東洋ハロハロ通信

Toyo Halo-Halo Times

春の陽気が心地よい、さる平成 23 年 3 月 25 日（金）。大阪ガーデンパレスにて平成 22 年度東洋医療専門学校の卒業式が厳粛に執りおこなわれました。式に先立ち平成 23 年 3 月 11 日（金）に発生した「東北関東大震災」で犠牲になられた方々に哀悼の意をあらわし、参加者全員が黙祷をささげました。鍼灸師学科 7 期生総勢 61 名が 3 年間の課程を修了し、卒業となりました。総代は夜間部の橋本敦則さんで、学校長より「卒業証書」「専門士授与証」を受けとりました。また皆勤賞をはじめとする各賞の受賞がおこなわれ、鍼灸師学科では日本鍼灸師会会長賞－米増圭司さん・浙江中医薬大学学長賞－大内麻由さんの 2 名が登壇し、賞状を受けとりました。その後、ゴスペルアンサンブル部より卒業生に「翼をください」が熱唱され、これから社会へ羽ばたく卒業生に熱いメッセージが送られました。感謝のことばでは昼間部の梅原有希子さんが、3 年間の思い出とともに保護者や教職員へ感謝の気持ちを伝えました。式の最後に 3 年間の思い出のスライドショーが流れ、感動のなか卒業式は終了しました。

写真撮影の後におこなわれた謝恩会では、式のときとはちがいみんな終始笑顔でお世話になった先生方とともに楽しんでいました。学校での 3 年間が終了し、新たに旅立っていく卒業生たちの活躍が楽しみです。　【後藤】

希望者でいく一泊二日
はり工場見学の旅。
7期生26名参加＋教員5名。
過去最高の参加人数。開催は
今回で5回目を数える。

1日目　静岡県清水市セイリンの工場を見学させていただく。
工場見学後、例年は三保の松原へいくところを、今年は津波などの可能性を考慮して〔というよりはむしろ山口先生の強い希望により〕、東静岡駅の原寸大ガンダムの見学に変更。夜は宴会と温泉。そこそこの盛りあがりで初日終了。

はり工場見学 × **ナガシマスパーランド** × **ガンダム**

2日目　早朝にホテルをたち、ナガシマスパーランドへ。
例年どおり、絶叫マシン組【チーム絶叫】と非絶叫マシン組【チームティキン】にわかれて、それぞれが堪能。

極度のハイテンションと睡眠不足でぐったりの2日間でしたが、このはり工場見学は、国家試験も終わって残すは卒業式だけという時期におこなわれるイベントだけに、教員・学生ともこころおきなく楽しめますな。来年もそこんとこよろしく。【真田】

はり・もぐさ・物理療法機器・開業設備までのトータルプランナー

株式会社 カナケン

大阪営業所：〒536-0008 大阪市城東区関目 3-16-11　電話：06-6935-3016　FAX06-6935-3017
＊横浜（本社）・大阪・新潟・福島・仙台・千葉　http://www.kanaken.co.jp

今回はアメリカ・ボストンに行ってきた。本校講師の清藤先生と2人でのボストン行きだ。目的はわたしたちの先生である松本岐子先生のクリニックに行くことと、ハーバード大学の東洋医学研究でのセミナーに参加することだった。

2月後半での渡米だったのでボストンは最低気温マイナス12度とかなり寒い。緯度的にはニューヨークより北にあたるので、積雪がある東北地方に近い。松本先生のクリニックなので患者さんも日本人が多い日もあり、みなボストン在住だ。ある患者に対して先生がたまたま「手技をやってみてよ」とわたしに言ってくださったので施術をした。その患者さんに「明日もできる？」といわれたが、明日はサンフランシスコなのでと告げるととても残念そうだったのが印象にのこる。ニーズはある。わたしは確信した。とにかくボストンでの3日間を写真で見ていただきたい。松本先生のクリニックやハーバード大学・クリニックのハーバード大研修生などご覧ください。

キーコ・クリニック

3階建てで1階がクリニック　2階がオフィス

キーコ先生の施術風景

わたしの手技療法

清藤先生の施術

研修生のナンシー

ハーバード大学にて

ボストン美術館
アメリカン・フロンティア

美容セミナー

3年生を対象とした美容セミナーがおこなわれました。4日間のセミナーではさまざまな技術をもたれた美容鍼灸の先生にお越しいただいて、それぞれの先生に技術を教えていただきました。わたしは1日目の匠先生がおこなっていたセミナーに潜入させてもらいました。匠先生は、鍼とフェイシャルとを併用させた美容鍼灸をおこなう先生です。前半は鍼をおこないました。参加した3年生たちは顔に鍼を刺すこと・刺されることに慣れていないため、「いいいいい痛い…」となにやら不気味な声はしていたものの、無事終了。次はフェイシャル!!　先生の鍼とフェイシャルを体験した学生は“ツルツルピカピカ”肌になって感動していました。実は匠先生は2期生夜間部でともに学んだ枝広のマイフレンドなのです。私はマイフレンドがすてきな先生になっているのを見て感動しました。

2日目以降も刮痧を使った施術の佐々木真理先生・審美六鍼を使って施術をおこなう内山先生・われらが松浦先生など内容の濃い4日間となり、参加した3年生にとってとても有意義な時間となりました。6月からは新3年生対象の美容セミナーがはじまります。みなさんのご参加おまちしています。

【枝広】

温灸器　バンシン
BANSHIN
65℃の温熱刺激がポータブルになりました。
BS-10
医療機器承認番号
220AGBZX00008100

●1クリックで安定した65℃の温熱刺激
●刺激時間は火傷の起きにくい0.4～1.0秒
●胸のポケットに入りいつでもどこでも使用可

磁気加振式温熱治療器　ホットマグナー
HOT MAGNER
CHUO
磁気＋振動＋温熱治療で細胞を蘇らせる、治療器のベストセラー。

EMC適合

HM-2SC-A
医療機器承認番号
15900BZZ01118000
URL http://www.chuoms.co.jp
株式会社 チュウオー
本社・大阪営業所 〒665-0874 兵庫県宝塚市中筋1-9-32
TEL.(0797)88-2121(代) FAX.(0797)88-1313

EVERYBODY MAKES THINGS

英語講座担当 **南 雅子** 先生

「みんなが自分にできることをやれば、物事はきっといい方向に進む！」という願いがこめられたフレーズです。去年の１月号に、阪神大震災から 15 年目ということで、当時大阪のアメリカ領事館にいたピーターさんのことを書きました。日本政府の海外支援の受け入れがきちんとできていなかったために、神戸の避難所に毛布や水を届けることさえ許可されなかったそうです。タイトルの英語はそのピーターさんから東北関東大震災に対して送られてきたメッセージです。

今回の震災では直後から世界中の多くの国々のいろいろな形の支援が日本に送られています。海外からのニュースでも支援の“support”や義援金の”donation”を多く耳にします。国内のニュースではあまりとりあげられていませんが、地球温暖化のために水没のおそれがあるといわれている小国のモルジブでは、これまででもっとも多くの義援金が日本のために集められたそうですし、パキスタンのような毎日テロがおこる紛争のやまない国々からも援助があるそうです。

自分たちで焼いたケーキやクッキーなどで寄付を募ることを“Bake Sale”といいますが、世界中の多くの学校で子供たちが“Bake Sale”をして日本への義援金を集めてくれていると聞きます。

” Everybody makes things happen!”　いろいろな思いがつまったメッセージです。

歴史ツーリング

内山 史郎

備中高松城水攻めの巻

「じゃまじゃけェ、どいてくれんかな」と馬のような声でどなりつけられた気がした。ここは 1582 年 6 月羽柴秀吉が備中（岡山県）高松城を水攻めするため堰堤（堤防のようなもの）の工事現場にわたしはきていた。どなりつけたのは 400 年以上も前の村民だ。おおかた秀吉に土俵1 俵の土と引き換えに米 1升と銭 100文（当時の価値で米約 16ℓ）をもらうため急いでいたのだ。秀吉は堰堤に川の水を満たして城を水びたしにするつもりだ。「いつまでかかる？」と聞いたら「わし知らんけェ」とジャッキーのように日焼けした男は土俵を手に飛んで行った。

現在の岡山県は桃太郎伝説のキビダンゴでおなじみ吉備国の一部で、吉備国は備前・備中・備後・美作（入れないときもある）に別れる。このゲームのような名前の備後は、現在広島県東部をしめている。広島県の福山市・尾道が岡山に近い文化圏になるのはこの理由によるのだろう。しかし本誌連載のヨガ姫は岡山市出身だが「ことばは福山とはちよっと違うけ」と妙なポーズをとった。

さて話をもどすと、まず備中高松城水攻めは、周りの山をそのまま堤防にして川をせきとめた話とばかりわたしは思っていた。それならどんな盆地か、盆地といってもどこか水漏れはするだろう、しかも城が水没するには何年間もかかるだろうと以前から不思議に思っていた。やはり現場を見たかった。

現場にバイクで訪れると、そこには備中高松城址公園（岡山市北区高松）があり、資料館と自刃した城主の清水宗治首塚や当時のままの堰堤などがあるモニュメントが出現した。もともと高松城は高さ 3.5 メートル程の平城で、周りは沼地に囲まれ、城攻めをしようにも城への道は 1 本ぐらいで、難攻不落を絵に描いたような城だったようだ。事実、秀吉軍も攻めあぐねて失敗している（5 月）。そののち城の長所を秀吉軍は巧みに利用して､水攻めを計画し落城させている(6 月)。堰堤は約 12 日間で完成したといわれ、5～6 月の梅雨の時期も考えて結局 1 ヶ月あまりで落城している。城主清水宗治は城外山上にいる援軍毛利軍の目の前で小船にゆられ、臣下や城内の領民が無事ならばと切腹する最期の話や、同時に起きた「本能寺の変」は字数制限で記述を我慢したい。

この歴史から学べることは、戦略的にどんな長所も弱みに、どんな短所も強みになることだろうか。長所短所などないのだろう。特に人間はそれぞれに個性があり、見方を変えれば長短はない。その見方を変えられるか否かが人生成功の鍵かもしれない。

堰堤の上からの写真　上幅は 2～3m,高さ約 7m

史跡公園と筆者

タフリー
使い捨て針 シリーズ
和鍼／無菌鍼／
円皮針／皮内針
六角針管

タフリー
人体模型

高品質の医療用具を低価格で。

医療用具 全　般

商品に関するお問い合わせは…

株式会社タフリーインターナショナル
〒650-0031 神戸市中央区東町116-2-5F
TEL.078-326-7688 FAX.078-326-7815
フリーダイヤル **0120-45-7688**
http://www.tou-free.co.jp/

●全国の治療院の検索ガイド
http://www.tiryouin.com

名医の物語シリーズ　第四話　史上第一号の鍼灸専門書『鍼灸甲乙経』と著者 皇甫謐

紀元 234 年、孔明が病死　蜀・呉は弱くなり、魏が絶大な勢力をもつ
紀元後 265 年司馬炎（武帝）は当時魏・曹操の孫である曹奐の禅譲を強要し、魏を滅び、晋を建て、三国時代が終わりを告げた　その時期、中国医学史上第一号の鍼灸専門書『鍼灸甲乙経』が誕生した　著者は皇甫謐である

「皇甫」という苗字は中国では極めて少なく、歴史上名門の一族であった。皇甫謐は幼いころ叔父の養子になり、叔父夫婦に溺愛され、17-18 歳になっても放蕩にふけり勉強もしない。ある日叔母に厳しく叱られ、はじめて深く反省し発憤して学問に励み、のちに『帝王世紀』『陰陽暦術』『高士伝』『逸士伝』『烈女伝』『玄晏春秋』をはじめ、数々の文章を文学界・史学界に大きな貢献を残した。そのため彼の才能は朝廷や世間に認められ、晋の武帝にたびたび命令を出して任官させようとしたのだが、皇甫謐はすべて断った。みずから病気になった経験から医学に目覚め、歴代の医書を研究し『鍼灸甲乙経』を誕生させた。この『鍼灸甲乙経』は『黄帝内経』以来、鍼灸学について全面的論述し、理論および臨床から全般的集約し、史上第一号の鍼灸専門書となった。全書十二巻で 1～6 巻は基礎理論篇・7～12 巻は臨床応用篇である。その功績は次のようなものである。1. 十二経絡の流注や 349 穴の取穴部位・取り方・生理作用・刺鍼深度・置鍼時間および禁鍼穴・禁灸穴・リスクおよびリスクの処置方法などを詳細論述した。2. 臨床応用篇では 200 種類以上の疾病に関する病因・病理・症状・治療などを記載した。本のなかこういった記述がある。『暴瘖不能言支溝主之』（突然の失語の場合は支溝を刺す）・『腹満不能食刺脊中』（お腹がもたれ食欲がない場合は背中を刺す）・『汎唾瀉魚際補尺澤』（上が吐き下は下痢の場合は魚際を瀉す・尺澤を補う）・『衄灸上星』（鼻血の場合、上星にお灸をおこなう）。鍼灸の大家皇甫謐は鍼灸医学の発展に大きく貢献した。

私の卒業した高校はもうない。少子化の波により、同じ函館市立校である函館東高校に吸収合併されたのだ。パットしない学校だったが、無くなったと聞くと少し寂しい気がする。

函館物語 3 部作。今回は函館の夏イベントを紹介しよう。

函館いか踊り　函館では毎年 8 月上旬に行われる函館港まつりのメインとして踊られている。約 1 万人の踊り子たちが乱舞する。小さい子から老人までみんなが踊れる楽しい踊り。踊り方を紹介するのでみんなで踊ってみよう！

函館の七夕　函館の七夕はちょっと変わっています。浴衣姿の子供たちが徒党を組んで家の前に現れ突然歌いだす。「竹に短冊　七夕まつり　大いに祝おう　ろうそく一本ちょうだいな」と子どもたちが歌ったら家の人は子どもたち一人一人にお菓子をあげる決まりになっています。函館に住んでた当時は高校生だったので家々を回る事もなく、お菓子をあげることもなく、いきなり歌い始める子どもたちにビビる七夕でした。（私の地元にはありませんでした）家の人が出てこないと「けねーとかっちゃくぞ」（くれないと引っ掻くぞ）と脅す輩もいます。以上函館の夏イベントでした。函館はすてきな街です。北海道を訪れた際はぜひ。

函館賛歌 3 番　槌音はずんで また伸びて　いま函館がひらけます　陸(おか)から海から ひらけます　巴じるしがかがやいて
あすがたのしい若い街　そんな街です そんな街です　はこだて

東洋医学の総合商社
開業サポート
医療機器
鍼・灸
テーピング
株式会社日本特殊医科
〒564-0038　大阪府吹田市南清和園町 40-10
TEL (06)6382-6068　FAX(06)6382-7753
E-mail info@nittokumedic.com
www.nittokumedic.com

よざ〜っす！　専任教員になりました　　佐々木 友子

わたしが本校の専任教員になって早や 2 ヶ月がたとうとしています。この約 2 ヶ月は、新入生歓迎会・はり工場見学・卒業式・入学式と行事が多かったので、余計時間の経過が早かったのだと思います。非常勤講師の時とはちがい、学生のみなさんとの距離が近く、接する時間も多いので、今までは知らなかった〔気付かなかった？〕一面を見ることができてとてもうれしく楽しいです。

教員養成時代の同級生が卒業前に「専任にはなることはない」といっていた私に、「専任は専任の楽しさがあるから、機会があればぜひ経験してほしい」と熱く語ってくれました。その時は、気にもとめていなかったのですが、専任の話がきた時に彼女の話を思い出し決断しました（彼女は鍼灸の教員の前に他学科の教員を 8 年経験していました。）。

今、本当に毎日が充実し楽しく過ごしています。これからも少しでも多く学生のみなさんにわたしの知識や経験してきたことを還元していきたいと思っています。よろしく〜!!

臨床家の声を訊け

講師リレー連載 第 10 回
はりきゅう実技・臨床応用実技セミナー担当

村田　誠 先生

学生に望むこと　3 年間で卒業すること・国家試験を現役で合格すること・卒業後、鍼灸に関する仕事に就くことの 3 つです

1　3 年間で卒業すること　3 年間で卒業をクリアする早道は、「寝ナイ」「休まナイ」「やめナイ」の 3 つのナイ

「やめナイ」ドロップアウト　せっかく「はり師」「きゅう師」になるのだという志をもって入学したのだから、3 年間で卒業すること。留年しないこと。3 年間意欲を継続すること。

「休まナイ」サボタージュ　休んでしまうとその授業の勉強分を取り返すのに 3 倍以上の時間と労力を要します。

「寝ナイ」スリーピング　せっかく授業にでているのに寝ている学生がいる。これも時間の無駄使い。

2　国家試験を現役で合格すること

現役で合格することがだいじ。「石にかじりついても合格する」　平成 22 年度（第 18 回）の合格率は、はり師国家試験全国平均では 77.5%　その内訳は新卒者が 89.1%　それに比べて既卒者の合格率は 17.2%ときわめて低い数字である。きゅう師国家試験でも全体で 74.9%新卒者が 88.2%と高い数字に比べて既卒者はやはり 16.6%と低い。

3　卒業後、鍼灸に関する仕事に就くこと

「ペーパー・ドライバーにならない」　免許をもらってからが本番。私が「はり師」「きゅう師」の試験を合格した時、師匠にお世話になったお礼のごあいさつに行った時、師匠は「村田君、鍼灸の看板をあげて 10 年あげ続ければ一人前やなぁ。まぁがんばってください。」といわれました。　鍼灸師になって 30 年を超え、独り立ちして開業してから 20 数年たちましたが、今でも思い出されます。卒業生に、何年かたってお会いすることがあります。卒後 10 年後のみなさんと会うのが楽しみです。「臨床」を積んで、自信に満ちた立派な先生になっているでしょうネ！

はりきゅう実技について　学生の実技実習とプロのはり師きゅう師のちがい!!

学校の実技室でのはりきゅう実技は自動車教習所の実車教習のようなもの。バーチャルでおこなう実技の練習する特別な場所です。鍼灸の教員資格をもった先生がいないと、学生同士では鍼灸実技の練習はおこなえません。過誤を起こしたらたいへんです。また、3 年生でおこなう臨床実習は路上教習と同じようなもの？　担当教員のもとで患者さんを診ることもあり、より実際の臨床に近い実習の場所です。真剣に取り組んでください。以上が、わたしが学生に望むことです。

枝広 尚子

みなさん、ヨガライフ楽しんでいますか ??　暖かくなってきたので体を動かしたくなる季節になりましたね。体を動かしたくても「なにからはじめたらいいのかよくわからない」というあなた !!　すこしヨガをやってみませんか ??　ヨガファイヤーでは少々難しいポーズも紹介していますが、自分のからだと相談しながらできるとこまで無理せずおこなってみてください。そうすればなにかいいからだの変化がでてきますよ。

今回はかんたんでいつでもどこでもできるポーズ「山のポーズ」を紹介します。一見立っているだけ…なのですが、足で地面を感じ〔足で地面を掴むイメージ〕、立っていることに意識をむけることによって不思議とからだが熱くなって、じんわり汗も出てきます !!　この「山のポーズ」は立ちポーズ系の基本にもなります。このポーズだと仕事中やアルバイト中または電車をまっている時にもかんたんにおこなえますよね !!　お試しください。

山のポーズ
【ふだんの立ち姿勢】

1.両足をそろえて立つ　足は左右の親指が軽く触れ合う程度に踵は揃えるか、軽く開いておく

2.下腹を軽く奥に引き寄せ、尾骨と仙骨を軽く奥に押し込みながら、ももの内側の筋肉を伸ばし、軽く引きあげるようにするおしりは緊張させないようにする

3.骨盤を重くイメージし、腰を軽くイメージしながら背骨をまっすぐ伸ばし、首もまっすぐ伸ばす

4.目線は目の前の一点を見て、肩の力を抜いて、ゆったりと呼吸をくりかえす

半月のポーズ
【全身のだるさ・下半身強化】

1.両足を大きく広げて立ち、右足先を外側にむける

2.息を吸いながら、両腕を肩の高さまで上げて左右に広げる

3.息を吐きながら、右膝を軽く曲げ、上体を右に倒して左脚を床からもちあげる。

4.楽な呼吸で、右手先を床につき、床を見てバランスを調える

5.上体を左側に開き、両手脚を伸ばした状態で 5 呼吸ほど深呼吸をおこなう

終わりの始まり

ミネソタ州には海がない。そして新鮮な魚介類にお目にかかる機会がほとんどない。このあたりのふつうのスーパーではサーモン·タラ·エビ·たまにナマズ、それからカニカマボコとツナ缶程度しか手にはいらない。しかしサーモンが手にはいることは非常にありがたいことだ。魚介類のなかでもサーモンはエース級の栄養価を誇る。

サーモンといえば赤い身が思い浮かぶが、これはアスタキサンチンという抗酸化物質の色だ。エビやカニやタイが赤いのもアスタキサンチンのおかげだが、これらは殻や皮だけだ。しかしサーモンは身の部分にみっちりとアスタキサンチンがつまっている。ちなみに同じ赤い身でも、マグロとちがってサーモンは白身魚に分類される。アスタキサンチンをふくむエビや藻を食べるので身が赤くなるのだ。サーモンの卵であるイクラの赤い色もアスタキサンチンの色である。そしてアスタキチンサンは「最強」といわれるほどの非常に強力な抗酸化作用をもつ。コレステロール値を下げたり体内の老化を防ぐほか、紫外線からからだを守る効果、つまり美肌·美白効果が高い。また脳や目に流れ込む物質のフィルターである血液脳関門を通過できる数少ない物質の１つでもあるため、脳や目を老化や紫外線ダメージから守る。若々しいからだとピカピカの肌·ぱっちりした目と明晰な頭脳が保障されたようなものだ。

ひとむかし前に「魚を食べると頭がよくなる～」という歌が大流行したが、サーモンはまさに“頭がよくなる”魚だ。英語でもbrain foodといわれている。これはオメガ3脂肪酸という必須脂肪酸が豊富にふくまれているからだ。必須脂肪酸は細胞膜を構成する要素で、ヒトの体内でさまざまな代謝過程で重要なはたらきをする。魚にふくまれる必須脂肪酸はEPA〔エイコサペンタエン酸〕やDHA〔ドコサヘキサエン酸〕である。これらは体内の炎症を抑えるほかに、EPA は血中コレステロール値をさげて異常な血液凝固を防ぎ、DHA は脳内情報伝達を促進させて脳のはたらきを活性化させる。つまり魚を食べることによって心臓病·脳血管障害·糖尿病·関節炎·ある種のガンの予防をし、さらにうつ病や老人性認知症·アルツハイマーなどのリスクをさげ、IQ を高くし、イライラした気分をおだやかにする効果がある。ドライアイや眼精疲労を緩和するはたらきもあるので学生には必須の栄養素ではないだろうか。

EPA やDHA はよく健康食品として見かけるが、魚から抽出した脂肪を濃縮する過程で水銀などの汚染物質まで濃縮されてふくまれていることも多い。さらに魚の脂肪は酸化しやすいため、製造過程で変質している場合も多い。魚の栄養素を効率よく、なおかつ手軽に摂取するためには魚そのものを食べるのがいちばんだ。

必須脂肪酸は脂肪にふくまれている。サーモンといえば焼き魚が定番だが、焼くと脂が落ちてしまう。鍋物やシチュー·ホイル焼きもいいが刺身や寿司なら加熱調理で失われがちなアスタキサンチンをふくめて無駄なく食べられる。ただしサーモンは寄生虫がいる可能性が高いため「生食用」と明記されていないものは必ず加熱するようにしよう。そして可能なら養殖物ではなく天然物を選んだほうがよい。特に外国産の養殖サーモンは天然物に比べて脂肪酸を多くふくむが、発ガン性の高いダイオキシン類や抗生物質·殺虫剤などの汚染物質もかなり検出されている。さらにきれいな赤やピンク色の身にするために着色料あたえているケースも多い。栄養の効能を知るとチョチョッと醤油をつけてそのまま１匹丸のみしてしまいたくなるサーモンだが、食べる前にちょっと落ち着いて、その素性を確かめることを忘れないようにしたい。

春から教員です

枝広 尚子

学生生活がやっと終わりました。専門学校の８年間は長いような短いような…。やっぱり長かったです。教育実習でも学生のみなさんにはたいへんお世話になりました。そんな長い８年間のなかでさまざまな先生と出会いました。そのなかでもある先生とある先生にはかなりお世話になりました。わたしは勉強面〔それ以外もかも…〕でいつも先生方を困らせてばかりでした。鍼灸の学生時代をともにした友人は、わたしが先生になったことを知ると「え゛っ～～ウソ～～～」と叫ばれるくらいのヒドイ学生でしたから…。そんなどん底〔←かなり〕のわたしをある先生とある先生は救ってくれたのです。その先生方にはほんとうに心から感謝しています。そんな先生方のようになれるよう、先生の背中を追いかけながらこれから教員としてがんばっていきます。

10期生　入学式

大阪の桜も見所を迎えたこの4月7日に平成23年度の入学式が執りおこなわれました。開会式に先立ち、3月11日午後2時46分18秒、東日本を中心に甚大な被害をもたらした東日本大震災。犠牲になられた方々に哀悼の意を表し、黙祷からはじまりました。

入学証の授与では鍼灸師学科代表として三宅義之さんが登壇。証書をうけとる堂々たる姿に頼もしさを感じました。また、柔道整復師学科代表の小畑桃子さんの熱意のこもった新入生宣誓に感銘をうけ、こちらも気が引き締まると同時に夢と希望に満ち溢れた新入生たちの熱意に寄り添ってしっかりサポートしていこうと心のなかで宣誓しました。

そして、校章授与式では在校生を代表して釜宝秀さんが新入生代表の三宅義之さんに校章を授与されました。

10期生のみなさん、ご入学おめでとうございます。本校での学園生活でしっかり勉学に励み、たくさんの経験を積んでください。学校長のことばにもありました医療に後退はありません。前進あるのみです。きっと困難や苦難もこの仲間となら乗り越えられます。わたしたち教員一同もみなさんの抱かれた夢を実現してもらうために、精一杯サポートしていきます。3年後、笑顔でこのメンバー全員で卒業式をむかえましょう。

【宮武】

宮武 大貴

歩型と実践　今回は中国武術の歩型とその実践を紹介します。写真の姿勢は『馬歩』ma bu とよばれる歩型で、空気椅子のような形をつくり安定した姿勢のところでその形を保持します【2 分ぐらい】。この歩型は基礎となり、正しい歩型を修得すれば、自分の中心軸が明確になり各動きに安定感がうまれ、また脚力がしっかりしてくるので、すばやい動きと力強い動きが可能となります。

1.肩幅よりやや広めに足を広げる
2.大腿部が地面と水平になるように膝を曲げる
3.膝はつまさきより前にでないようにする
4.左右の足の裏を全面接地する
5.背筋を起こして、腰が曲がった姿勢にならない　上半身は力まない

実践

『馬歩』が安定してつくれると後ろにいる敵の顎にめがけて蹴りを打てるようになります。

中心軸を意識して上半身はリラックスし下半身に力をこめてまわり脚を上げるだけです。〈上虚下実〉

前号で「いてまえ中国」連載は終了。阿部先生これまでありがとうございました。そして、新連載「歴史ツーリング」が満を持して登場。ご期待ください。「FOOD FACT」「CRAZY China」は今回お休みです。【変酋長】

東洋医療専門学校
教務部 鍼灸師学科
〒532-0004
大阪市淀川区西宮原 1-5-35
06-6398-2255
http://www.toyoiryo.ac.jp

『オンライン宿泊予約サイト』
http://www.myyado.com/55/
お得意さまコード　92127
簡単な登録　入会金・年会費無料
旅館・ホテルの空室検索～ご予約がいつでも可能なオンライン宿泊サイトです。
思い立ったらお気軽にネットでご予約を！

ーさわやかな旅立ちー
名鉄観光
MEITETSU WORLD TRAVEL, INC.
梅田支店：〒530-0027
大阪市北区堂山町 3-3
電話(06)6311-6621