景勝地が数多くみられます。

目 次 柔整青森

◆巻頭言	会長 岡本 幸治	3
◆常置機関及び職務分担		5

県 事 業

令和4年度公益社団法人青森県柔道整復師会通常総会	総務部	6
議長として	黒石地区 廣島 一栄	7
副議長に就任して	三沢地区 新山 正人	7
今年度青森県表彰対象者の紹介		8

東北ブロック会

東北ブロック大会の様子		12
「第9回東北少年柔道形競技会」参加報告	柔道部長 種市 清孝	14
第41回日整東北学術大会岩手大会座長として	学術部長 谷川 弘	15
ブロック大会学術発表を終えて	十和田地区 田中 松雄	16

日 整

第30回日整全国少年柔道大会		
第11回日整全国少年柔道形競技会	柔道部長 種市 清孝	17
匠の技伝承プロジェクト	学術部長 谷川 弘	18
匠の技伝承プロジェクトを受講して	五所川原地区 高橋 尚裕	19

学 術 部

紙面一般教養セミナー		
「外傷時のアイシングについて」	学術副部長 苫米地一弘	20
論文作成のすすめ	学術部長 谷川 弘	23

各地区活動

弘前地区		
「弘前市筋力向上トレーニング教室指導者研修会」参加報告	弘前地区 安井 巧	29
八戸地区		
「八戸市健康パネル展」参加報告	八戸地区 東山 昭人	30
「蕪島海水浴場清掃活動」報告	八戸地区 東山 昭人	31
五所川原地区		
「保険業務勉強会」開催報告	五所川原地区 葛西 清	32
「令和4年度公益事業ほねつぎの日五所川原」開催報告	五所川原地区 葛西 清	33
むつ地区		
「『ほねつぎの日』あなたの街の整骨院・接骨院」開催報告	むつ地区 三浦 岳人	34
三沢地区		
三沢地区活動報告	三沢地区 山端 祐樹	35
黒石地区		
救護トレーナー活動存亡の危機	黒石地区 西谷 正仁	36

## 応急・救護トレーナー活動

---

応急・救護トレーナー活動の展望	
..... 応急・救護トレーナー委員会副委員長 苫米地一弘	37
応急・救護トレーナー活動者募集	37
「応急・救護トレーナー活動」派遣一覧	38
派遣制度ご利用案内	38
応急・救護トレーナー活動の様子	39

## 健康だより

---

やってみよう!!「健康柔(やわら)体操2018」	
~健康はつくと共に保つもの。やってみましょう健康柔体操~	41

## 会員トピックス

---

大鰐町より令和3年度功労表彰をいただいて	..... 黒石地区 成田信一郎	47
感謝状・地域功労賞をいただいて	..... 五所川原地区 葛西 清	48

## 新入会員紹介

---

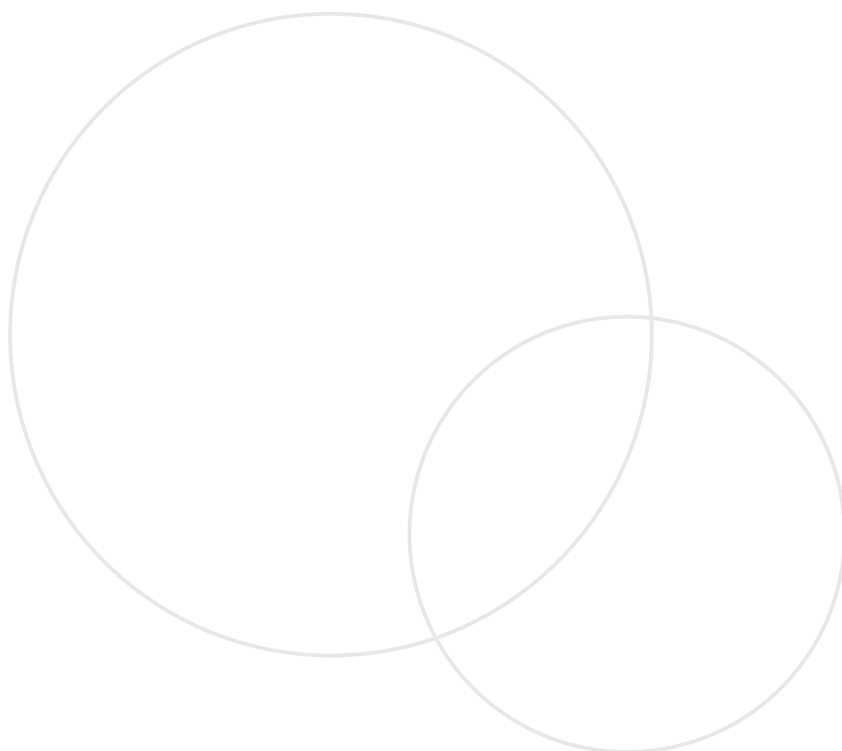
新入会員の抱負	..... 十和田地区 桜田整骨院 櫻田 陽輔	50
	..... 十和田地区 笹渕鍼灸整骨院 笹渕 亜紀	50
	..... 三沢地区 柳瀬整骨院 濤岡 和広	50
	..... 黒石地区 ひら川接骨院 後藤 悦祐	51
	..... 青森地区 こみなと整骨院 奥本 衆美	51
入会準会員の紹介	.....	51

## お悔やみ

---

心よりお悔やみ申し上げます	.....	52
---------------	-------	----

## ◆編集後記





公益社団法人 青森県柔道整復師会  
会 長 岡 本 幸 治

令和4年度も早いものです。すでに上半期が過ぎようとしております。常日頃より当会事業並びに社団の運営に関しまして、暖かいご理解ご協力を賜り心より厚く御礼を申し上げます。

新型コロナウイルスが発生してからすでに3年が経過しようとしております。いまだに収まるどころかその波がますます大きくなり、今夏の第7波は想像を超える大きなものになりました。全国的に同じ様相を呈しておりますが、青森県もその状況は変わらず大きな波に揺れ動かされております。ワクチン接種が進んでいるとはいえ新たな変異株が次々と現れ、その変化に対応しきれていないというのが現状だと思います。重症化しにくいと言われながらも、医療現場では軽症者から重傷者まであらゆる患者に対応しなければならず、大変な状況に追い込まれています。そのご労苦には心から敬意を表したいと思っております。

我々柔道整復師業界は直接その状況には巻き込まれてはいないものの、感染拡大の影響で患者数の減少や通院日数の減少などにより、収入が大きく減少している状況です。当会の会員においても、家族の感染により濃厚接触者と認定されたり、ご本人が感染し数週間の休業を余儀なくされたケースも報告されております。もはや誰でもいつでもどこでも感染するリスクがあるということを肝に銘じ、注意を怠らず日々を過ごして頂きたいと思っております。

そんな中コロナにばかり気を取られていられない事態が発生しました。今年も全国的に異常気象による非常に大きな災害が数多く発生しております。8月には当県において記録的な大雨により河川が氾濫し、会員の施術所で床上浸水や床下浸水の被害が出ております。ちょうどお盆を控えた時期でもあり、被害に遭われた先生方には心よりお見舞いを申し上げます。そのほかの地域においても、水害により水田や野菜果物などあらゆる農作物にも被害が及びました。人的被害が少なかったとはいえ、被害に遭われた皆様方には心よりお見舞いを申し上げます。

以前にも書いたことがあります。何時このような大災害が起こるかはわかりません。自然災害を止めることは出来ませんが、事前に十分な注意と準備をしておくことは可能です。自分だけは大丈夫などと思っはいませんか。くれぐれもご注意なさってください。

ところで当会の事業についてですが、コロナの影響を受けなかなか思うように事業が展開出来ておりません。少年柔道大会は中止。通常総会もほとんどの方が書面評決での意思表示で、少ない人数での開催になりました。もちろん懇親会もなく寂しいも

のとなりました。今後の事業においてもどのような状況になるのか全く見当が付きません。

7月に開催された東北ブロック大会は岩手県が主管県を務め、コロナの感染が拡大する中、大変ご苦労された様子でした。柔道大会は少年の形競技だけとなり、とても静かな寂しい大会となりました。学術大会はハイブリット開催となり、出席でもオンラインでも参加が可能となりました。

結果、参加者は9日(土)会場73名オンライン33名・計106名、10日(日)会場142名オンライン60名・計202名の参加者でした。この数字が多いのか少ないのか意見は分かれるところかもしれませんが、今後はこのような開催方法が標準になることと思われます。

来年度の東北ブロック大会は青森県が主管県になります。コロナの感染状況にもよりますが、出来る限り通常通りの開催に向けて準備を進めてまいります。開催日は令和5年9月2日(土)柔道大会及び学術大会、3日(日)学術大会を予定しております。開催場所は、柔道大会が弘前市の県武道館、学術大会は弘前駅前のアートホテル弘前で。会員の皆さんにはぜひ参加して盛り上げて頂きたいと思っております。ご協力よろしくお願いたします。

わが業界の話ですが、明るい話題が全くと言っていいほど出てきません。10年前と比較し柔整療養費の額が1,000億円ほど減少しております。令和元年度で3,210億円になっており今も減り続けています。原因は様々考えられますが、国民医療費や療養費の中で減っているのは我々柔整療養費だけです。有資格者数や開業施術所数は最近増加率が下がっては来ているものの、増え続けているのが現状です。それにも関わらず療養費だけが下がり続けています。ということは、1施術所当たりの取り分がそれだけ減っているということになります。

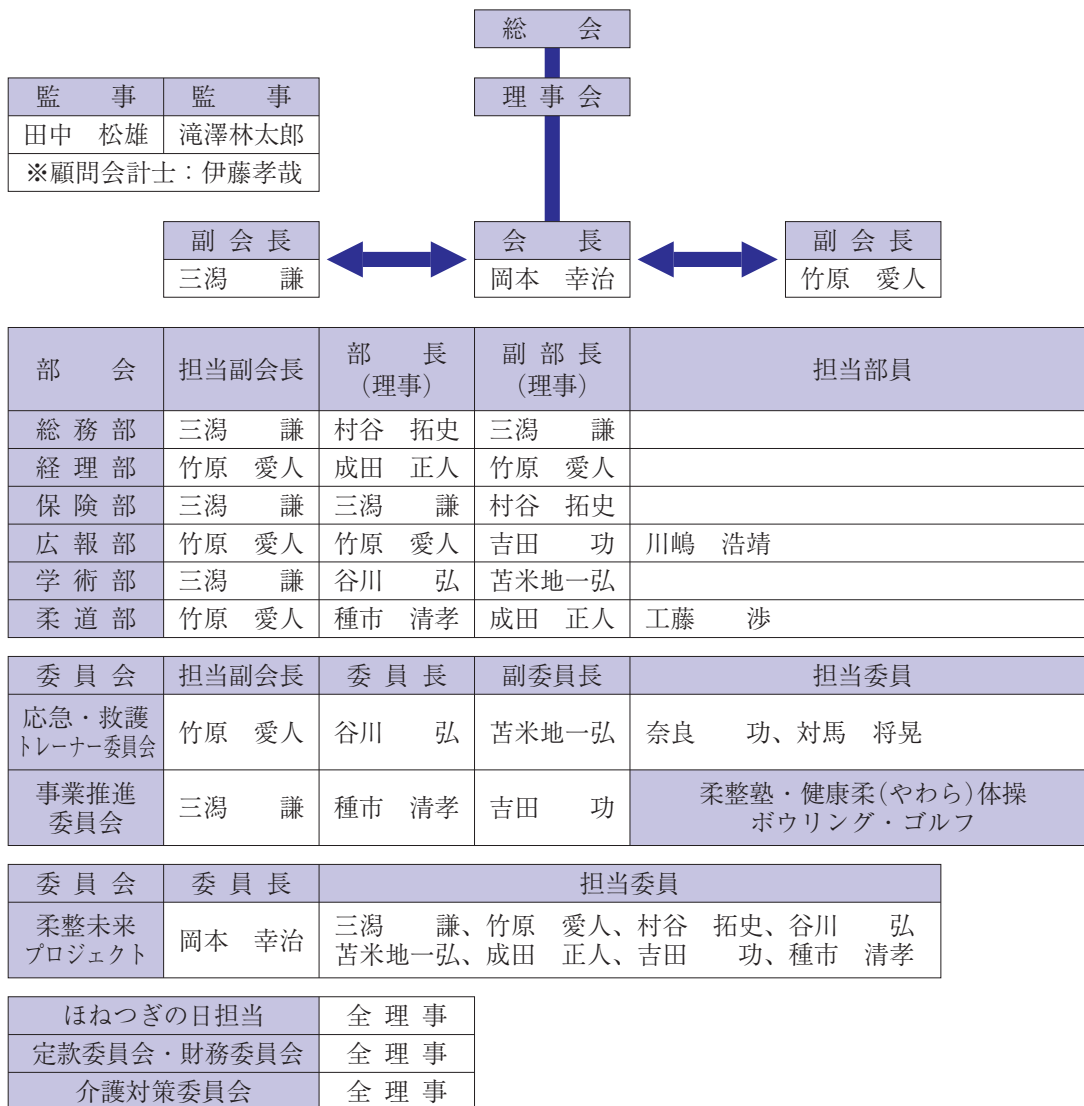
今年度の料金改定にあっても厚生労働省の試算はプラス改定ですが、現実には全く感じられません。それどころか領収書の交付が義務付けられ、明細書についても条件付きとはいえ患者への交付が義務化されました。ただし、明細書に関してはその取扱いが施術所ごとに明細書発行体制に差があるため、無償になるか有償とするか各施術所で判断することになります。収入が減っている現状で更なる手間が発生し会員の皆さんもうんざりされていることとお察しいたしますが、この件に関していずれは全て義務化が想定されますので、ご理解頂きご協力をお願いします。

日整役員にはそれら全てに関し、粘り強く硬い意志をもって交渉にあたって頂きますことを願っております。新執行部になって弱腰になったと言われたいよう奮闘を期待いたしております。

様々な問題を抱えている柔整業界であります。この難局を何としても乗り越え押し潰されることの無いよう、日整を含め青森県柔道整復師会としても明るい未来への希望を持ち続けられるよう努力してまいります。会員各位のご理解ご協力を仰ぎながら、これまで以上に力を合わせ業界の発展・会員各位の生活の安定発展向上の為に頑張っておりますので、今後ともよろしくお願申し上げます。

令和4年度

## 常置機関及び職務分担



〔後列〕 村谷拓史理事、吉田功理事、成田正人理事、種市清孝理事、苫米地一弘理事、谷川弘理事  
〔前列〕 田中松雄監事、三潟謙副会長、岡本幸治会長、竹原愛人副会長、滝澤林太郎監事

# 令和4年度 公益社団法人青森県柔道整復師会通常総会

## 総務部

令和4年5月22日(日)午前10時より、リンクステーションホール青森4階・中会議室において令和4年度通常総会を開催しました。

冒頭に物故者へ黙禱を捧げた後に、三潟副会長の開会の辞に続き、岡本会長から挨拶の中で「日整会長交代」の経緯、「患者ごとに償還払い」「明細書発行」等の説明がありました。



引き続き各表彰と記念品贈呈、東北ブロック会岩手県大会の研究発表・実技発表者、新入会員の紹介を行いました。

続けて議長団が登壇し、監査報告、会員移動状況、事業報告と審議が進み全ての議案は賛成多数により原案通り承認可決されました。



令和3年4月1日付の定款の改訂により、総会の議長及び副議長は、会長が出席した正会員の中からその都度選任することになりました。

令和4年度通常総会において議長、副議長を務めていただいた先生方をご紹介します。



## 議長として

黒石地区 廣島 一 栄

この度の令和4年度通常総会に於きまして議長に選任いただきましたこと、身に余る光栄であり、その責任の重さに身の引き締まる思いでございます。

初登壇の際は緊張し声が出るのだろうか、伝える話し方ができるのだろうかと不安でしたが副議長の新山先生、会員の皆様の御協力により議題、議案すべて終了できましたこと改めてお礼申し上げます。

公正で円滑な総会運営に副議長と共に努めて参りますので、今後ともご指導ご鞭撻賜りますようお願い申し上げます。



## 副議長に就任して

三沢地区 新山 正 人

5月22日(日)青森市堤町リンクステーションホール4階中会議室に於いて、公益社団法人青森県柔道整復師会「通常総会」で副議長に就任しました三沢地区新山正人です。

副議長として議長をしっかりお支えし、信頼と期待に応えられる総会運営を目指して参ります。又、黒石地区廣島一栄先生には議長として大役を努めて頂きご苦労様でした。

最後にコロナ禍だからこそ人とのつながりを大切にしたいと思います。

## 今年度青森県表彰対象者の紹介

令和4年度の表彰対象の先生方を紹介します。永年第一線での活躍を続けてこられた先生方です。

この度の受賞 誠におめでとうございます。

### －役員功労賞－

#### －東北ブロック 役員永年表彰－

関 裕二郎会員（弘前地区）

### －柔道功労賞－

吉田 博実会員（八戸地区）

佐藤 慎治会員（黒石地区）

### －学術賞－

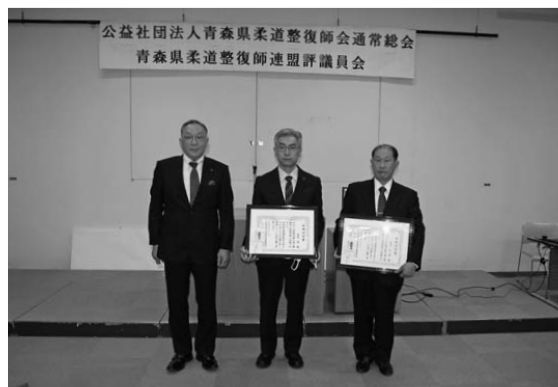


谷川 弘会員（青森地区）

田中 松雄会員（十和田地区）

千葉 英士会員（黒石地区）

### －地域功労賞－



葛西 清会員（五所川原地区）

成田 信一郎会員（黒石地区）

－地域功労賞（トレーナー活動）－

成田 道史会員（弘前地区）

－会長表彰 入会50年－

齊藤 尚道会員（青森地区）

喜多 守会員（むつ地区）

－会長表彰 入会40年－

－東北ブロック 会員永年表彰－



上山 まつ子会員（八戸地区）

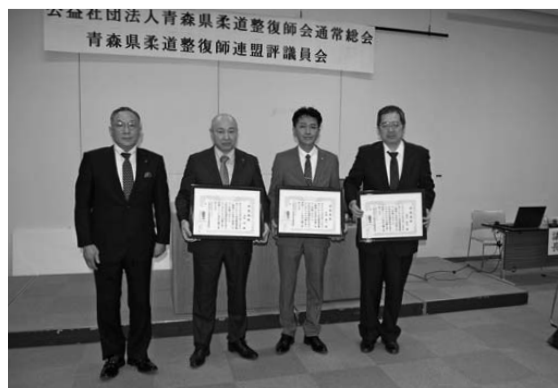
小笠原 章雄会員（八戸地区）

前田 善一会員（十和田地区）

後藤 浩生会員（黒石地区）

小黒 義明会員（黒石地区）

－会長表彰 入会30年－



堺 哲会員（弘前地区）

高橋 裕美会員（八戸地区）

石田 順久会員（五所川原地区）

長谷 哲也会員（むつ地区）

吉田 功会員（むつ地区）

三浦 靖尚会員（黒石地区）

竹原 愛人会員（八戸地区）

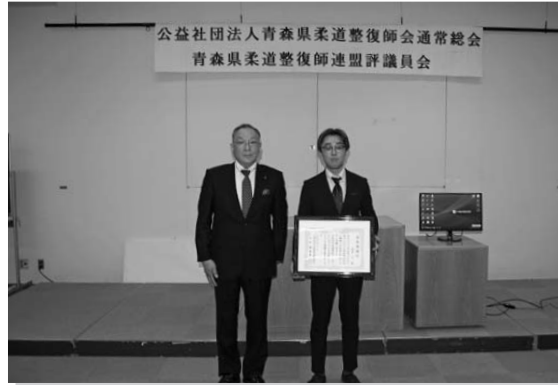
荒関 巧会員（五所川原地区）

酒田 正伸会員（むつ地区）

林 祐一会員（むつ地区）

古村 孝一会員（黒石地区）

－会長感謝状 入会20年－



安井 巧会員（弘前地区）  
加賀 薫会員（十和田地区）  
野呂 美賀子会員（五所川原地区）

長寿のお祝いを迎えられた先生方です。



誠におめでとうございます。



－喜寿－

竹林 一二三会員（三沢地区）

－古希－



関 裕二郎会員（弘前地区）  
古村 幸満会員（八戸地区）  
石橋 寛志会員（八戸地区）  
原田 満会員（五所川原地区）  
根岸 武彦会員（三沢地区）  
福井 治会員（黒石地区）

— 還暦 —



谷川 弘会員（青森地区）

小坂 如禪会員（八戸地区）

大橋 智会員（八戸地区）

戸来 伸会員（十和田地区）

佐々木 智彦会員（五所川原地区）

久保田 浩一路会員（むつ地区）

佐藤 慎治会員（黒石地区）

三潟 謙会員（青森地区）

佐京 弘光会員（八戸地区）

吉田 博実会員（八戸地区）

平山 博孝会員（五所川原地区）

小山内 弘志会員（五所川原地区）

浄法寺 要会員（三沢地区）

## 東北ブロック大会の様子

1日目 令和4年7月9日(土) 「第9回東北少年柔道形競技会」

今年度「東北ブロック会柔道大会」「東北少年柔道大会」は新型コロナウイルスの影響を考慮し中止が決定され、少年形競技会のみで開催となりました。惜しくも日整全国大会への出場権獲得は叶いませんでしたが、2組とも素晴らしい演舞を披露しました。



会場となった岩手県営武道館



青森県チーム1組目 木造柔道少年団 今・藤本組と豊嶋監督



青森県チーム2組目 藤崎町柔道スポーツ少年団 佐藤・神山組と對馬監督



形審査委員として大会に派遣された  
五所川原地区 工藤会員

次期主管県会長として 岡本会長の挨拶

2日目 令和4年7月10日(日) 「第41回東北学術大会岩手大会」

2日目は学術大会が行われました。青森県からは座長を学術部長の谷川理事が務め、田中会員による研究・実技各1題の発表が行われました。



座長 谷川学術部長

田中会員の実技発表の際には苦米地理事がモデルを務めた他、発表補助として三瀨副会長と竹原副会長が脇を固めるという盤石の態勢での発表となりました。

先生方大変お疲れさまでした。



田中会員による研究発表の様子  
「柔道整復師の介護予防事業」



田中会員による実技発表の様子  
「アキレス腱断裂治療の一考察」



東北6県より 研究発表の先生方



青森県、宮城県、岩手県より実技発表の先生方

今回の学術発表に向けて準備とリハーサルを重ねてきた先生方、新型コロナウイルスの影響により柔道大会や懇親会など一部事業を中止にせざるを得なかった中で、その都度対応と準備をされてきた関係者の皆様、岩手県事務局の皆様大変お疲れ様でした。

来年は青森県での開催です。  
皆様のご来場をお待ちしております。

## 「第9回東北少年柔道形競技会」参加報告

柔道部長 種市清孝

日時：令和4年7月9日(土) 午前10時30分

会場：岩手県営武道館

岩手県へ移動する直前、安倍元総理が凶弾に倒れたというニュースに驚愕したままブロック大会へ向かいました。

今大会は3年ぶりに行われましたが、少年柔道大会は6月4日の東北ブロック理事会において、中止が決定され形競技会のみとなりました。未曾有のウイルスは減衰することもなく、今以て猛威を振るっているなか、万全を期して大会を運営された岩手県関係者各位に感謝申し上げます。



会場の様子

さて、本来ならば6県12チームで競い合う大会ですが、非常に厳しい環境下で満足な練習が出来ない状況のため、今回7チームの参加となりました。取・受を一体とみて、形の技、礼法、全体の流れを各10点満点で採点し順位を決めます。選手は緊張な面持ちと、私は只々大きなミスが起こらないよう願った数分間でした。



藤崎町柔道スポーツ少年団 (青森県)



木造柔道少年団 (青森県)

結果、青森県体表チームは全国大会への出場権は得られませんが、このコロナ禍、限られた練習期間で良くここまで演武できたものと感心しました。

今持って感染状況は悪化を辿る一方ですが、来年に向け練習に集中し高みを狙って頂きたいと思っています。



最後に今大会にあたり、ご尽力頂いた関係者各位に心より感謝申し上げます。

- 【形競技結果】 優 勝：時習館（岩手県）  
準優勝：大道館スポーツ少年団（山形県）  
3 位：高橋道場（山形県）

## 第41回 日整 東北学術大会 岩手大会 座長として

学術部長 谷川 弘



昨年度の第40回日整東北学術大会宮城大会に引き続き、今回も座長の大役を務めさせて頂きました。

一昨年は世界的に流行した新型コロナウイルス感染症により中止となり、昨年の宮城大会は極力少人数の対面式とweb配信によるハイブリット開催をすることで形にできました。

その陰の功労者として、宮城県のITに長けた会員たちによるプロ顔負けのweb配信技術を駆使して低予算開催を実現したことには脱帽でした。

東北ブロック会学術部会自体もzoomによる配信で査読会議・部会を経て、座長デビューを果たしましたが、昨年の経験から至らなかった点を注意し、岩手県大会ではより上手く座長として立ち回ろうと頑張りました。

コロナ禍が続く今回も学術大会は引き続きハイブリット開催となり、限られた時間の中で副座長と役割りを分担しストップウォッチの計測・ベルの用意・発表者の進行状況を把握・発表終了後から質問者が挙手をするか探す座長、質問の内容を要約する副座長、質問内容を副座長から受け取り、質問者に質問内容を確認した後に発表者に座長が答弁を指示します。答弁を質問者が納得して終了まで120秒を目安に仕切らなければなりません。

柔道で例えるなら、主審は座長で副審は副座長。制限時間内で試合の流れを円滑に誘導し、優劣を判定する中で明らかに「一本」だったら優秀な論文発表者でしょう。審判・副審(座長・副座長)は苦労しません。延長戦になるほど、審判・副審(座長・副座長)の経験、技量が試されます。

今回で2度目の座長に就きましたが、経験・技量の浅さが露呈したことで未熟さを自覚できたことが収穫でした。各県のベテラン座長(学術部長)からアドバイスを頂き、感謝申し上げます。

今後もチャンスがありましたらチャレンジしたいと思います。

## ブロック大会学術発表を終えて

十和田地区 田中松雄

2022年7月9日(土)・10日(日)、ホテルメトロポリタン盛岡に於いて、新型コロナウイルスの為参加者限定での東北ブロック大会は岩手県柔道整復師会の主管で開催されました。

昨年に続き、4年連続5題の発表をさせて頂きました。関係者各位に心より御礼を申し上げます。

昨年同様今年も治療室に於いて経験した事を発表させて頂きました。論文については数度の訂正あり、今年も又谷川学術部長、苫米地学術副部長のご指導ご協力を頂きました。



実技発表現場に於いては、竹原副会長のご協力も頂き、今年はトップバッターという事でチョイ緊張感の中、昨年同様下手な発表させて頂き無事？終える事が出来ました。有難うございました。

発表会場では、質問？指摘を頂いた事にも御礼を申し上げます。今年も又、谷川座長の上手いフォロー対応にも改めて感謝申し上げます。

(小生、大会前にギックリ腰強烈な魔女の一撃を頂き発表に影響を与える？と担当者に心配お掛け致しました。腰椎第3・4付近に頂いた様で腰部痛&左坐骨神経に沿って臀部・大腿部・下腿部まで疼痛波及有り、習慣性ギックリ腰にならない様にと思い20日現在も自家治療中。治療人が故障おこすとは自己管理の甘さを痛感しています情けない・・・大変ご迷惑をおかけ致しました。)

# 第30回日整全国少年柔道大会 第11回日整全国少年柔道形競技会

柔道部長 種市清孝

日時：令和3年11月21日(日)

会場：講道館

主催：公益社団法人日本柔道整復師会



## 【日整全国少年柔道大会青森県代表選手】

大将（6年）佐藤慧珠（車力柔道少年団）

副将（6年）野田頭謙心（東北町分団）

中堅（5年）野辺地宇綺（むつ少年柔道教室）

次鋒（5年）前田力空（藤崎町柔道スポーツ少年団）

先鋒（4年）大関元裕（全日本柔道少年団三沢分団）



## 【日整全国少年柔道形競技会東北ブロック会代表選手】

藤崎町柔道スポーツ少年団

監督 高谷明

取（5年）高谷凜

受（5年）清野秀斗

思い起こせば一昨年、関東周辺を襲った台風により甚大な被害を被り大会当日の朝に中止の報告を受け、昨年は猛威を振るう新型コロナ感染のため中止となりました。

今年度も県大会と東北ブロック大会は中止となり、全国大会出場に向け限られた大会を参考に選手の選考を行いました。形に関しては東北ブロック会において青森県から1チームの出場を認めて頂き藤崎町柔道スポーツ少年団が出場することになりました。

今回の全国大会は感染症対策を厳重に行うため、入場者は二週間の体調管理表及び抗原検査を行い、入場者を限定的に定め試合会場にも対戦者以外は控室で待機するなど、徹底的に対策を講じた大会だったと思います。そのため試合状況はライブ配信を行い多くの方が画面を通し応援して頂けたかと思います。



試合結果は、少年柔道の部で青森県はシードにより二回戦福井県と対戦、結果は4-0と快勝したものの三回戦、神奈川県に0-2で敗れました。

形の部はCブロックのトップとなり予選通過するも、決勝では少しミスもあり結果4位となりましたが、取り受け共に5年

生なので、来年に向け高みを目指し努力して頂きたいと思います。

このコロナ禍により十分に練習が出来ず、より一層悔しい想いが強いことでしょうか、なぜ負けたのかを学び今よりも強い選手になって頂きたいと願います。

最後に、今大会出場に際しご尽力賜りました選手並びにご家族様、各分団監督には心より感謝申し上げます。

## 匠の技伝承プロジェクト

学術部長 谷川 弘

令和3年、公益社団法人日本柔道整復師会公認100周年事業「匠の技伝承プロジェクト」が開始された。

日本伝統医療事業による骨折、脱臼の徒手整復・固定、後療及び超音波観察装置（エコー）実技研修を各地域で行い、確かな知識と技術を継承し後世に伝承できる柔道整復師の育成を目指す目的で動き出した。



当県では五所川原地区の高橋尚裕会員が受講生として参加し、令和3年7月11日に当会会館会議室において指導者養成講座開講式に臨んだ。

YouTube配信により、日整の長尾学術教育部長の司会で松岡保副会長の開会の辞に続き工藤鉄男会長からコロナ禍において業界発展のために技術の継承を訴える挨拶があった。

また、三橋裕之副会長兼総務部長からこの事業の抱負が述べられた。長尾淳彦学術教育部長より匠の技伝承プロジェクトの概要・オンライン講習内容の説明後、開講式を終了した。

令和3年度は、9月26日に第1回講座「橈骨遠位端骨折」、11月7日に第2回講座「肩甲骨腕関節脱臼」、11月28日に第3回講座「足周辺の骨折・外果骨折」、2月20日に第4回講座「顎関節脱臼」の計4回の講座を当会会館会議室にて、日整からのZoom配信主導のもと、検査・整復・固定・超音波観察装置による実習が行われた。

高橋会員が術者として患者役の苦米地一弘学術副部長に対して一連の工程を手際よく進めて高評価であった。

講座後にレポート、超音波観察画像を日整に提出してひとつひとつの講座が完了する。

令和3年度から5年度まで日整主導の講座を修講後、令和6年度からは各地の学術セミナーを開催し、これまでの受講生が講師として会員の皆様に指導にあたります。

どうぞその時まで楽しみにお待ちください。



## 匠の技伝承プロジェクトを受講して

五所川原地区 高橋尚裕

昨年1年間、公益社団法人日本柔道整復師会主催の「匠の技プロジェクト」を、青森県を代表して受講する機会を頂きました。

匠の技プロジェクトとは、「柔道整復術公認100年記念」として、日本伝統医療継承事業による骨折、脱臼の徒手整復・固定、後療及び超音波観察装置（エコー）実技研修を各地域で行い、確かな知識と技術を継承し後世に伝承できる柔道整復師の育成を目指す事業です。

本来ならば、各都道府県の代表者が東京に集い、実技を行う研修でしたが、コロナ禍であり、各都道府県の柔道整復師会館をZOOMでつなぎ、講師の先生に実際に実技を行っているのを確認していただく形式で、計5日間（開講式を含む）開催されました。

改めて徒手整復・固定に関する実技を行った際は、学生の頃に戻ったような新鮮な気持ちで受講することができました。昨今、整骨院に整復操作の必要な骨折・脱臼の患者様の来院はかなり稀になってきているのは否定できません。しかしながら、いつそのような患者様が来院されても慌てることなく、しっかりとした整復・固定を行い、専門医に繋げるというのは、我々柔道整復師の一番の役割でありますので、常に技術を確認していきたいと感じました。



今回の研修で私が一番勉強になったのは、エコー操作の実技です。今の学生さんは、養成校でエコーの授業があると聞いております。我々の世代は、なかなかエコー操作の実技を勉強する機会というのは少ないのが実情で、当院でもエコーを導入しておりますが、書籍とにらめっこしながら自己研鑽している状態です。それが今回講義という形で聞くことができ、書籍を見て自己流でやっているのとは違い、とても実践的で、エコー操作に関して、一皮むけたような感覚になりました。改めて、エコーというツールは、柔道整復師にとって強力な武器になるツールだと認識できました。エコーを使いこなし、患者様により質の高い施術を提供できるように、引き続きがんばってまいります。

今年度も引き続き研修が始まりました。第一回は東京での実技研修ということで、新型コロナウイルス感染対策にて欠席させて頂きましたが、今後も研修がありますのでしっかり学んで柔道整復師の技を繋いでいくとともに、エコー操作を身に着けたいと思っております。

最後になりますが、柔道整復師会館で日曜日にもかかわらず、研修の準備や患者役、助手役をやっていただいた、学術担当理事の谷川先生・苫米地先生、そして県の代表として選抜頂いた岡本会長に心より感謝いたしまして結びとさせていただきます。ありがとうございました。

はじめに

私達、柔道整復師は治療室において、また応急救護トレーナー活動をされている方はスポーツ大会現場において、骨折、脱臼、捻挫、打撲、挫傷、肉離れ等、外傷の急性期にアイシングを施す事があります。そこで今一度、アイシングを参考文献と実際の臨床経験による検証を考察して、アイシングの実際を復習してみようと思います。

検証

外傷急性期に、アイシングは正しいのか？ 本当は逆効果ではないのか？ 近年はアイシング否定派の論文や意見もけっこう出てきていますが、現状では外傷時、特に急性期にはアイシング、48時間から72時間はアイシングというのが一般的であると考えられています。

否定派の理由としては、外傷で組織損傷後に集まってくるマクロファージ(白血球の一つ)には炎症性マクロファージ(損傷した組織を貪食し炎症反応を起こす。)と、抗炎症性マクロファージ(炎症反応を抑え組織の修復に向かわせる)の2種類があり、アイシングするとマクロファージの到着が遅れ、結果的に回復が遅れる事があると言います。特に重度の肉離れ、筋損傷等ではその傾向があるそうです。アイシング否定派の方は、受傷後、アイシングはせずに1時間または1時間以内で強く圧迫する事が大切と言われています。

アイシング肯定派の理由としては、アイシングは破壊された細胞をより早く回復させる効果はないが、損傷を最小限に食い止めるためと、痛みを緩和させるためと言います。外傷時、腫脹により周辺の損傷を受けていない細胞が酸欠状態による死滅(二次的低酸素障害)を防ぐためと、更に一種の麻酔様作用により知覚を鈍麻させ、痛みを和らげる目的です。

肯定派、否定派の意見をまとめてみると

- ①アイシングで損傷部の組織の回復を早める事はできない。損傷部位、損傷程度によってはむしろ回復を遅らせる事もあり得る。(否定派)
- ②アイシングによって損傷部周辺の組織のダメージを最小限に抑える事ができ、損傷の増大を防ぎ、痛みを和らげる事ができる。(肯定派)

このような二派の違いを検証できると思います。

それでは次にアイシングの実際を検証してみましょう。

氷嚢やビニール袋へ氷を入れ、なるべく皮膚表面ではなく深部組織を冷やす。そのためには0℃

の水や氷水が最も冷却能力に優れています。マイナス温度の水は効率が悪く凍傷を起こす恐れがあります。家庭用の冷蔵庫の冷凍室で作った氷はマイナス温度ですので表面を溶かして使うか、または少し水を加えて氷水状態にして使用します。

凍傷予防のためタオルなどを皮膚に当てて、その上からアイシングする事が多いと思いますが、タオルが厚すぎて冷却効果が悪くなっている事があります。タオルならかなり薄めの物を使うか、ハンカチ、手ぬぐい、ガーゼ3枚重ね、などが適当であると考えられます。

アイシングの時間と回数ですが、外傷をしたらRICE(安静、冷却、圧迫、挙上)処置を行い、受傷直後に20分間のアイシングを断続的に48時間から72時間、痛みや腫脹のぶり返しを防ぐため行います。受傷当日は2時間に1度、就寝まで断続的に行います。

また、氷嚢やビニール袋を使ったアイシングとは別に氷と水を入れたバケツなどに負傷部位を入れて冷やすアイシングも効果的で有効な方法であると言われています。

また、氷でのアイシングの代用としてのコールドスプレーは効果が低く、凍傷にも注意が必要です。冷湿布はアイシング本来の効果はあまり期待できません。また保冷剤をあてるのは効率が悪く凍傷の危険もありあまりお勧めできません。

#### ●アイシングがもたらす生理的变化

- 1、氷をあてた部分の温度が低くなる。
- 2、細胞の新陳代謝が低下する。
- 3、炎症、腫脹がしずまり痛みが軽減する。
- 4、血液の循環が良くなる。
- 5、筋スパズムが軽減する。

#### ●アイシングの効果

- 1、外傷(骨折、脱臼、捻挫、打撲、挫傷、肉離れ)に有効な応急処置の一つである。
- 2、その他、熱中症、鼻血、日焼けなどにも有効である。
- 3、試合後、練習後のクールダウンに有効である。
- 4、試合中、練習中のインターバルのアイシングは過度の筋温上昇防止に有効である。
- 5、試合前、練習前のアイシングは筋スパズム防止、改善に有効である。

#### ●効果的なアイシング

- 1、0℃の水や氷水が最も冷却能力に優れている。
- 2、極力、皮膚との接触面が大きい方が効率良い。
- 3、受傷直後、約20分間と、その後は2時間に1回、RICE処置を合わせて行う。

#### ●受傷後の二次的低酸素障害が発生する過程(アイシングをしないデメリット)

- 1、骨折、脱臼、捻挫、打撲、挫傷、肉離れ等の負傷する。
- 2、細胞が破壊(骨、腱、靭帯、筋肉等が損傷する)。
- 3、細胞液流出と毛細血損傷により血液流出(内出血)する。

- 4、損傷部だけでなく水圧(内出血)により正常な毛細血管を圧迫し、血行障害を起こす。
- 5、二次的低酸素障害(酸素、栄養不足、老廃物流の代謝)が生じる。
- 6、組織のダメージが広がり、治り難くなる。

#### 考察

文献から科学的根拠に基づき、また普段の臨床経験から両派のメリット、デメリットを考慮して、メリットを活かし、臨床上で実施する事が望ましいという考えに至った。

#### 結論

アイシングを最大限に有効活用するには、常に患部を観察し適切に処置するとともに、患者に適切なケア手段を指導する。更に、R安静、C適度な圧迫、E挙上を目的にしたテーピング、クラメール副子、包帯の使用により血流のコントロールが重要である。補助として消炎鎮痛塗布剤、添付剤(第3医薬品)の院内使用や亜急性期にかけての電療、柔整マニピレーションを施し、早期の回復を図る事で両派の矛盾を解消する。アイシングした時、しなかった時、それぞれの組織変化を科学的知見として超音波画像診断装置(公益社団法人日本柔道整復師会、匠の技伝承プロジェクトでも推進)が有効と考えられる。

#### 参考, 引用文献

- 1、著者、山本利春、吉永孝徳  
スポーツアイシング、2001年、大修館書店発行、  
20～25ページ 33～35ページ 参考、引用
- 2、著者、中山明善、萩田剛志  
実戦スポーツケア、2003年、山海堂発行  
8～9ページ 参考
- 3、著者、吉永孝徳  
スポーツ・アイシング 2002年、ナツメ社発行  
14、26ページ、参考、引用
- 4、著者、masato kawasiana, noriaki kawanisi, takaki tominaga, katuhiko suzuki, anna miyazaki, nagata makoto, motoi Miyakawa, tohoma sakuraya, takahiro sonomura  
【icing after eccentric contraction induced muscle damage perturbs the disappearance of necrotic muscle fibers and phenotypic dynamics of macrophages in mice】  
journal oh applied physiology 2021



# 論文作成のすすめ

学術部長 谷川 弘

論文を書くことは難しいかもしれませんが。

上手くなるためには、何度もチャレンジして学識経験者による査読を受けることで添削後、再度修正をして出来上がる。

まず、何から始めたらいいか？

日常の臨床で疑問に思ったこと（なぜ？）や難治性の症状（なぜ治療が効かないのか？）或いは、珍しい症状を施術して好成績をおさめた症例など、論文の題材となるものはよくよく考えると身近なところにあります。

必ずしも柔道整復に限定する必要はなく、医学一般の中で自由です。

パソコンは持っているけどワープロ機能「Word ワード」の操作方法が全く解らない。

でも大丈夫です。最初は白いコピー用紙に手書きで思いのまま書いていいのです。

写真は、スマホのカメラで撮ったものでも十分です。学術部員がサポートしてよいものに作り上げ、更に査読して頂き多くの人の手をかけて仕上がるものなのです。

「Word ワード」の操作が少しは出来るが自信が無くても大丈夫です。サポートします。

例えば、皆さんは家庭でお料理しますか？

得意料理はなんですか？スーパーマーケットで食材を選ぶ際、手に取ってよく吟味していませんか？消費期限や賞味期限の表示を調べませんか？調味料や更に食品添加物表示を視ませんか？魚介類・精肉などの生鮮食品はなおさらですよ。

調理器具にもこだわりはありませんか？特に男性は、包丁や包丁研ぎの他に食器やお酒を飲むグラス、徳利・お猪口に至るまでお金をかけている方もいるでしょう。

プロの料理人ともなれば、食材・調味料・調理器具・食器類・店のテーブル、椅子などの調度品に至るまでお金をかけて気を配り、なんとと言っても料理の技術が命であることは誰もが認めるところです。

論文も例えるなら料理に通じるものがあります。

論文の題材は、料理では疑問に思った症例など新鮮な食材としましょう。

参考文献・引用文献はよい調味料にあたり、調理器具はワープロ機能「Word ワード」で食器類にはどう「盛り付け」るかが大切。A4の用紙に決められた字数内と写真・図・グラフ等で上手に表現しなければならない。味のよい料理でもお皿への「盛り付け」が下手では食欲も落ちてしまいます。

そして、数多く論文を書くことが上達の近道であり、料理も数多く作ることで上達する訳ですが、どんな分野でも上達するためには同じことですね。

論文ならびに実践報告書のチェックリスト 〈参 考〉

下記項目にて、不備あるいは疑義があるものにチェックを付け、内容は査読コメントに反映させてください。項目の内容についてエディターへ伝えたい時は、「査読者から編集委員へのコメント」欄に記入してください。

■ (原著論文用) 査読に関するチェックリスト

I. 投稿規定・執筆要領の遵守

1. 投稿内容

柔道整復の学術的發展に寄与する内容か？

2. 倫理的事項について

倫理上の配慮（著作権や研究者の人権の尊重）は記載されているか？

3. 原著論文の種目と長さについて

原著論文という種目は内容と照らして適切か？（実践報告が妥当か？）

原著論文の長さは投稿規定に準じて適切か？（図表あわせて 規定文字数）

4. キーワード

キーワードは論文の内容に即しているか？

キーワードは「最新キーワード集」に則っているか？

（キーワード集にない用語には（ ）が必要）

5. 原著論文の体裁と文章表現

「はじめに」、「方法」、「結果」、「考察」などの適切な見出しがつけられているか？

文章は明快かつ簡潔に述べられているか？

適切なパラグラフ・ライティング（一つのパラグラフに一つのトピック）が行われているか？

本文と文献に連続したページ番号がつけられているか？

外国人の名前は原語で書かれているか？

6. 文献リスト

文献リストの表記は「執筆要領」に従っているか？（査読の段階でもチェックする）

引用文献は引用順に配列してあるか？

7. 図表

図表はすべて表題がつけられ、図（写真）には説明があるか？

本文中に図表の挿入場所が示されているか？

表に必要な縦線は使われていないか？

図（写真）は白黒でも区別がつく鮮明なものになっているか？

II. 原著論文の内容

1. 表題と要旨（アブストラクト）

和文表題は論文の内容を適切に表現しているか？

和文表題と英文表題の整合性はあるか？

和文要旨は論文の内容を簡潔に、かつ適切に表現しているか？

和文要旨と英文要旨に整合性はあるか？

2. はじめに

- 先行研究を適切に引用しつつ、研究の背景が示されているか？
- 先行研究を適切に引用しつつ、現時点で未解明な点が示されているか？
- 論文の新規性（オリジナリティ）が明確に示されているか？
- 研究命題を含めた目的が明確に示されているか？

### 3. 対象と方法

- 研究デザインと目的の整合性はあるか？
- 研究目的と研究対象の整合性はあるか？
- 方法は追試可能なレベルに具体的に記載されているか？  
(EQUATOR network 報告チェックリスト参照)
- データの分析方法や分析者（特に質的研究）は具体的に示されているか？
- 統計処理の方法は適切か？
- 研究デザインの方法の早い段階で明記されているか？
- 適格基準、除外基準は明記されているか？
- 適切なサンプルサイズは事前に計算されているか？
- 研究の実施場所（セッティング）や実施期間は記載されているか？

### 4. 結果

- 結果は客観的で明確に示されているか？（主観が含まれていないか？）
- 対象の属性などは具体的に記載されているか？
- 研究の各段階において対象数は適切に表記されているか？  
(フローチャートに基づく欠損値は？)
- 図表にする内容、サイズは適切か？
- 統計結果の記載は適切か？（効果量、信頼区間、モデル適合度などを含む）
- 図表にある結果を本文内で再掲していないか？

### 5. 考察

- 目的で提示された研究命題と今回得られた結果に基づき考察されているか？
- 先行研究と比較しながら、論理的な考察がされているか？  
(自説に偏った内容になっていないか？)
- 潜在的なバイアスを考慮し、一般化可能性や限界について適切に考慮されているか？
- 柔道整復への示唆（implication）が示されているか？
- 結論は明快に記載されているか？（結果に考察を加えたもの）

## ■ (実践報告用) 査読に関するチェックリスト

### I. 投稿規定・執筆要領の遵守

#### 1. 投稿内容

- 柔道整復の学術的発展に寄与する内容か？

#### 2. 倫理的事項について

- 倫理上の配慮（著作権や研究対象者の人権の尊重）はされているか？
- 事例は説明を受けた上で同意しているか？（必要に応じて記載）

3. 実践報告の種目と長さについて

- 実践報告という種目は内容と照らして適切か？（原著論文が妥当か？）
- 実践報告の長さは投稿規定に準じて適切か？（図表合わせて 規定文字数）

4. キーワード

- キーワードは今回主張する柔道整復実践（対象者の特徴も含む）が反映されたものになっているか？
- キーワードは「最新キーワード集」に則っているか？  
（キーワード集にない用語には（ ）が必要）

5. 実践報告の体裁と文章表現

- 「はじめに」、「対象」、「介入」、「経過」、「結果」、「考察」などの適切な見出しがつけられているか？
- 文章は明快かつ簡潔に述べられているか？
- 適切なパラグラフ・ライティング（一つのパラグラフに一つのトピック）が行われているか？
- 本文と文献に連続したページ番号がつけられているか？
- 外国人の名前は原語で書かれているか？
- 学術用語はできるだけ訳語を用い、必要に応じて（ ）内に原語を入れてあるか？  
（日本語化していればカタカナ表記）
- キーワード集にない略語は文章初出時に正式名称が記載されているか？

6. 文献リスト

- 文献リストの表記は「執筆要領」に従っているか？（査読の段階でもチェックする）
- 引用文献は引用順に配列してあるか？
- 著書名は5名までを記載し、6名以上は“他”としているか？

7. 図表

- 図表はすべて表題がつけられ、図（写真）には説明があるか？
- 本文中に図表の挿入場所が示されているか？
- 表に必要な縦線は使われていないか？
- 図（写真）は白黒でも区別がつく鮮明なものになっているか？

II. 実践報告の内容

下記項目にて、不備あるいは疑義があるものにチェックを付け、内容は査読コメントに反映させてください。項目の内容についてエディターへ伝えたい時は、「査読者から編集委員へのコメント」欄に記入してください。

1. 標語と要旨（アブストラクト）

- 和文表題は柔道整復実践や診断に関する内容を適切に表現しているか？
- 事例報告の場合、事例報告であることが標題で示されているか？
- 和文表題と英文表題に整合性はあるか？
- 和文要旨に、診断名や症状、臨床所見、特徴的な実践（介入や評価など）、結果が示されてい

るか？

和文要旨と英文要旨に整合性はあるか？

## 2. はじめに

先行研究を適切に引用しつつ、柔道整復実践場面で未解明な点が示されているか？

事例報告の新規性（オリジナリティ）が明確に示されているか？

主張したい実践が明確に示されているか？

## 3. 対象者の情報

対象者が特定されないような表記になっているか？

対象者の症状、障害、医学的情報、既往歴や現病歴、生活歴、家族情報などが記載されているか？

## 4. 評価や臨床推論

重要な評価が適切に実施されているか？（実施していない場合は、その理由）

検査結果の適切な記載がされているか？

評価の臨床推論（リーズニング）が示されているか？

## 5. 治療的介入

治療・介入の基盤となる学術的根拠、理論がある場合、それは適切に示されているか？

治療・介入の名称、適用した理由や方法、提供者、場所、量や頻度に関する情報が記載しているか？

治療・介入の手順は明快で、再現するのに十分な情報が明記されているか？

治療・介入に修正変更があった場合、その情報が示されているか？

## 6. 経過と結果

経過や結果が、時系列で明快に記載されているか？

医学的結果のみでなく、対象者の見解（主観的側面）なども考慮されているか？

介入のアドヒアランス（患者が積極的に治療方針に協力しているか）や有害事象に関する情報は記載されているか？

## 7. 考察

「はじめに」で述べられた目的や今回得られた結果に基づき考察されているか？

先行研究と比較しながら、論理的な考察がされているか？

（自説に偏った内容になっていないか？）

柔道整復への示唆（implication）が示されているか？

結論は明快に記載されているか？（結果に考察を加えたもの）

令和4年7月10日 第41回東北学術大会岩手大会

講評 医学博士 佐々木 武人 より

実際に料理をするにあたり、食材から和食か？洋食か？中華か？創作料理か？

論文の原稿として自由ではありますが、下記の7種類の中からが好ましい。

- 〈原 著〉新規かつオリジナルであるもの。
- 〈総 説〉柔道整復学及びその領域にかかわる主題に関して、多くの研究論文を網して体系的にまとめ、考察したもの。
- 〈研究報告〉独創性を問うものではないが、特に柔道整復学の領域において有用、かつ意義があるもの。
- 〈症例報告〉症例の臨床経験に基づいた研究をおこなって考察が得られたもの。
- 〈短 報〉内容は原著に近いが、短く結論の速報として書いたもの。
- 〈治療技術〉治療技術において客観的情報を示し、オリジナル性のたかいもの。
- 〈そ の 他〉柔道整復に関する多方面からの記事を含み、柔道整復師の質的向上に貢献できるもの、教育講座、報告、書評等。

論文応募要項細目は、多くの細かいルールがあり混乱するかも知れませんが、一つ一つクリアすれば問題ありません。行列のできる人気ラーメン店のラーメンだって論文応募要項細目以上に、店主が腕によりをかけて至福の一杯を作ります。

整骨・接骨院の仕事を終え、夕食を済ませるともう9時（21時）近くでしょうか？  
疲れてもう休みたいと思いますが、1日に60分だけワープロ機能「Word ワード」を触ってみませんか？書店に安いテキストも置いてます。

休日、久しぶりに料理をつくり奥様孝行しませんか？  
自分で晩酌の酒の肴を一品つくるのも良いかもしれませんよ！

## 弘前地区

## 「弘前市筋力向上トレーニング教室 指導者研修会」参加報告

弘前地区 安井 巧

弘前市筋力向上トレーニング教室、指導者研修会が令和3年11月1日(月)、令和3年11月8日(月)、コロナ対策として2グループに分けて行われました。

この筋力向上トレーニング教室というのは、弘前市が行っている事業で、集会場や公民館等、全16会場のうち14会場で弘前地区会員10名が講師を務め、平日の13:00から14:00の1時間、弘前市民65歳以上の方を対象に、参加費無料で、椅子があれば簡単にできる介護予防を目的としたストレッチ、筋トレを指導しているものです。

研修会は毎年一回、今回も実際に体操をしながら、健康運動指導士の方から指導を受けました。忘れていた部分や、利用者の方に伝えきれていない点、また会員からの質問を丁寧に解説していただき、約2時間の研修を終えました。

この筋力向上トレーニング教室は令和元年5月にスタートし、コロナの影響もありましたが、年々利用者も増加し会場も増え、好評を得ています。利用者の方々の健康増進の一助になり、また柔道整復師のアピールにもつながっています。

これからも研修会等でスキルアップし弘前地区会員の活躍の場を増やしていけたらと思っています。

\* 令和3年度も開催予定だった1月の保険業務勉強会、新年会、2月の公益活動がコロナの影響により、開催直前で中止となりました。参加予定、講師予定だった先生方、大変申し訳ありませんでした。今年度も状況次第ではありますが、ご協力のほど宜しくお願い申し上げます。

実施日	会場	所在地	定員	実施日、休み、備考	
毎週月曜日	千年公民館	小栗山字川合115-1	35人	休み: 5/2, 7/18, 8/15, 9/19	
毎週火曜日	泉野多目的コミュニティ施設	泉野3丁目6-2	30人	休み: 5/2, 7/18, 8/15, 9/19	
毎週水曜日	身体障害者体育館	宮崎2丁目9-1	40人	休み: 5/3, 7/5	
毎週木曜日	中央公民館岩木館	真田1丁目18-3	30人	休み: 5/3	※内履き不要
毎週金曜日	松森会館	松森町58	12人	休み: 5/3	駐車スペースなし
毎週土曜日	樹木会館	樹木1丁目4	20人	休み: 5/3	
毎週日曜日	垣越公民館	門外2丁目3-11	25人	休み: 5/3	
毎週月曜日	三省地区交流センター	三世寺字鳴瀬68-3	25人	休み: 5/3	
毎週水曜日	泉野多目的コミュニティ施設	泉野3丁目6-2	30人	休み: 5/4	
毎週金曜日	弘前市民体育館	五十五町7	50人	休み: 5/4, 7/6	
指定水曜日	船沢公民館	折笠字宮川95-5	30人	■実施日 ■4/13, 4/27, 5/18, 6/4, 6/15, 6/29, 7/13, 7/27, 8/10, 8/24, 9/7, 9/21	
指定水曜日	北辰学区高杉ふれあいセンター	松岡字山辺72-1	13人	■実施日 ■4/6, 4/20, 5/11, 5/25, 6/8, 6/22, 7/6, 7/20, 8/3, 8/17, 8/31, 9/14, 9/28	
毎週木曜日	中野集会所	中野2丁目17-1	15人	休み: 5/5, 8/11	
毎週金曜日	金厩町体育センター	金厩町1-9	30人	休み: 5/5, 8/11	
毎週日曜日	千年交流センター	原ヶ平5丁目1-13	40人	休み: 4/1, 4/15, 4/29, 5/6, 8/12, 9/23	■午前開催 ■開館時間 ■10時30分~11時30分
指定金曜日	町田地区ふれあいセンター	町田1丁目4-1	20人	休み: 4/29, 5/6, 8/12, 9/23	
指定金曜日	和徳公民館	大久保 沼田204-3	13名	■実施日 ■4/8, 4/22, 5/13, 5/27, 6/10, 6/24, 7/8, 7/22, 8/5, 8/19, 9/2, 9/16	

【実施期間】 令和4年4月1日 ~ 令和4年9月30日

【開催時間】 午後1時~2時 ※12時30分 千年交流センターのみ 10時開館 (0時30分~11時30分開催)

【持ち物】 室内用シューズ、汗拭きタオル、飲み物、マスク

【講師】 整骨院・接骨院の先生方、健康運動指導士 (弘前地区柔道整復師会所属) (青森県健康・体力づくり協会)

【お問い合わせ先】 弘前市福祉部介護福祉課 自立・包括支援係 ☎ 40-4321

※ 裏面の「参加される皆様へお願い」もご覧ください。

参加される皆様へお願い

筋力向上トレーニング教室の実施にあたり、新型コロナウイルスを含む感染症の予防および拡大防止対策のため、ご利用の皆様は以下のご協力をお願い申し上げます。

- 保健所等の公共機関から療養期間や待機期間の指示を受けた方は、指定された期間中はご利用をお控えくださるようお願いいたします。
- 発熱がある方、体調に不安がある方、風邪症状がある方は、ご利用をお控えくださるようお願いいたします。
- 密集状態となることを防ぐため、当面の間、お一人様 週1回のみのご参加にご協力くださいますようお願いいたします。
- 利用の際は、マスクをご着用ください。
- 運動中もこまめに、充分に水分を取るようお願いします。
- 受付カウンターに手指消毒剤を設置していますので、ご利用ください。
- 利用中に体調が悪くなった場合は無理をせず、お近くのスタッフまで速やかに申し出てください。
- 万一、参加者に感染が確認された場合など、参加された皆様にご連絡させていただくことがありますので、連絡先電話番号のご記入をお願いいたします。
- 公共施設、開催会場等の休止期間中は、当教室も同期間休止いたします。

※ 当日の参加者が多い場合は、参加できない場合がありますので予めご了承ください。  
※ 各会場、駐車スペースに限りがあるため、公共交通機関をご利用になるなどのご協力をお願いします。  
※ 当日、血圧が180/110 mmHg以上の場合や、その他体調がすぐれない場合は、参加をご遠慮ください。

ご利用の皆様とスタッフの健康と安全を配慮してのお願いです。  
ご理解とご協力のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。

弘前市介護福祉課

## 八戸地区

## 「八戸市健康パネル展」参加報告

八戸地区 東山 昭人



令和3年度八戸市健康パネル展に参加しました事を報告致します。

10月16日(土)～20日(水)の5日間「八戸ポータルミュージアムはっち」にて「八戸市健康パネル展」が行われ、ポスター3枚とリーフレットを展示しました。



今回も昨年同様コロナ禍という事で18団体の資料、ポスター展示のみ行われました。週末は隣接するマチニワでも音楽イベントが行われるなど集客に期待しましたが、5日間の合計来場者数は367人でした。

コロナ禍以前は八戸市公会堂を主会場に「健康まつり&環境展」が行われ、我々はフットプリンターを用い250～300名の足裏を測定し、柔整師の立場から健康へのアドバイス及び整骨、接骨院のPRをする貴重な場でした。

早期のコロナ収束で来年は、例年通りの公益活動が行える様願っています。



# 「蕪島海水浴場清掃活動」報告

八戸地区 東山 昭人



八戸地区では令和4年度公益活動として7月24日(日)午前8時30分より約1時間という日程で蕪島から水産科学館マリエントまでの間で清掃活動を実施しました。



八戸ではここ数日コロナの陽性者500超と市民が自主的に行動自粛している状況の中、会員18名と会員の家族(小学一年生の娘さん)のお手伝いも有り計19名で行いました。

今年は何の天然記念物「蕪島ウミネコ繁殖地」の指定100周年の節目の年という事もあり他の団体さんも清掃活動に力を入れている様でゴミの量が例年よりやや少なめだったと思います。30リットルの袋で燃やせるゴミ7袋燃やせないゴミ1袋その他木片やロープ等の漂着物を回収しました。少ないとはいえ空き缶、割れた瓶の破片、花火、タバコ等危険な物が多い印象でした。

蕪島は八戸のランドマークであり一年通じて市民、観光客の集う場所です。特にこの時期は海水浴場開設で子供を含めた多くの人を訪れます。八戸地区会員一同安全で綺麗な街づくりの為に少しでも貢献していきたいと思っています。

## 五所川原地区

## 「保険業務勉強会」開催報告

五所川原地区 葛西 清



当地区ではコロナ禍で、2年ぶりの開催になりました。

コロナ感染者数も少なくなった、令和3年11月28日曜日の午前中の開催でしたが、22名と多くの会員が参加してくださいました。

講師の成田理事より最近の返戻事項など説明があり、様々な質問もあり、業務に直結する有意義な勉強会となりました。

また、久しぶりで地区会員の顔を見ることができました。



# 「令和4年度公益事業ほねつぎの日五所川原」開催報告

五所川原地区 葛西 清

昨年度は、公益事業がコロナ感染の拡大のため計画した後、中止となってしまいました。

この事業を今年度は実施すべく、年度当初から動いていました。

グラウンドゴルフ大会の実施でした。当地区会員だけでは大会運営など細かいことは無理があるため、以前同様深浦町グラウンドゴルフ協会と共催という形で行いました。大会会場で痛みなどの相談や、会場に整骨院、接骨院のポスターの展示を行い、来場者の方々からの健康相談なども随時行うことにしました。

今年度はこの痛みや、体のケアなどの相談は、当地区内で例年行われている中泊ビーチサッカー大会会場でも7月16日、17日と、翌週7月24日に深浦町グラウンドゴルフ大会アジサイ大会兼ほねつぎの日記念大会で実施となりました。

同時に当会で制作のリーフレット、ボールペンの配布も行い健康管理やPRに努めました。



初日の中泊会場では風も強く例年よりも気温も低く、2日目は時々強い雨で忙しいほどのことはありませんでしたが、負傷者への今後や普段のケア指導、ポスター展示によるPRの成果はあったものだと思います。選手数約810名、入れ込み客数約5,800名でしたので、県内津軽地域から南部地域までの選手、応援者にPRできました。

3日目の深浦町での大会会場では急遽、私たち3人の会員にもプレーに参加してほしいということになり、40名ほどの愛好者の方々とプレーしながらの活動になりました。プレー中や休憩中また表彰式などの合間に様々な痛みの相談を受けての活動でした。参加者には、施術所では聞けない悩みなども相談できたと好評で、またお願いしますとのことでした。ちなみに当会員3名中2名がビリから3人の中に入り、表彰式での笑いとなりました。グラウンドゴルフ大会は4回目となりましたが、次回は違う会場で地域の方との交流を実施したいと思います。(現在はコロナで他町村からの選手参加の大会は実施がありません)



益々のコロナ禍で公益事業実施が難しくもなりましたが、無事3日間の活動を終えることができました。参加協力の地区会員の方々にはご苦労様でした。

## むつ地区

## 「『ほねつぎの日』 あなたの街の整骨院・接骨院」開催報告

むつ地区 三浦 岳 人



1月30日(日)むつ克雪ドームに於いて「ほねつぎの日」むつ地区公益活動「あなたの街の整骨院・接骨院」を開催致しました。

新年を迎える頃には収束したかに思われたコロナウイルスでしたが、僅か一か月の間に新種のウイルスに置き換わり全国に拡がりました。数日前からの陽性者が連日過去最多を更新しており、青森県に於いても350人を超す陽性者が出ていましたが、幸いむつ市に於いては感染経路が追える程度の陽性者しか出ておらず、何とか開催する事が出来ました。



活動内容としては体組成計測機で筋肉量・脂肪量・水分量の計測を行いその結果を基に相談員が現在の状態を説明し、改善の為の筋肉トレーニングや脂肪を燃焼させる為の有酸素運動の運動指導を行いました。

来場者のほとんどがドーム・トレーニング施設の利用者で、健康意識が高く質問も専門的になっている為、質問を受ける私達も更に勉強しなくてはならないと反省しています。

当日は30cm位の雪が連日降っていた為、来場者は昨年より少ない人数でしたがコロナ禍と考慮すれば良い方かなと思っています。

最後になりますが毎年寒い中ご協力くださる地区の先生方に感謝し、そして地区全体で私達の仕事が街の人達にご理解頂けるよう努めていきたいと思ひます。

### 三沢地区活動報告

三沢地区 山 端 祐 樹

新型コロナウイルス感染症の蔓延により、三沢地区での活動はほとんどできない状況でした。日々の生活においても緊急事態宣言や行動制限が発せられてから、感染状況は改善傾向にあるものの、いまだに社会経済活動に大きな影響を与えています。接骨院の経営や働き方にも大きく影響してきています。常に最悪の状況を想定し、あらかじめ地区会員どうしの連携を強化しつつ、地域住民へはコロナ禍での接骨院での感染対策や施術のあり方を周知していきます。また我々、柔道整復師が感染源とならぬよう、さらなる感染対策を徹底し日々の業務を行ってまいります。

今後の活動につきましては、このような状況下において、患者さんと身近に接する職種である柔道整復師が、患者さんに安心かつ安全に施術を提供するためにどのような行動をするべきかを考え、今後の地区での公益活動に取り組んでいきます。

## 黒石地区

## 救護トレーナー活動 存亡の危機

黒石地区 西谷正仁

黒石地区では公益活動の予定が秋以降ですので、どうしようかと考えていたら8月になっていました。その間、2件のトレーナー活動に参加してきましたが、今回はトレーナー活動について話をしたいと思います。

本題に入る前に令和4年8月3日と9日の大雨による被害が各地でありました。黒石地区会員には何も無かったのですが、被害に遭われた会員の先生方には心より、お見舞い申し上げます。

さて、標記の大袈裟な存亡の危機と提起したのは、トレーナー活動に参加する会員が極端に減ってしまったという事です。私もトレーナー活動に参加してから20年以上になると思いますが、これほどまでに参加人数が少ない事に驚きました。

思い起こせば今から22年前、柔道整復師にもスポーツトレーナーを養成しようと平成12年7月30日よりスポーツ科学講習会が始まりました。第1回目の開講式の後、当時の青森県体育協会会長だった田名部匡省参議院議員、青森県のパラスポーツ第一人者の野澤英二氏、試験財団理事の茂住延壯先生が講義をして下さったと記憶しています。田名部氏はテーピングの重要性、野澤氏は健康者から身体障害者になった時の、やりきれない気持ちと身体の変化、そしてパラスポーツの話をして下さいました。それを熱心に一番前の席で聞いていたのが、今は亡き青森地区の張山嘉重先生だったのです。野澤氏の話聞いて大粒の涙を流していたのを覚えています。

講習会に参加した人は、知識、技術を吸収しようと、講習会費20万円も払い、受講しました。そして長期にわたった講習会が閉講後、今度はトレーナー活動の組織を立ち上げる為の会議が持たれたのです。なぜか、その場に私も選ばれてAJトレーナーの立ち上げに参加する事になりました。当時、会議に参加された先生方も現在では、トレーナー活動から退いたり、会を退会されたり、そしてお亡くなりになられたりと、少数になってしまいました。AJ立ち上げの頃は皆さん、ものすごい情熱を持っていたのですが……。

トレーナー参加者減の要因に私は3つを上げます。

一つ目は年齢的な体力の減退、二つ目は技術面での不安、三つ目は患者減少による本業以外での活動への躊躇があると思います。

私の場合は3つ目の躊躇です。どうしても別の用事があって協力できない時は断りますが、そうでない時は、できるだけ参加するようにしています。

以前、会で全会員に対してトレーナー活動に対するアンケートを実施した事があります。

その中に「トレーナー活動に参加したいか、否か」という質問に「参加したいがテーピングの講習会をして、テープが巻けるようになったら参加を考えてもよい」という意見がありました。こういう意見の方もありましたので、講習会を開いて一人でも多くトレーナーに参加してもらえよう考えた方が良くと思います。若いパワーが必要です。

もう少しで、青森県で国民スポーツ大会が開催されます。

柔道大会で、いつも一緒になる和田誠之ドクターは、やはり大会にはマンパワーが必要なので柔道整復師の皆さんにも御協力願いたい、とおっしゃっていました。

最後に地区の公益活動を書くスペースではありましたが、大きな課題を提起する文章になってしまいました。失礼致しました。

## 応急・救護トレーナー活動の展望

応急・救護トレーナー委員会副委員長 苫米地 一 弘

公益社団法人青森県柔道整復師会、応急救護トレーナー活動に携わり12年目になります。先輩トレーナー委員の先生方にご教示いただきながらトレーナー委員としての活動をはじめました。当時は発足間もない事もあり、トレーナー活動者も多く、関係研修も盛んに行われ、非常に活発な活動だったと思います。

高校総体、中体連、県民大会などの各種大会へ、そして柔道、相撲、ラグビー、マラソン、サッカー、その他各種競技大会に参加してきました。応急救護活動は選手の外傷に対し、外傷のプロである柔道整復師として応急処置を施し、トレーナーとしては選手のコンディショニング、ケアに協力してきました。

現状は令和2年度、3年度ではコロナ禍の影響で活動が数分の一となりました。令和4年度は徐々に戻っていますが、まだ令和元年度以前と比較すると活動は少なめです。

また会員の高齢化、会員の減少、モチベーションの低下などの理由によりトレーナー活動者が減少しています。活動者の減少に伴い大会主催者側から応急救護トレーナー派遣依頼があっても活動者不足により依頼に応えられないことも出てきています。

公益社団法人としての公益活動の大きな柱の一つである応急救護トレーナー活動をこれからどのように運営していくか、若手を育成し、少しでも多くの人材を確保してこれまで通り、またはこれまで以上の活動を継続していくのか、または、少しずつ大会派遣を減らしていき、活動を縮小していくのか。会の応急救護トレーナー活動の分岐点であると思います。

2026年青森国民スポーツ大会（2023までは国民体育大会）が開催され、それに向けて講師の先生をお迎えしての柔整塾（トレーナー研修）が予定されています。私達も医師や看護師、理学療法士の皆様方と連携をしての国民スポーツ大会トレーナー活動に参加するという、一つの大きな目標ができたと思います。今後の応急救護トレーナー活動の方向性を会員皆様で考えていただきたいと思っています。

会員の皆様へ

### 応急・救護トレーナー活動の輪を広げよう！！

当会では応急・救護トレーナーを随時募集しています。同じ免許を持つ仲間と一緒に活動してみませんか？まずは見学からでも構いません。ご希望の方は諸大会の開催5日前までに当会へご一報下さい。

※応急・救護トレーナー派遣予定の大会・開催場所（市町村）は毎月の事務局だよりにてお知らせしております。

## 「応急・救護トレーナー活動」派遣一覧

開催日	大会名	開催地	活動者	利用者数	
令和3年度	11/14	令和3年度青森県高等学校新人柔道大会	三 沢 市	苧坪健太郎・酒田 正伸	6
	11/21	第38回青森県少年柔道選手権大会	平 内 町	奈良 功・竹内 公悦	4
	11/28	第30回八戸まべちライオンズクラブ杯 三八地区少年柔道親善大会	八 戸 市	坂内 勇太	0
	12/5	第36回大間町少年柔道大会	大 間 町	大内 二郎	4
	12/12	第27回上十三地区学童柔道大会	東 北 町	酒田 正伸・新山 正人	0
令和4年度	4/29	令和4年度青森県高等学校春季柔道大会	八 戸 市	坂内 勇太	6
	4/29	第75回むつ市春季柔道大会	む つ 市	大内 二郎	1
	4/30	第29回青森県中学校春季柔道大会	む つ 市	大内 二郎	2
	6/4	第75回青森県高等学校総合体育大会柔道競技	黒 石 市	西谷 正仁・対馬 将晃	7
	6/5	第75回青森県高等学校総合体育大会柔道競技	黒 石 市	西谷 正仁・対馬 将晃	12
	6/6	第75回青森県高等学校総合体育大会柔道競技	黒 石 市	対馬 将晃	7
	6/5	第19回全国小学生学年別柔道大会青森県予選会	東 北 町	四橋 正敏・酒田 正伸	2
	6/19	第73回上北地方中学校体育大会夏季大会（柔道競技）	十和田市	四橋 正敏・酒田 正伸	4
	7/16	第27回「中泊ビーチサッカーフェスタ」	中 泊 町	松橋 省二・葛西 清忠 佐々木智彦・葛西 清忠 対馬 将晃	27
	7/17	第27回「中泊ビーチサッカーフェスタ」	中 泊 町	松橋 省二・葛西 清忠 佐々木智彦・葛西 清忠 対馬 将晃	18
	7/17	令和4年度青森県高等学校夏季柔道大会 兼国体選手選考会	平 内 町	奈良 功・竹内 公悦	14
	7/17	第73回青森県中学校体育大会夏季大会柔道競技	八 戸 市	村山 弘典	4
	7/24	第46回青森県少年柔道大会	弘 前 市	佐々木智彦・西谷 正仁	2
	8/27	第49回東北総合体育大会 柔道競技	平 川 市	西谷 正仁	7
	8/28	第49回東北総合体育大会 柔道競技	平 川 市	谷川 弘・西谷 正仁	0

スポーツ大会・イベント主催者の方へ

## 応急・救護トレーナー派遣制度をご活用下さい！！

公益社団法人青森県柔道整復師会では、地域社会貢献活動の一環として、県民の健康増進並びに青少年健全育成のため、会員を県内のスポーツ大会に「応急・救護トレーナー」として派遣しております。

派遣をご希望の場合は、「開催依頼文書」に「大会実施要項」を添付して、大会開催日の1か月前まで郵送にてお申し込み下さるようお願い致します。

- ※ 派遣依頼文書は40ページをコピーしてご利用いただくほか、当会ウェブサイトからもダウンロードできます。
- ※ トレーナー派遣は原則、「土曜日」「日曜日」「祝・祭日」の大会に限ります。  
また、当会の行事と重なる場合や、複数のご依頼が重なった場合等、派遣をお断りする場合がございますのでご了承下さい。
- ※ トレーナーの駐車場の確保等、ご協力をお願いしております。
- ※ 当日、当会会員が救護員として参加していることを開会式・大会パンフレット等でご紹介頂きますとありがたく存じます。

＜詳細については青森県柔道整復師会事務局へお尋ねください＞



# 応急・救護トレーナー活動の様子

R 4 . 7 . 16~17「第26回中泊町ビーチサッカーフェスタ」



令和 年 月 日

公益社団法人青森県柔道整復師会  
応急・救護トレーナー委員会  
会長 岡本 幸治 殿

申請者名

⑩

## 応急・救護トレーナーの派遣依頼について

この度開催されます下記大会の出場選手に対し、健康管理指導ならびに応急処置等をしていただきたく、応急・救護トレーナーの派遣をお願いいたします。

### 記

1. 大会名

2. 日時

3. トレーナー集合時間

4. 場所

5. 対象者

6. 派遣希望人数

7. 医師の待機について ※当てはまる方に○をして下さい。

あり ( 名 ) / なし

8. 連絡先 (派遣の有無についてこちらから書面を送付致します。発送先を記載して下さい)

〒

TEL

9. その他 大会要項の添付をお願いします



# やってみよう!! 「健康柔(やわら)体操2018」

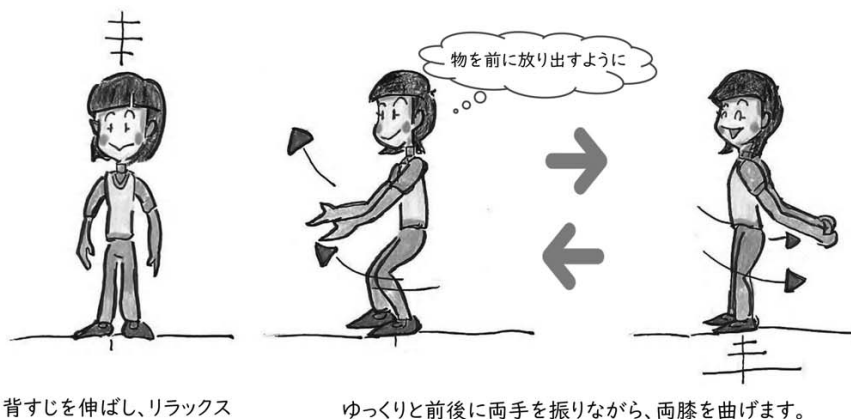
～健康はつくと共に保つもの。やってみましょう健康柔体操～

柔道の形の中でも、体の軸（芯）を作ることはとても重要とされています。軸を作る観点から姿勢を整えていく、高齢者や運動初心者にも簡易で効果のある体操を紹介します。

柔整青森第37～41号にてご紹介していた「健康柔(やわら)体操2013」と合わせて行うとさらに効果が期待できると考えますので、ぜひ一緒に行ってみて下さい。

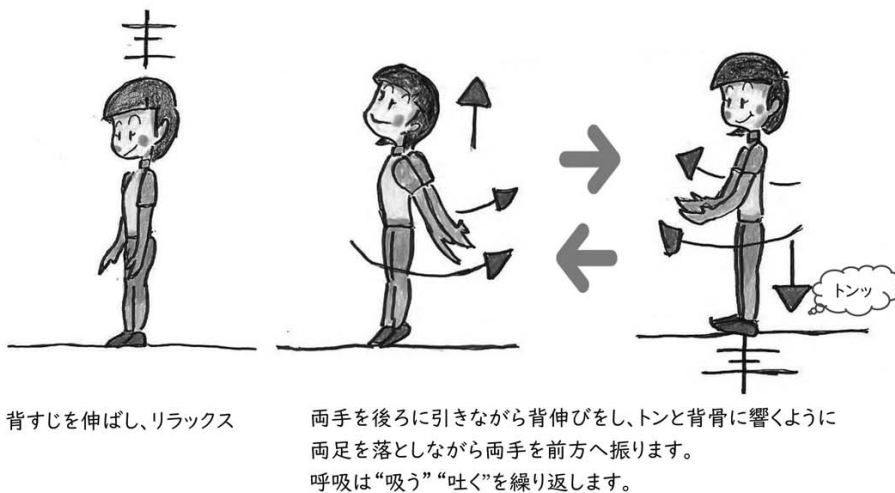
## ＝ 振り子体操Ⅰ ＝

**効果** 誰でもできる簡単な運動の連続によって、全身の筋肉の緊張をほぐし、血行を改善して代謝を促進します。



## ＝ 振り子体操Ⅱ ＝

**効果** 振り子運動Ⅰの効果に、背伸びをして踵から降りた際の下肢から背骨に抜けるような刺激が加わります。この軽い刺激が骨へ良いストレスとなり、骨粗鬆症の予防になります。

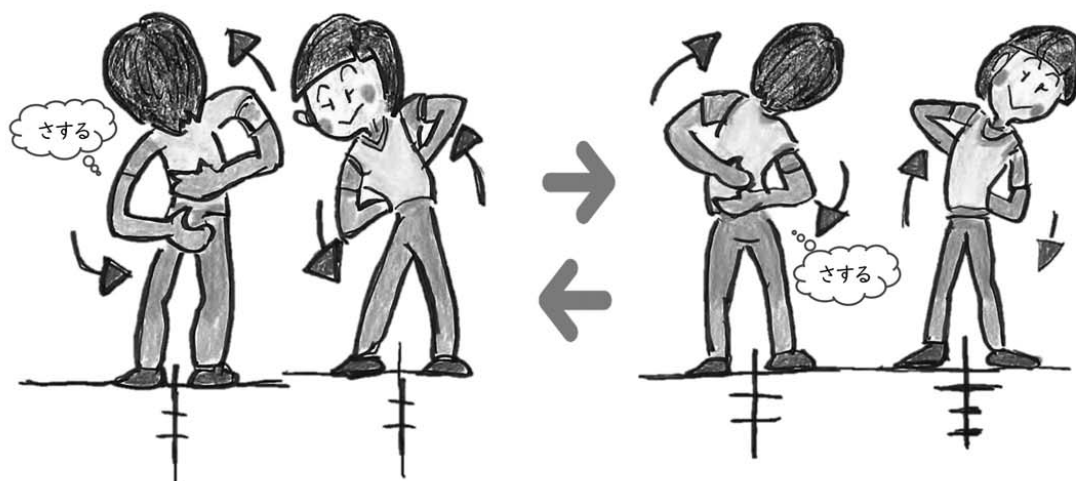


## ＝ くゆらせ体操 ＝

**効果** 背骨を左右にくゆらすことで背中の筋肉の緊張をとり、バランスを調整します。  
また、手のひらで背中をさすりあうので、血流を促進して柔軟性を高めます。



背すじの軸をイメージ

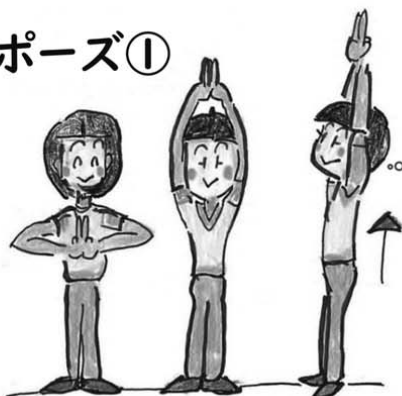


背骨を中心に、上体を左右にくゆらせながら  
手のひらで背中“さすり上げ”“さすり下げ”を繰り返します。

## ＝ 3ポーズ体操 ＝

**効果** 3ポーズ体操は肩甲骨にかかわる筋肉すべてに働きかけます。頸・肩・背中の調整を図り、血行を改善して凝りをほぐします。  
 プラスワンのポーズは、さらに強度が上がるバランス運動です。

### ポーズ①



自然な呼吸で

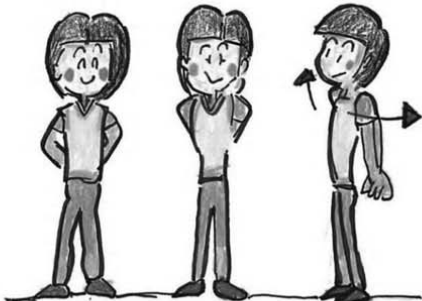
プラスワン



片足を踏み出し、上体をそらせる!!

腕の前で両手を組み、人差し指を立てます。  
 かかをつけたまま、両手をゆっくりと引き上げます。  
 肩甲骨を上げて、胸郭全体を引き上げます。

### ポーズ②



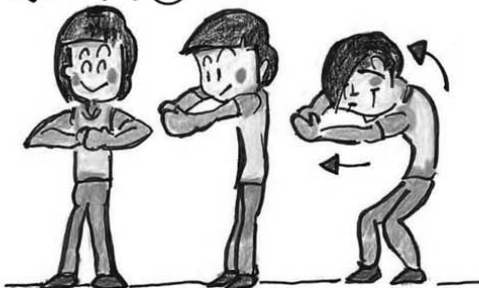
プラスワン



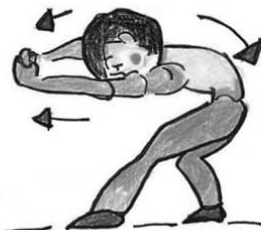
片足を踏み出して、前に体重をかける!!

両手を後ろで組み、肘を伸ばした状態で  
 両肩を後ろに引き胸を張り、肩甲骨を近づけます。

### ポーズ③



プラスワン



片足を後ろに引き、上体を前に倒し背中を伸ばす!!

両手を胸の前で組み、前に出しながら目線を足元に落とし、  
 あごを引きます。背中を丸め、肩甲骨を開きます。

## = コアステップ体操 =

**効果** 背筋を意識して行うことで、美しい姿勢を作ります。  
サイドウエストへのストレッチ効果で、肋間筋・鋸筋・腹斜筋群に働きかけウエストを引き締めます。



顔は正面を向いたまま、  
身体を左右にひねります。



次は顔も一緒に、体の軸を  
中心として左右に回します。

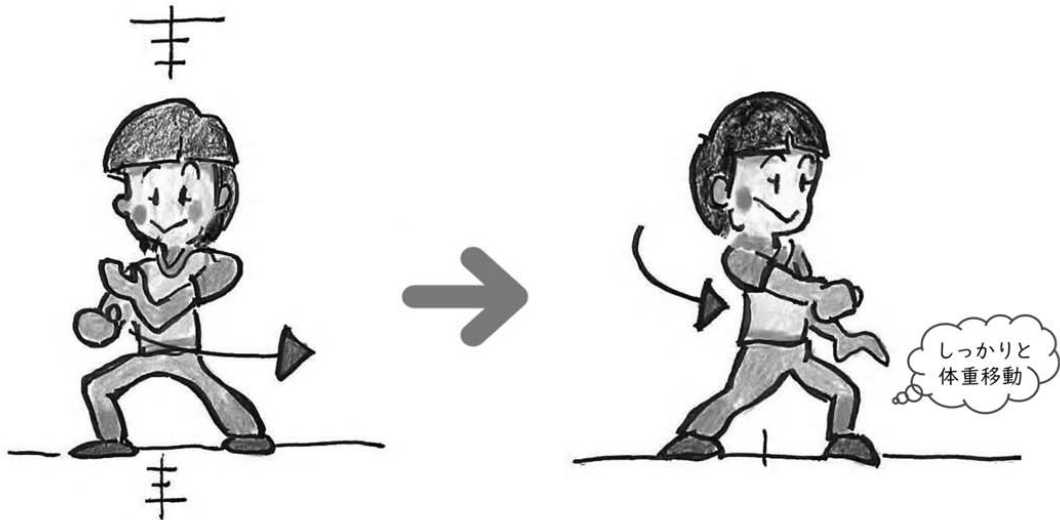


最後に軸の動きを取り入れて  
「ステップウォーク」をします。

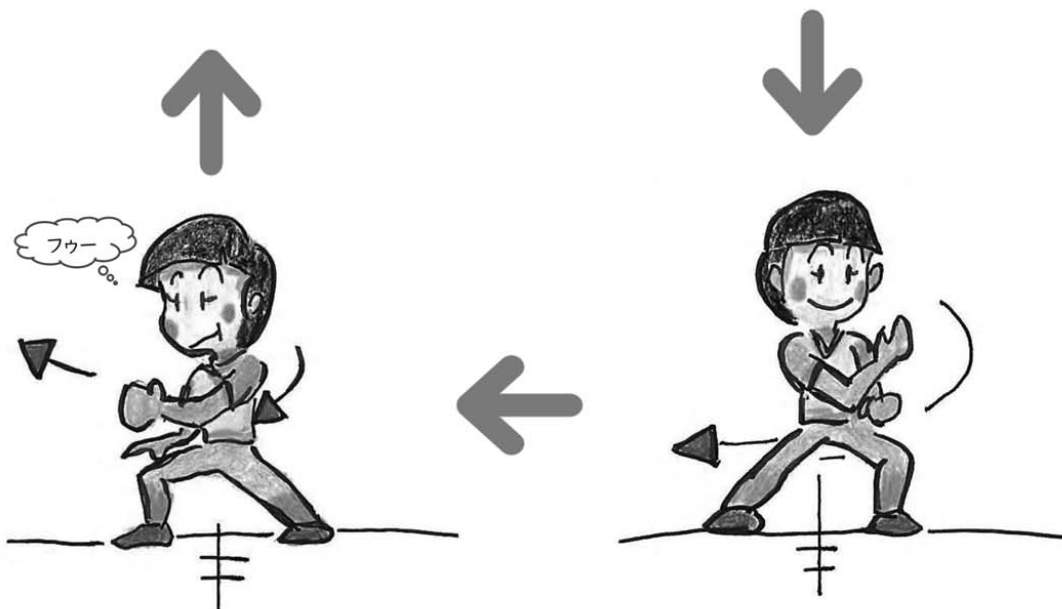


## = ひねり当て =

**効果** こぶしを作り、左右に体重を移動することで下肢の筋力を高めます。  
姿勢を維持することで股関節周囲の筋力強化をします。  
また、こぶしを打ち出す動作はストレス解消に役立ちます。



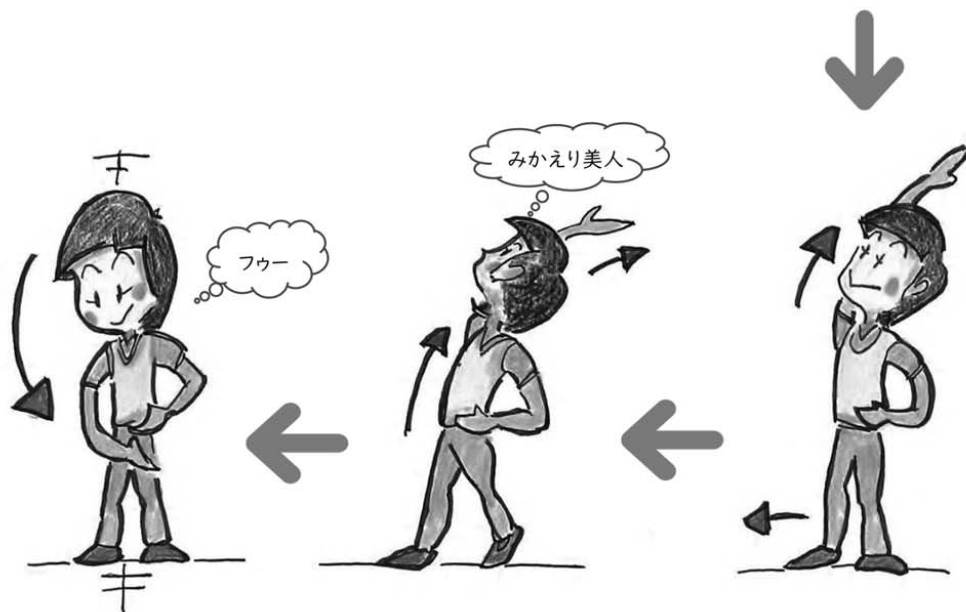
右から左へ体重を移しながら、息を吐いて右こぶしを打ち出します。  
軸をひねるような行います。



今度は左から右へ体重を移しながら、息を吐いて左こぶしを打ち出します。  
こちらも軸をひねるような行います。

## ＝ 呼吸法くみかえり美人体操 ＝

**効果** ゆったりとした呼吸を繰り返すことで、自律神経の安定を図ります。  
背筋を伸ばし、ひねることでより姿勢が矯正され、美しい姿勢を獲得できます。



息を吐きながら元に戻ります。

息を吸いながら片足を踏み出していき、身体をさらに後ろへ開きます。

(資料提供：公益財団法人柔道整復研修試験財団)



# 大鰐町より令和3年度功労表彰をいただいて

黒石地区 成田 信一郎



表彰を受けた成田さん(前列㊦)、中畑さん(後列左から2人目)、佐藤さん(同3人目)＝町提供

## 町発展に貢献 3人表彰

大鰐町はこのほど、町役場で本年度の表彰式を行い、町の発展や教育に功績のあった3人を表彰した。

表彰を受けたのは、功労表彰に町教育委員会教育委員を17年務めた成田信一郎さん、善行表彰に町民政委員・児童委員を16年務めた佐藤理津子さん、蔵館1町内納税貯蓄組合長・会計を19年務めた中畑喜美男さん。

議場で行った式で、山田年伸町長は「長年の尽力、苦勞がしみじみと痛感され、心からの敬意と感謝の意を表する」とあいさつし、表彰状と記念品を手渡した。(小泉結香)

令和3年11月19日(金) 東奥日報 掲載

大鰐町は文化の日の3日、地域社会や福祉の向上

指導者として  
今後にも期待

### 大鰐



山田町長(左)から表彰状を受け取る受賞者(石田紅子)に表彰状を手渡した。表彰状と記念品を受け取った成田さんは「周りの人に世話になって子どもたちの元気のために活動してきた。これから子どもたちを応援したい」と語った。

に貢献した町民をたたえる表彰式を町役場で行った。功労表彰は町教育委員を17年務めた成田信一郎さん(68)、善行表彰は民生委員・児童委員を16年務めた佐藤理津子さん(64)と蔵館1町内納税貯蓄組合長、山田年伸町長は「長年の尽力に心からの敬意と感謝を表す。今後も町の指導者、規範として一層のご鞭撻をお願いする」と式辞を述べ、受賞者に表彰状を手渡した。

会計として19年尽力した中畑喜美男さん(81)が受賞した。

令和3年11月10日(水) 陸奥新報 掲載

## 感謝状・地域功労賞をいただいて

五所川原地区 葛西 清

この度は地域功労賞をいただき、ありがとうございます。

今改めて思い出しますと、よく民家に落ちなかったものだとぞっとします。

昨年11月30日に自宅から数100メートル離れた国道わきに、米軍戦闘機の燃料タンクが投棄され、もう一つは裏山に落ちた全国ニュースにも何度となく流れた事故でのことです。

私は地元町内会自治会長をしているため、いち早く友人から町内の国道の異常を知らされました。国道に油のようなものが大量にこぼれているということでした。町内の国道、自治会の集会所前ということもあり、食事中でしたがすぐ車で現場に駆け付けました。現場国道上にハザードランプを点滅させドアを開けてアスファルトに立った瞬間ズルッと一瞬滑りました。危険を感じ集会所の取り付け道路に車を入れ、非常停止版を路側に置き、ライトで現場を照らしながら、交通誘導に取り掛かりました。この時、私と同時に町内の会社員の方が誘導に当たりました。この方が警察、消防署に連絡済みでしたので、私は近所の交通指導隊員に連絡を取りました。最初はすごく異臭のする何の液体か検討もつかず、ただ交通誘導をしていました。少ししてから消防隊員が到着し、薬剤を巻いていました。その後警察も到着し、町役場職員も帰宅時間でこの騒動に気付き、人が集まってきました。そのころニュース速報で、岩木山山麓に米軍戦闘機の燃料タンクが投棄されたのが流れ、携帯電話で見た役場職員が現場警察署員に知らせました。

しかし、報道関係者はまだ確認が取れずにいたようでした。交通誘導に人手が集まったころ、私はNHKのスクープボックスのサイトにこの時の映像をアップしました。現場にいた我々は皆これが燃料タンクだろうと確信はしていました。NHK報道職員から私に問い合わせが来るまではそれほど時間はかかりませんでした。詳細をお知らせしても現物を確認するすべがないものですから、何かが落ちてきて騒動になっているということを伝えました。夜9時前のニュースに映像を流してもいいかと打診され了解もしましたが、結局関係機関でもタンクだと確定できなかったため、深夜の報道となってしまいました。

落下から数時間してから規制線が張られ、現場には朝までパトカーがいました。

早朝から仙台防衛局長はじめ職員、報道関係者などが現場に来ているので、町内会としてもその対応にあたりました。もちろん落下後現場に早くからいたため、報道機関のインタビューも何度とありました。集会所も防衛局で事務所として借り上げたため、10日間は自治会でも対応がありました。

各報道機関の問い合わせが落ち着いたころ、地元警察署から初期対応に努めたということで感謝状の贈呈がありました。また、この後今年3月になってから、NHKからこの時のスクープボックスの投稿が今年の全国一位（数万件中）となり表彰されました。

自分では今回のことは大きなことをしたわけでもないのに、こんなにテレビに立て続けに出、感謝状やら賞やらと大きなおまけまでいただきました。

これらのことを踏まえて、この度当柔道整復師会からの地域功労賞をいただけたものと思っています。

還暦も過ぎ、人生今がピーク？なんて少し心配していますが、これからも地域のため柔道整復師会のために微力ながら頑張りたいと思います。

ありがとうございました。

# 強烈な異臭、燃料で滑る路面

# 「2次被害防がないと」

## 深浦・米軍タンク投棄

謎の金属片、鼻を突く臭い、道路に広がる不気味な液体…。米軍三沢基地所属のF16戦闘機が深浦町内に燃料タンク2個を投棄したトラブルは、当初は事件が事故か分からず、住民は不安に包まれた。たまたま居合わせた男性2人が暗闇の中、飛散した油への引火を警戒しながら交通誘導に当たった。

## 夜の現場、住民が交通誘導

第一通報者は、同町の銀行員田中幸治さん(49)。11月30日午後6時10分ごろ、買い物から帰宅途中、町役場近くの国道101号を通り掛かった。結露防止のため開けていた窓から突然、

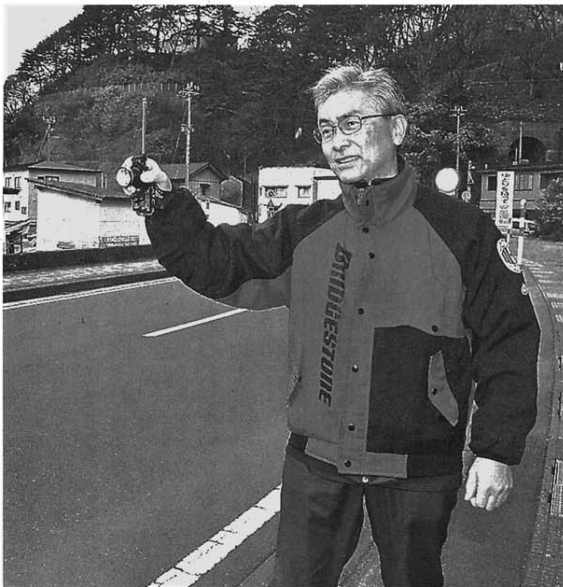
「何だ。灯油の配達業者が何か落としたのか」。深

「スリップや追突など二次被害を防がないと」

田中さんは車内に常備し



1個目の燃料タンクが見つかった町役場付近で、誘導灯を手に当時の様子を語る田中さん＝8日



1個目のタンクが見つかった現場近くの自宅前で当時を振り返る葛西さん＝8日

防に任せるべき事態。だがどうしても異臭と金属片が気になった。午後6時半ごろ、現場に戻るとスニーカーの足元が滑るほど、多量の燃料が広がっていた。付近は見通しが悪いカーブ。「スリップや追突など二次被害を防がないと」

田中さんは車内に常備し

間もなく消防署員が到着。一帯をライトで照らすと、ほかにも金属片が見つ

かかった。飛行機の部品か。消防署員同士が話すのを田中さんは耳にした。

田中さんが交通誘導を警察に引き継いだのは午後7時半ごろ。帰宅後ネット検索でタンクの投棄を知り、「こんでもないものを見つけた」と驚いた。

## 新入会員の抱負



十和田地区 桜田整骨院 <sup>さくら</sup> <sup>だ</sup> <sup>よう</sup> <sup>すけ</sup>  
櫻田陽輔

(令和4年4月1日入会)

4月より、公益社団法人青森県柔道整復師会の正会員として入会させていただきました櫻田陽輔です。

柔道整復師としての職務に責任を持ち、地域に根差した業務を心掛けていきたいと思えます。

まだまだ未熟で至らぬ点多々あると思えますが、今後ともご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。



十和田地区 笹渕鍼灸整骨院 <sup>ささ</sup> <sup>ぶち</sup> <sup>あ</sup> <sup>き</sup>  
笹渕亜紀

(令和4年4月1日入会)

この度は、公益社団法人青森県柔道整復師会の正会員として入会させて頂きましてありがとうございます。

柔道整復師の職務に誇りと責任を持ち、患者様に対して常に真摯にそして誠意を以て接していきたいと思えます。

まだまだ未熟者でありますので、今後とも岡本会長、三潟副会長はじめ先生方、事務局の方々からのご指導・ご鞭撻の程よろしくお願いいたします。



三沢地区 柳瀬整骨院 <sup>なみ</sup> <sup>おか</sup> <sup>かす</sup> <sup>ひろ</sup>  
濤岡和広

(令和4年4月1日入会)

4月より、公益社団法人青森県柔道整復師会の正会員として入会させて頂きました濤岡和広です。

柔道整復師として21年、微力ながらも地域の方々のお役に立てる様にと日々、葛藤や自問自答を繰り返しながら過ごして参りました。

未だ収束の目途が立たない感染症の流行や、毎年のように全国各地で発生する自然災害など不安を抱えての日常が続いています。そのような状況下で柔道整復師が担える役割をしっかりと認識し、先人たちが築き上げてきた技術や思考を尊び、更に進化していける様に日々精進して参りたいと思えますので今後とも御指導の程、宜しくお願い致します。



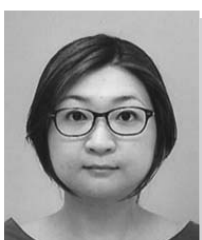
黒石地区 ひら川接骨院 **ご とう えい すけ**

(令和4年4月12日入会)

この度は、公益社団法人青森県柔道整復師会の入会を承認頂きまして誠にありがとうございます。

「柔道整復師」「ほねつぎ」の歴史、先輩方が構築してきたことを考え、柔道整復師として経験してきた知識や技術を患者様に分かりやすく丁寧に伝えながら、早期回復、地域に密着した接骨院を目指し努力していきたいと思っております。

至らぬ点があると思いますが、ご指導ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



青森地区 こみなと整骨院 **おく もと しゅ み**

(令和4年7月1日入会)

この度は公益社団法人青森県柔道整復師協会への入会を承認していただき誠にありがとうございます。

今まで学んできた技術と経験を地域貢献に活かせるよう、今後とも努めて参ります。

まだまだ経験も浅く、至らぬ所もたくさんあるのでご迷惑をお掛けしますが、日々精進して行きますので今後ともよろしくお願い申し上げます。

## 入会準会員の紹介

- ・十和田地区 **に お よ き** (令和4年5月11日入会 トコス整骨院 内)
- ・十和田地区 **あい さか みのる** (令和4年8月1日入会 桜田整骨院 内)

## お 悔 や み

心よりお悔やみ申し上げます



令和4年8月1日死去  
三沢地区  
立崎 秀男 会員

昭和60年8月に入会され、平成27年より6年間理事として本会の運営に携わり、地域医療と柔道整復師業界の為永年にわたり尽力されました。

平成29年より4年間は広報部長として本紙『柔整青森』の発行にも注力されました。また平成30年の法人設立40周年・創立93周年記念式典の際には実行委員として準備・運営に関わり、式典の成功に大きく貢献されました。

平成27年の通常総会に於いて入会30年の会長表彰を受賞された他、先述の法人設立40周年・創立93周年記念式典の際にはその功績を称えて本会より役員功労表彰を授与されました。

広報部として立崎先生とは1期2年と短い間でしたが、1～10（1～5くらい？）まで分かり易く教えて頂きました。本当にありがとうございました。チャリティゴルフ大会にも長年参加され、幾度か優勝もされました。いつも格好いいスタイルで大きな声で元気よく明るく冗談言いながらプレーされていました。大鰐での大会で立崎先生の車で何人かで来られた時、三沢地区の先生方が「ガソリン代払うよ」と言ったら「ガソリン代いいから、車のローン払ってくれ」と冗談言って皆さんを笑わせていたのが今でも忘れられません。もう、元気で大きな声を聞くことはありません。只々残念です。寂しいです。悲しいです。

立崎先生、安らかにお眠りください。

合掌

広報部長 竹原 愛人

# 編集後記

「柔整青森43号」発行にあたり、事業イベント等少ない中、会員の方々より投稿頂き、編集員一同心より感謝申し上げます。

今年は、「安倍元首相の演説中の銃撃死亡事件」と大変ショッキングな事件が起こりました。また、毎年全国各地で「線状降水帯による大雨の災害」、「コロナウイルス第7波による感染拡大」と国民の日常生活に不安と恐怖を与えています。

我々、柔道整復師会では「市民の身体と心の健康維持増進」を目的に各地区で毎年市民公開講座等を開催しておりますが、近年コロナウイルスの影響で中々開催できていません。私事ですが、濃厚接触者になり1週間仕事を休みました。そこで日常の生活を普通に送れる有難さ、普通に仕事ができる感謝の気持ちを実感しました。

まず我々が身体と心が健康であり、来て頂いた患者さんを1日でも早く日常生活に復帰できるように、元気を与えられるよう努力を重ねて行きたいと思います。

令和4年10月吉日

副会長・広報部長 竹原 愛人

## 編集担当

副会長・広報部長 竹原 愛人

広報副部長 吉田 功

会員数	日 整(全 国)	14,627名 (令和4年8月末現在)
	東北ブロック会	1,272名 (令和4年8月末現在)
	青森県(準会員含)	246名 (令和4年8月末現在)

---

---

## 柔整青森第43号

令和4年10月31日

発行者 公益社団法人 青森県柔道整復師会  
会長 岡本幸治  
〒030-0843 青森市大字浜田字豊田32番地11号  
TEL (017) 774-2441  
FAX (017) 776-3970  
編集責任者 広報部長 竹原愛人  
印刷 協同印刷工業株式会社

---

---





弘前城 菊と紅葉まつり



十和田湖



十二湖 ブナ自然林



最勝院五重塔

