

くらしぱる

1・2面

介護予防事業における
柔道整復師の存在意義

ひざ腰らくらく教室

前橋市柔道整復師会

3

2023

3面

東京・関東地区対抗
選抜柔道大会



健康

高齢者の運動促進 魅力あるプラットフォームへ

前橋地区 ひざ腰らくらく教室



前橋市柔道整復師会（樋口弘紀会長）の総合事業通所型サービスC「ひざ腰らくらく教室」は今年、開始から10年の節目を迎える。柔道整復師は住民の健康とどのように向き合っていくべきか。前橋地区はより効果的で利便性の高い教室へと日々検討を重ねている。

▶ 10年という節目を迎え

前橋市柔道整復師会（樋口弘紀会長）が現在開催している、総合事業通所型サービスC「ひざ腰らくらく教室」（以後、体操教室）は開始から10年目を迎える。橋本森・角田昇二両会員は前橋市役所長寿包括ケア課を訪問。今後の運営や課題について意見を出し合い検討を重ねた。

ここ数年間の開催において利用者のリピート率は高く、指導する側としても手応えを感じている。しかし新規参加者数は伸び悩んでいるのが実情だ。

新規参加者が増えない背景には、コロナ禍による外出自粛の影響もあるが、それ以前に体操教室自体の認知度の低さが大きな要因となっているようだ。利用者、おいては市内各地域包括支援センターへの周知徹底が十分でないと考えられる。

今回の話し合いでは、市役所側からの意見や要望も数多く見られた。具体的なものと

しては、「利用回数や参加に至った経緯をデータ化して体力測定等の個別評価を精細なデータとしてまとめ改善点を模索」、「体操参加前後の体力測定数値の変化により生活にどのような影響をもたらしたかを報告書に記録」といった結果の数値化に関することや、「主訴や既往歴を元に特定部位の痛みにクローズアップして改善率を割り出す」、などだ。

▶ 部位別の改善率を割り出す

このような提案を受けて、課題解決のためには、取得したデータの積極的な運用を視野に入れていくという。例えば膝に痛みがある参加者に対して下肢筋力の増加がみられたら、起居動作や歩行時痛など生活上での変化の有無を聞き取り、さらに変化が認められた場合は、どのような体操種目が効果的であったかを考察する、といった具合だ。加えて、痛みの部位別の改善率を割り出すことで体操教室の有用性が実証され、新規参加者紹介に繋がるのではないか、と期待も寄せる。

▶ 介護予防に関わるメリット

「前橋市のみならず県全域において、長期に渡り継続的に介護予防事業へ関わることで、柔道整復師は業務内の施術だけではなく、介護予防事業も担える存在であることを周知できる」と体操教室開催の意義について話すのは樋口会長。

しかし現状は決して盤石ではない。現在、地域包括ケアシステムとは体操教室が唯一の接点となっている。そのため、もし体操教室が開催されなくなれば、地域包括ケアシステムとの繋がりが希薄になってしまうのではないかという懸念もある。介護予防事業における柔道整復師の存在意義を高める上で、体操教室の存続は非常に重要な位置を占めているのだ。

継続開催していく上で問題点はないのか。樋口会長は「多目的ホールでのセンター方式だけでは遠方からの参加が難しい」と指摘す

る。解決策として、前橋市を東西南北に四分割し各地区の公民館などを利用する「移動型センター方式」の開催を提案。すでに市役所長寿ケア課には要望を出している。

▶ 特色を生かし魅力ある教室へ

さらに、これまで体操教室への参加は、前橋地区役員による施術所内での声掛けや地域包括支援センター・ケアマネジャーからの紹介が主であったが、今後は多目的ホール近隣住民を中心に、高齢者への積極的な声掛けも進めていく予定ということだ。

市の予算を得て事業を継続していくためには、結果を数値化した上でデータに落とし込み、目に見える成果を重ねていくことが重要となる。柔道整復師ならではの特色を生かした魅力ある教室にブラッシュアップして、着実に発展させていくために、取得したデータを問題解決案に役立てる取り組みを進めていくという。



講道館柔道 普及と発展へ

東京・関東地区対抗選抜柔道大会

普段は指導者 総勢 76 名が熱戦を繰り広げる

令和4年度第12回東京・関東地区対抗選抜柔道大会が2月19日(日)講道館で開催された。

この大会は、教育機関や実業団、個人道場及び各種柔道クラブ等において柔道の指導にあたっている高段者が対象で、

東京地区と関東地区からそれぞれ同数の選手を選抜し、覇を競い合う対抗戦形式のもの。指導者自らが試合に出場することを通して技術向上と内なる精神の活性化を図り、講道館柔道の普及発展と各都県における競技力の向上を目的としている。

参加資格は、上記のように東京または関東地区内に在住・在勤する柔道指導者、かつ各都県柔道連盟から全日本柔道連盟に当年度の登録が完了しており、講道館柔道六段及び七段の段位を取得している者。こうした対象者の中から、各都県柔道連盟より選抜される。

当日は七段20名、六段56名の計76名がエントリー。試合は最新の国際柔道連盟試合審判規定で行われた。普段は指導者として競技に関わり自らの練習時間を捻出することが難しい参加者同士、熱戦を繰り広げ、結果は関東地区18勝、東京9勝となった。

群馬県柔道整復師会からは嶋村和彦会員と小野塚弘会員が参加し、優秀な成績を収めて表彰された。



小野塚会員 (左) と嶋村会員

自然の恩恵は ただではない。 実効ある対策で未来へ



子供たちにせがまれ虫取りへ向かう。途中、川岸を歩いていると河川の水量が激減していることに気づく。目当てのカブトムシやクワガタなどの昆虫や魚も滅多にお目にかかれな。こんなものかと感じていたが、いや、そうではないらしい。

本書によると、現在、人類を養う絶妙な生物ネットワークの破壊が進んでおり、生物多様性条約もその歯止めになっていない。世界では100万種の動物植物が絶滅の危機にあるとされ、待たなしの状況であるというのだ。

地球とさまざまな生き物が長年かけて育んできた環境を、実効性ある対策で未来に残していかなければならない。

生態系の保全は、食べたり利用したりする人間のためでもある。生物多様性と生態系の現状を科学的に評価する国際組織IPBESによると、人類は食糧やエネルギー、薬などに多くの野生種を使うが、将来も利用できるのは

その34%にとどまるという。また、漁獲量の3分の1は乱獲というべき状態であると警鐘を鳴らす。

固有種などの生物が多様性に富んでおり、かつその保全が危険にさらされている場所を「ホットスポット」というのだが、日本は先進国の中でこのホットスポットが最も多いという。つまり、野生生物絶滅リスクは我々の生活にも非常に身近な問題ともなっているのだ。

生態系から利益を受ける国や企業の影響も大きい。著者は、地球に残された時間はそれほど多くはないと主張。「自分ごとと捉え、国や自治体、企業とそれぞれ一体となって取り組み、政策を強化していくべきだ」と訴える。

食糧廃棄の削減や過剰消費の抑制は誰もが取り組めるものだ。私たちは、先進国の豊かな生活が生物多様性の損失につながっている認識を深めなければならない。子供たちの未来のためにも。

生物多様性とは何か

井田徹治 著

岩波新書 760円+税



3月の休日当番施術所

	前橋	伊勢崎佐波	桐生みどり	太田	高崎	富岡甘楽	
5日(日)	下沖町つばさ接骨院 027-233-1925	森接骨院 0270-25-1122	大川接骨院 0277-44-1151 奥澤接骨院 0277-76-2036	須永接骨院 0276-48-8008	下田接骨院 027-371-6287 平井接骨院 027-362-6310	やまな整骨院 027-347-6000	矢島接骨院 0274-63-0278
12日(日)	いしい接骨院 027-243-5512	大木接骨院 0270-21-6880	きずな接骨院 0277-47-6773 馬場接骨院 0277-73-7455	本町接骨院 0277-78-8300	鈴木接骨院 027-373-0108 岡田鍼灸接骨院 027-370-2727	おおるい接骨院 027-384-8607	あおぞら整骨院 0274-63-5133
19日(日)	石崎接骨院 027-224-1411	森接骨院 0270-32-0115	中村接骨院 0277-32-1878 くぼづか接骨院 0277-77-2112	関口接骨院 0276-22-8815	桜井接骨院 027-344-1500 櫻井並榎接骨院 027-322-6658	たちばな鍼灸接骨院 027-393-6810	涌永接骨院 0274-62-1059
21日(火)	いのうえ接骨院 027-261-2855	せき接骨院 0270-61-8711	周藤接骨院 0277-44-5827 高柳接骨院 0277-72-2082	おいけ接骨院 0277-47-7077	さまた接骨院 027-372-2178 藤川接骨院 027-372-1165	桜井接骨院 027-344-1500	矢島接骨院 0274-63-6840
26日(日)	広瀬接骨院 027-263-8881	伊勢崎みさと鍼灸整骨院 0270-27-5338	てらうち本町接骨院 0277-46-9344 NARI接骨院 0277-76-5005	むらかみ接骨院 0276-38-2595	萩原接骨院 027-323-8020 さくら整骨院 027-315-5106	前田接骨院 027-326-9850	秋山接骨院 0274-63-6139



2次元コードからも
アクセスできます

休日当番は変更となる場合があります。
詳しくは当会ウェブサイトにて、ご確認をお願い致します。



<http://www.sekkotuin.or.jp/kyujitu/index.html>

