



21期生 卒業式





# 21期生 58名 晴れて

3月18日に最後の授業である卒業式が終了しました。

私は1年生の時に留年してしまい2回経験しましたが、無事に卒業することができました。東洋医療専門学校で過ごした4年間は私自身を成長させてくれ感謝しています。

勉強がとてとても苦手な私ですが、クラスメイトの支えに助けられました。試験のとき挫けそうになった私を「絶対だいじょうぶ」と言い続けてくれとても心強かったです。きっとこのクラスじゃなければ途中で諦めていたと思います。辛いことや苦しいことがあり、辞めたいと思ったことも何度もあります。ですが、先生方やクラスメイトのおかげで卒業まで辿り着くことができました。

毎日のように学校へ行って、勉強して実技をして、試験期間には朝までマクドナルドで勉強。勉強漬けの毎日で苦しい時の方が多かったです。そんな日々を卒業した今は先生方、みんなに会えなくてとても寂しく思います。

卒業式の前日イベントでは担任の高木先生が、みんなの写真を集めて一人一人にメッセージを書いた動画を作ってくれて感動しました。

この学校生活を振り返るとあっという間でした。辛かったこと、楽しかったこと、試験が嫌すぎて寿命が縮みかけたことも、今となっては最高の思い出です！ この学校生活は私にとって宝物です。

先生方、クラスのみんなにはお世話になってばかりで本当に感謝しています。ありがとうございました。東洋医療の学生で良かったと心から思っています。

4月から社会人として気を引き締めて新たにがんばっていきます。これからもみんなが笑顔でいられますように！ 21期生夜間部だいすきです!!!

21期生 夜間部  
相場未希



# 国家試験

21期生 昼間部  
杉本 遥

私は約半年ほど、学年の最下位でした。  
でもクラスのお友だち、先生方のおかげで無事卒業  
して国家試験も合格しました！

最下位って聞いたら落ち込むかもしれないけれど、  
考え方を少し変えてみればみんなが先生です！  
わからないことがあればすぐに聞けるし、いっ  
しょに考えてくれる仲間が近くにいます！

状況はそれぞれだけど、少しのことで素直  
に聞き入れれば絶対将来笑顔になれます！  
いっしょにがんばりましょ！



# 卒業！





# 東洋医療専門学校

## ありがとうございました!!



みなさん

この度、藤原は3月末をもって東洋医療専門学校を卒業しました。6年と5ヶ月たいへんお世話になりました！

東洋に来たころはなににもわからず、ただがむしゃらで…あっという間に日々が過ぎていきました。気づけばたくさんの学生さんを送り出していました!!

私はみなさんと出会って、みなさんの人生に関わることができてとても幸せでした！もちろん辛いことや傷ついたこともありましたが、そんなときは学生のみなさんや信頼できる先生方とお話することで励まされていました！教員生活を振り返ると本当に

いろんなことがありましたが、毎日が充実した日々でした。

私はこの幸せな環境を手放していいのかと、この決断に至るまでに数年かかりました。とても寂しいですが、一度きりの人生！いろんなことに挑戦してみたいと思います😊

私を教員として、また社会人として成長させてくださったすべての方に感謝しています。

本当にありがとうございました💖

藤原 法香

### 特別講義

### 耳介療法 藤川直孝先生

2年生の3学期に、藤川先生の耳介療法の特別講義を受講しました。耳介療法とは、わかりやすく言えば「耳つぼ」のことで、どのような効果があるのか気になっていた分野だったので、特別講義を受講することができてよかったです。

講義では、耳介療法の歴史やどのようにして反応点を確認していくのか、それに対する治療法などを教えていただきました。耳には臓器や器官などの反応点があり、刺激を与えることで身体のさまざまな不調や痛みを改善することができるということを学ぶことができました。耳に電気を流す機械を当てることで、音がなる部分とならない部分を見つけることができるということ。音がなる部分が反応点で、身体の不調や痛みがある部分だということがわかりました。反応点に対して鍼での刺激や、つぼシールを貼ることでの刺激を与え、治療をしていくのが耳介療法だということを体験することができました。

私は肩が痛かったのですが、反応点を探してみると肩関節の反応点のほかに、腕の反応点も音がなりました。その反応点につぼシールを貼って肩を動かしてみると、貼る前よりも肩が上げやすいうように感じました。耳の反応点に刺激をしただけなのに、上げにくかった肩が上がりやすくなったという体験して、改めて耳介療法のすごさを実感することができました。

今回の特別講義で学んだことを忘れず、これからに活かしていきたいと思えた時間でした。

夜間部3年  
前田 蒼生





# 不妊治療のはひふへほ

## 第12回 番外編：世界遺産の中で鍼してきた。



春休み中にフィリピンの世界遺産の棚田地域に行きました。棚田を作ったのはイフガオ族。長老のサントスさんの自宅兼博物館で鍼灸してきました。彼の自宅の窓からは「天国への階段」と言われる棚田が見えます。この地は第二次世界大戦時に日本兵とアメリカ兵の戦闘があった為、その遺品が展示してあります。治療風景は見るからに怪しいです。

口コミで「治療家がいる」と広まり、3日間のべ20人位治療してきました。一人は前村長デミさん。7年ほど前から足が痛くて山に登れず、家も麓に引っ越してきました。毎日治療しましたが、初日でほぼ痛みが無くなり、翌日の棚田登りに同行できました。私、田んぼに落ちそうで手を引いて貰いました（笑）



忘れられない患者1。もう終わろうかという時に、松葉杖に腕をつった女性が決まりました。脳梗塞です。それも古いもの。足は動きますが、左手がほぼ握り込まれて動きません。「何が一番困ってるの？」と尋ねると…「物忘れ」。そっかあ、物忘れかあ、と効果チェックもできませんので顎関節の治療をして、少しでも頭の血流が良くなるように促してごまかしました（笑）後、ちょっとだけ指が動くようにしましたが、ほんの少しなので本人は痛かったわりに効果が見えず嬉しくなかったと思います。



忘れられない患者2。朝起きたら目が閉じなくなっていた女性。3分の1ほど瞼が開いてしまいます。顔面神経麻痺と膀胱経の気滯を念頭に、あれやこれやとして後1ミリが開きません。ふと、「その前に何かあった？」と聞いてみると「1週間熱が下がらなくて病院受診したら膀胱炎と言われた」とのこと。そういえば、眼瞼の開閉は陽蹻脈と陰蹻脈だったなと思い出し、陽蹻脈の郄穴跗陽に瀉法がビンゴでした。瞼ぴったり閉じました。ちょっと感動しました。

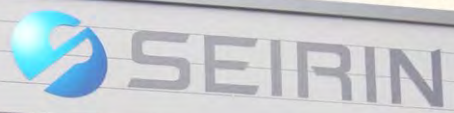
また来てねと言われたので、また行きたいなと思っています。





心だんなに気なく使用している鉋がどのように作られているのかを実際に見学することで、その製造工程の細やかさを間近で感じることができました！ 一本一本カメラでチェックされており、丁寧に作られ、細部にまでこだわりが詰まっていることを知り、改めて鉋の奥深さや魅力に気づくとともに、施術での使い方にもより一層感謝の気持ちをむけて治療していきたいと感じる貴重な工場見学となりました。  
 ナガシマスパーランドでは、スチールドラゴンに乗りたかったのですが、強風のため運休しており、乗れずにガッカリしました。しかし、他のジェットコースターはほぼ制覇し、特に「白鯨」には2回も乗ることができました。最初から最後まで充実した、濃厚なナガスパを満喫できました！

21期生 昼間部  
 杉本和



# はり工場見学







# ブラタギ

BURATAGI

みなさんこんにちは。改めまして新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。不安なこともあるかと思いますが、とても優しい先輩がいますのでだいじょうぶ！いつでも頼ってください。

今回のハロハロ通信は、鍼灸を志すみなさんならご存じの杉山和一到所縁のあるスポットをご紹介します。

【杉山和一とは？】視覚障害者教育のパイオニア かんたんにまとめると、

- ・1610年に現在でいう三重県津市で生まれる
- ・盲人でありながらも、はり師、あん摩マッサージ指圧師として活躍
- ・將軍 徳川綱吉の病気を治療した ・「管鍼法」のもととなる技術を考案した
- ・世界初の盲人学校を創設した ・鍼術で唯一、神社に祀られている

ということで、私たちははり師・きゅう師・あん摩マッサージ指圧師の神といわれる人物であり、目が見えない方々の雇用創出をしたとてもすごい人です。盲人の鍼医に弟子入りするも、記憶力が悪く、手も震え鍼を真っ直ぐに刺すことができなかった和一は、目の不自由な自分が生き残るためには何かを成就せねば！と芸能の神であり盲目の守護神である「江の島弁財天」の祠にお参りし、岩屋にこもり生死をかけての断食修行をおこないました。修業をやり遂げたもののなにも得るものがなく、フラフラになった和一はその帰り道に石につまづき転倒、丸まった葉に包まれた松葉が足の裏に刺さった。それをヒントに管鍼術の着想を得た和一の技術は飛躍的に向上し、はり師として多くの患者をみるようになった。

【江島杉山神社DATA】

〒130-0025 東京都墨田区千歳1-8-2

主祭神：市杵島比売命（弁財天）杉山和一総校校

創建：元禄6年（1693年）

ご利益：福德円満・芸能上達・学業成就・鍼灸按学術上達



拝殿（本殿）は江島神社で、5代將軍徳川綱吉の計らいで杉山和一校校のために江の島から分祀されたものとのこと。その杉山校校の死後、江島神社に隣接して「即明庵」が建てられ、明治維新後に杉山神社となりました。杉山神社は関東大震災で消失するも再建されましたが、昭和20年に空襲で再び消失しました。そして戦後の昭和27年に江島神社と杉山神社が合祀され、江島杉山神社となりました。

お相撲さんの聖地JR両国駅、もしくは都営大江戸線の森下駅が最寄り駅です。この場所は旧地名で「本所一ツ目」というのですが、なぜこの場所なのか…。

「本所」というのがココの旧地名です。「一ツ目」は一丁目ということと、隅田川にかかる一つ目の橋のすぐ南という二つの意味をもつ「一ツ目」。そして將軍徳川綱吉を治療し、そのご褒美として「なにかほしいものはないか？」と問われた杉山和一が、「ただ一つ、目が欲しい」と答えたことにちなんで、本所の「一ツ目」という土地を授けたとされています。

江島杉山神社のすごいところは、日本で唯一「鍼灸按学術上達」のご利益があることです。もちろんお守りもあります。弁財天なので銭洗いをするところもありますし、音楽や芸術・学問といったご利益も有名です。

「いわやみち」と書かれた碑があり、進んでいくと岩屋があります。杉山和一が管鍼術を授かった、本社江ノ島弁天の岩屋を模したものだそうです。



隣接する杉山和一記念館には、杉山流あん摩術を伝える古文獻（『杉山流三部書』『杉山真伝流』全巻など）を中心に、杉山和一が学んだ江戸前中期の古文獻（『鍼灸大和文』『明堂灸経』『黄帝内経素問』『靈枢』『難経』『千金方』『類経』など）とともに、江戸期に出版・製作された文献類・経穴人形・経絡図、鍼道具類などを展示しています。正直なところ私も勉強不足な



ところがあり、なにがなんだかとなっていましたが、当時の貴重な展示物をみて改めて鍼灸の奥深さを知ることができました。

特に歴史を感じたのが経穴人形です。当時は「銅人形」と呼ばれており、不可視の施術対象である経絡・経穴を視覚的に把握するための教材でした。江戸前期から中期にかけては、銅人形作成を専門とする職人（銅人形師）の生計が成り立つほど爛熟していた、経絡経穴の伝承に不可欠のアイテムであったとのこと。



そのほかにも多くの資料が展示されています。音声ガイドなどもあり、伝統医学として中国より伝来し発展してきた東洋医学の奥深さ、おもしろさをわかりやすく解説してくれるのでおすすめです。





スタート時点の関西万博への期待が国内では膨らんでいないように感じますが、海外では「日本の万博であれば行ってみたい!」という多くの声を聞き、今後多くの外国人観光客が関西を訪れることになります。今回の万博では、さまざまな国からの観光客に対応するために、最新のICT技術をつかって多言語対応を可能にすることに特に力をいれています。生成AIによる自動翻訳技術や多言語チャットボットの導入が急速に進んでいますが、特に純日本産の翻訳ツール「EXPOホンヤク」は30言語に対応していて、無料で提供され、スマホなどにインストールするだけで会話を楽しめます。日本語は特に難しい言語の一つと言われていて、翻訳機との相性の難しさがありますが、今回登場する高度な自動翻訳システムによって、言葉の壁を超える技術はどんどん進んでいくと思います。ただ、対応のためのかんたんな英語フレーズなどは直接話せると楽しいので少し紹介します。

お手伝いしましょうか? "May I help you." こちらへどうぞ。"Please follow me." "This way, please."  
お待たせしました。"Thank you for waiting." 確認します。"Let me check."

このようなフレーズを数回練習すると口から出るようになるので少しずつ増やしていきましょう。  
Good luck with your school!



ENGLISH  
COURSE

昼間部2年  
深尾美咲

# 進級試験

はじめての進級試験。たくさんの先生が試験監督として来られてる中、とても緊張しました。私自身進級したい一心で練習しましたが、試験中は緊張すぎて正直覚えてません。しかし、終わったあとの開放感と、合否への不安は今も覚えてます。合格だと知った時は、飛んで喜びほどうれしかったです。やっぱり日々の積み重ねがとても大切なのだと、今回の試験を通して実感できました。

この経験を活かして、これからの学校生活、楽しく真剣に取り組んでいきたいです!!

夜間部2年  
花森ちやの

夜間部2年  
藤本佳那

はじめての進級試験を受けました。いつもの授業とはちがって、先生方に鍼やお灸をするのでとても緊張しました。ふだん通り落ち着いてすることができなくて、緊張で上手く手が動かなかったり手順を忘れそうになったりして、少し焦りました。でもふだんの練習の成果を出せたと思います。無事進級が決まってとても安心しました。クラスメイトといっしょに乗り越えられた感じがして達成感がありました。いつも鍼の刺し方や勉強を教えてくれるクラスメイトがいてとても助かっています。2年生でもクラスのみんなと助け合って技術を向上させていきたいです。



みなさんこんにちは。中村です。  
中村家（正確には中村の祖母宅）にはちょっとした畑がありまして。。。家庭菜園をしております。その様子を定期的にお届けしたいと思います。

今回は新玉ねぎと茶摘み！玉ねぎって、ほとんどが土の上に出土状態で植わっています。そして、収穫時期になると葉の根元が折れ曲がって倒れます。そうやって収穫時期を教えてくれるなんて、なんだかかけなげですよ。



新玉ねぎは収穫後、水分をたくさん含んだまま出荷するので干しませんが、みなさんが年中目にする玉ねぎは収穫したものを干して水分を抜き、保存性を高めて出荷しています。中村家では、新玉ねぎは早生（わせ：収穫まで早い分保存性低い）のもので堪能し、年間通して使う玉ねぎは晩生（おくて：収穫まで時間がかかるが保存性高い）のものをしっかり干して冬まで使い続けます。そのため、この時期は大量の玉ねぎが屋上までの階段に干してある光景が見られます



また、お茶の木もありまして、この時期は「夏も近づくと八十八夜（立春から数えて88日目5/2ごろ）」というように、茶摘みの時期でもあります。それを家族で新芽を摘んで新茶を作って楽しみます。摘んだ新芽を蒸して手で揉み、いって乾燥させます。新茶づくりも5-6年目に差し掛かり、おいしいものができるようになってきました。もうすぐそら豆もニンニクも取れますし、6-7月にはジャガイモやトウモロコシも採れます。そんな旬の景色と旬の味覚、定期的にお届けしますのでお楽しみにー！



9



#### 【番外編：甥っ子成長記】

中村には甥っ子がいて、今回の玉ねぎ収穫にも参加していました。写真は甥っ子（2歳）の収穫体験。保育園で大きなかぶを読んでもらっているらしく、あざとく「うんとこしょ、どっこいしょ、まだまだカブは抜けません。」とか言いながら引っ張ってました。どんどん大きくなるんでしょうね。



SAI NO TSUNOI

## 鼓楼

2007年に高速鉄道が導入された中国では、高速鉄道の総延長がわずか15年ほどで40,000kmにも達した。1964年に世界初の高速鉄道として開業した日本の新幹線の総営業距離が3,300km足らずであることから、その数字がいかに驚異的であるかがわかる。

当初は重大な事故とその隠蔽などもあり、安全性に大いに疑念をもたれていたが、安全技術を導入するなどして現在は高く安全性が担保されている。

かつての中国旅行は北京や上海などの都市から、在来線やバスを何時間も乗り継ぐ必要があったが、今や秘境と呼ばれていた辺境の地であっても、高速鉄道さえあればいともかんたんに訪れることができる。しかも安い。おかげ

ですぐいぶんと旅行のスケジュールがたてやすくなった。というわけで、ずっと訪れたかったが躊躇してなかなか機会がなかった貴州省を、この春ついに旅することができた。

中国には異なる文化や言語をもつ少数民族が55も存在するといわれ、苗族・侗族・彝族などの集落が多くある貴州省もそのひとつだ。これらの集落は基本的に山岳地帯にあるため、旅行者にはそもそもたどり着くことさえできないことも多い。今回訪れた侗族【とんぞく】の集落である肇興侗寨【ちようこうどうさい】は、貴陽駅から高速鉄道で從江駅までわずか2時間、そこからバスで20分ほどで、びっくりするほどあっけなく到着する。

侗族の集落の中心には伝統的な木造の建築物である「鼓楼」が建てられている。今回の一番の目的がこの「鼓楼」だ。

鼓楼は1階部分が集落の集会場としての役割をもっているが、同時に侗族の文化の象徴でもあり、共同体の絆を深める役割をもつとされる。また、現代ではこうして国内外の旅行者を惹きつけるランドマーク的存在にもなっている。

日本ではまだまだ知られていない興味深い土地や習俗が無数にある。それこそが中国旅行のおもしろさだ。

Google Mapで  
さがせます







# 新入生 歓迎会!!



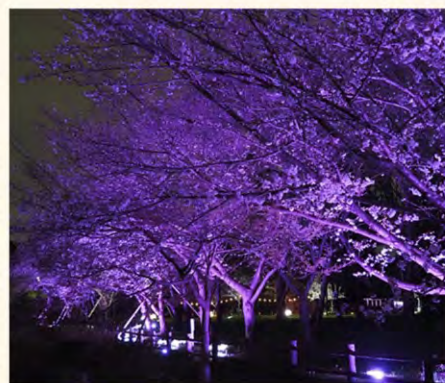
新入生歓迎会を開催していただきありがとうございました。上級生の方がはじめて会った人と話せるように話題を提供してくださったおかげで、その場が明るくなりました。また先生方の印象や学校のイメージなどもわかりやすく、楽しく知ることができてよかったです。これから学校生活がんばっていきます。



所詮素人  
**カメラマン**  
サカイ マサシ

みなさんこんにちは！ 新入生のみなさんはご入学おめでとうございます！ 僕の趣味はカメラで風景を撮るのが好きなので、写真を記事にしています！ みなさんはお花見はされましたでしょうか？ 坂井は花粉症なのでこの時期は外に出たくないため、短時間でおこないました！ 今回は4月ということで、近所の緑地公園に行き昼の桜と夜のライトアップされた桜の写真を撮りに行きました！ 撮影した日が3月末ということで、まだ満開ではありませんでしたが、白っぽい色で開花しており、中には蕾のものもありました！

今回は一眼レフでレンズをSpaer Takumar 50mm F1.8という単焦点のオールドレンズを使用して撮影しました。単焦点でズームも効かず、ピントも明るさも自分で合わせるというところで撮影に苦戦しましたが、それもまた楽しめました！ オールドレンズだと優しくふんわりしたような写真が撮れるのでおすすめです！ 夜になると背景にあるイルミネーションが程よくボケると、桜が白っぽいということで、ライトアップの色によって桜の染まり方が変わって桜の表情をたくさん楽しめました！ また来年はちがうところで撮影したいと思いますので、みなさんオススメの桜のきれいな場所や、今年の夏に向けてきれいな海や川などあったら教えてください！





# 2025年度 入学式



4月の晴れた佳き日、私達は東洋医療専門学校の入学式を迎えました。久しぶりの学生生活の始まりに、不安半分、わくわく半分で朝から用意をしておりました。桜が見頃だろうから早めに行って眺めようか、などと考えながら会場のフェスティバルホールに到着しました。

さて、先に会場の場所を確認しておきましょう、とホールに足を向けました。そこには、おしゃれをしたお姉様方が楽しげに談笑される姿がありました。

??? 感じる違和感。一抹の不安。インフォメーションで問い合わせたところ、「本日、入学式の予定はございません」急いでLINEを確認すると、ザ・シンフォニーホールの文字が！オーマイガッ！「右から出た所にタクシー乗り場がございます！」インフォメーションの方のパスを背中を受け取りつつ、慌ててタクシーに飛び乗った。「シンフォニーホールまで行ってください！」切羽詰まった私の様子に、運転手さんのハンドルを握る手に力がこもった。(ああ、きれいだな…) 舞い散る花びら車窓から眺めながら、一瞬気持ち宙を漂う。

そんなこんなでたどり着いたザ・シンフォニーホール。まちがえたくせに一番乗りだったおかげで、今この記事を書いています。

式は大変厳かですばらしいものでした。新入生代表の方の壇上を歩く姿は凛々しく、身の引き締まる思いがいたしました。先生方のお話は有り難く、夢幻に誘うがごとく私たちを包み込みました。特に、最後のお歌がすばらしかった！

姉妹校の学生さんが「翼をください」を披露してくださったのですが、伸びやかな歌声は、これからの学校生活への不安を打ち消してくれるような力強さでした。本当にありがとうございました。

この入学式というセレモニーを経験することで、これからの3年間をやり遂げる決意を新たにすることができました。

夜間部1年  
藤原多喜



東洋医療専門学校のみなさん、はじめまして！  
今年度から鍼灸師学科で働き始めた中村沙樹です。1年生と3年生は授業で、  
2年生は副担任として関わらせてもらっています。

ちょっと経歴を！私が勉強したのは明治国際医療大学という学校で、その  
まま大学院に進学し、慢性疼痛を専門に臨床鍼灸学の修士号を取得しました。  
その後、病院の敷地内になる鍼灸院で5年ほど勤め、3年ほどほかの専門学  
校で教員をして東洋医療専門学校へやってきました。

まだ教員歴より臨床歴のほうが長いので、授業のことだけでなく体調のこと  
や臨床のことなど、聞きたいことがあればいつでも気軽に声をかけてください！

# 中村です 中村沙樹です

## SPEC

名前：中村沙樹

誕生日：1991年4月7日

趣味：旅行・食べ歩き・飲み歩き・  
サックス演奏・ダイビング など

出身：神戸市

担当科目：生理学

過去に臨床医学・解剖学・基礎実技も  
教えてました！

ひとこと：新大阪周辺でおいしいお店が  
あったら教えてください！

## エスコンフィールド北海道

大阪から飛行機で約2時間、新千歳空港へ。  
そこから電車やバスを乗り継いで約1時間、  
北広島市に現れるのがエスコンフィールド  
北海道です。広大な北海道の自然の中  
に現れる、近未来的なスタジアムが  
あります。

ドーム型の球場なので、天候に左  
右されずに快適に野球観戦ができる  
のはもちろん、天然芝の美しさ  
にも感動！そして目を引くのが  
球場内にそびえ立つ「TOWER 11」。  
展望台からは、グラウンド全体と  
北海道の雄大な景色を一望できま  
す。宿泊施設やレストランも併設  
されているので、野球観戦だけで

なく、グルメもしっかりと堪能でき  
ます。球場内には、北海道ならではの  
おいしいグルメがいっぱい！新鮮  
な海鮮を使った丼ものや、北海道名  
物のジンギスカン・濃厚なソフトク  
リームなど、食欲をそそるお店がた  
くさん並んでいます。北の大地の味  
覚を堪能するのも最高です！

隣接する「F VILLAGE」も、広大な  
自然の中でリラックスできる素敵な  
空間。散策したり、地元の食材を使  
ったお土産を探したりするのもおす  
めです。

ぜひ北海道を訪れた際にはエスコン  
フィールドへ！！

私は行ったことないけどね。







最終回

こんにちは！  
今回は3月の旅を紹介します！

まずは、2泊3日韓国旅行!!

初の韓国旅行はソウルに行ってきました!

韓国では、『明洞』の町を散策したり、南山ソウルタワーに行ったり、  
『東大門』の町では韓国料理を満喫したり充実した3日間でした! 南山ソウルタワーは、私が海外へ行くきっかけを作ってくれたタイのドラマ『FULL HOUSEタイ版』のロケ地なんです! 韓国ドラマのリメイクで『FULL HOUSEタイ版』おもしろいので興味のある方はぜひご覧ください! タイ語でなににってるかさっぱりわからないですが、俳優さんたちの演技と英語の字幕でなんとなく話は伝わります! AoMikeのお2人も私は大好きなので、ぜひ検索してください笑

そして、韓国は美容大国というだけあってきれいな人ばかり!! 有名な『OLIVE YOUNG』ショップで、きれいな人が買い物かごに入れている商品をマネして購入しました(笑) ふだんパックを使わない私も気づけば70枚ぐらいパックを購入して、パックに目覚めました!! またパック

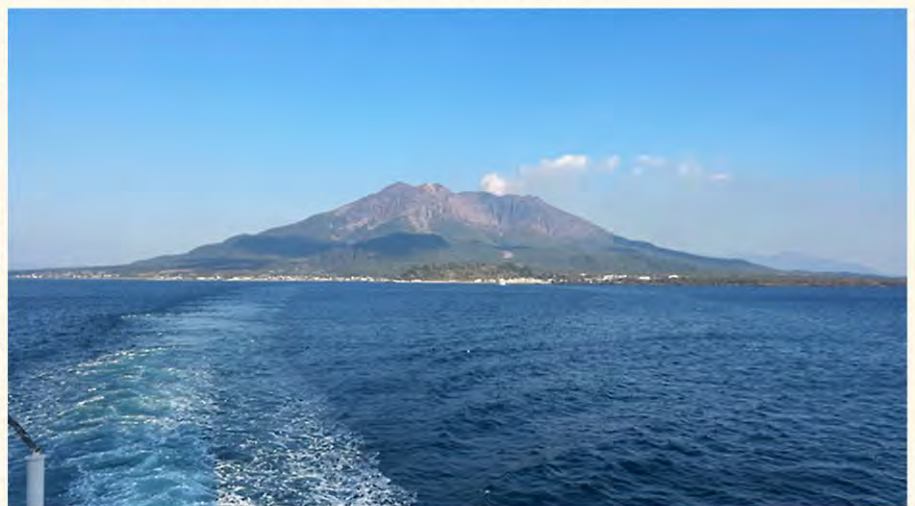
を爆買いしに韓国へ行きます

最終の金浦空港で「騒がしいな〜」と思っていたら、K-POPアイドルの方が通っていったようです。調べたらENHYPEN? って人たちがいました! 有名な人たちだったみたいでびっくり!! 最後まで韓国を味わえた気がします(笑)

続いては、3泊4日の鹿児島旅行!!! こちらも初の鹿児島でした! 私の祖母が鹿児島出身なので、私も鹿児島の血も受け継いでいます!!

鹿児島では霧島市・鹿児島市・指宿市・桜島などレンタカーをかりていろんなところに行きました! 1泊目に宿泊したホテルの温泉なのですが、入った瞬間「まず露天風呂かぁ」と思ったら、なんと「内風呂」で..! 寒すぎて寒すぎて、1日目に風邪引きました。クチコミを見たら、ほぼ風呂問題について書いてありました..! クチコミ情報大事です(笑)

鹿児島ではどうしても『霧島神宮』と『西大山駅』には行きたくて、無事に行ってきました! 九州で有名なパワースポットといえば霧島神宮かな! と思いたくさんパワーもらってきました! 樹齢約800年の御神木からもパワーいただきっ!!



西大山駅は日本最南端の駅で有名で、撮影に没頭しその様子をバッチリ盗撮されていました…。幸せ届ける黄色いポストもしっかり拝見!!

このほかにも4カ所ぐらい神社にいったり西郷さんも浦島太郎さんもしっかり拝んできました(笑)

鹿児島の町をほぼ1週はできたかな? と思いますが、時間の関係で行けなかった『大宮神社』に行きたいなと思っています。ここは『君が代』発祥の地だそうです! みなさんもぜひ







心肺蘇生やAEDの使い方を実際に体験しながら学ぶことができ、とても勉強になりました。いざという時に落ち着いて行動することの大切さや、命を助けるための正しい手順を知ることができてよかったです。実技を通して、自分にもできることがあると実感でき、自信につながりました。今回学んだことをしっかり覚えて、必要な場面で行動できるようにしたいと思います。

# BLS 講習会



昼間部3年  
田原采奈

## ▶ RyuTube Diary Miki Takenaka

りゅうチューブ日記 竹中 美樹



3月に入り、少し暖かくなってきたものの、まだ寒い日が続いていますね。最近、りゅうちゃんの体重が少し増えてしまい、現在の体重は6.3キロになりました。これまで6キロ前後を維持していたので、少し心配です。体重が増えると、お尻が重たくなり、長時間立つことができなくなります。歩くことはできても、立ちっぱなしでいるのがつらそうなりゅうちゃんを見て、体重管理をしっかりしないといけないと感じています。

そこで、ダイエットを目指して新しいトレーニングをはじめました！最近、バランスクッションを2個使ったトレーニングに挑戦しています。最初は、バランスクッションの上に乘せると、りゅうちゃんはすぐに逃げ出そうとするんです…。もちろん、トレーニングは楽しいものではなく、嫌がる様子が見て取れます。でも、少しでもやる気を出してもらうために、音が鳴るお気に入りのおもちゃを見せると、なんとかがんばってくれます。

バランスクッションは不安定な状態で立つことで、筋肉をしっかり鍛えることができるアイテムです。

最初はお尻が重たくてバランスを取るのも大変そうでしたが、おもちゃで少しずつ誘導しながらトレーニングを続けています。

りゅうちゃんも、おもちゃがあれば少しはがんばってくれるので、今はそれを頼りにしています。まだまだトレーニングははじまったばかりで、りゅうちゃんが嫌がることも多いですが、少しずつ筋力がついてきて、バランスを取る時間が長くなってきたように感じます。体重を減らして、お尻の負担を軽減し、元気に歩けるようになることが目標です！

引き続き、無理のないペースでトレーニングを続けていきますので、応援していただけると嬉しいです。







ひきこもり日記 山本岳

みなさんこんにちは！こんばんは！  
教員の山本岳です。今回の【ひきこもり日記】は、最近使っている生成AIについて紹介したいと思います。  
今回紹介するのは「NotebookLM」と「Vrew」というサービスになります。

「NotebookLM」は、Googleが開発したAI搭載のオンラインノート作成・情報整理ツールです。アップロード

したデータをAIが自動で分析して、要約したり大事な部分の抽出をしたりしてくれます。今回は漢字も難しい東洋医学概論についてチャットしてみました。

「気について要約してください。」と指示すればこの通り。大事なところをしっかりとまとめてくれました。

次に「Vrew」ですがAIを活用した動画編集ツールです。YouTubeやTikTok・Instagramなどに

動画を投稿するクリエイターに人気があります。最大の特徴はテキストを入力すればかんたんにカット編集や話しことばを自動で作成してくれます。



テキストを入力し作成ボタンを押せば、

**気には、元気（原気）、宗気、営気、衛気などの種類があります**

音声付きでもう動画も完成してしまいました。これだけでは映えないので画像も作りましょう。最近ではChatGPTでも画像を生成することができます。

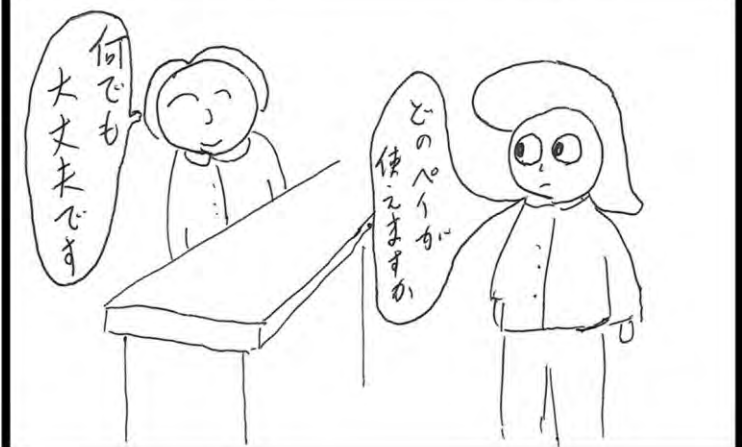
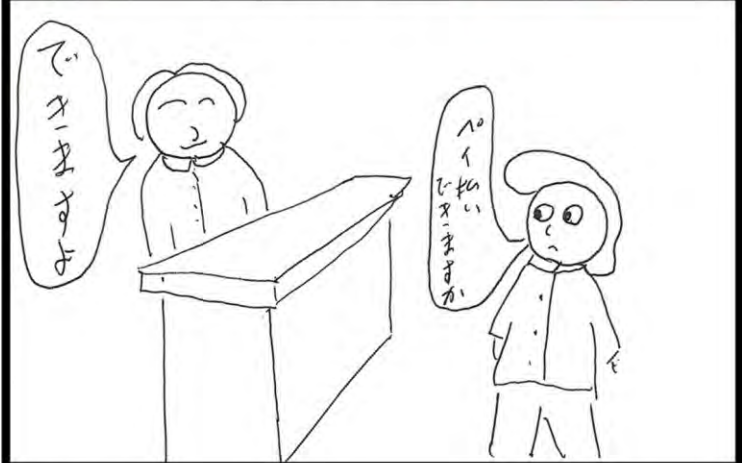


命令文に合わせた画像を自動で生成してくれます。これらを組合せるとかんたんな東洋医学概論のショート動画が作成できました。

ということで、今回は、様々な生成AIを使って勉強用のまとめ動画を作成してみました。国家試験対策用の動画とか作ってみようかなあ。。。



## 電子決済







# 名鉄観光

MEITETSU WORLD TRAVEL, INC.

**大阪第1支店**

大阪府大阪市中央区難波 4-7-14 (難波フロントビル 11 階)

電話 (06)6645-8080 担当 横山・中沢

**海外** 視察旅行・研修旅行・見本市ツアー **国内** 各種学会イベント手配・合宿  
幅広くお取扱しております。