



平成25年10月29日(火)昼夜間部2、3年生を対象にVプレミアリーグ男子バレーボールチーム パナソニックパンサーズ【Panasonic PANTHERS】南部正司監督による『スポーツの現場で求められるトレーナー像について』という演題で特別講義がおこなわれました。

パナソニックパンサーズ【Panasonic PANTHERS】世界大会でのトレーナーの仕事内容や役割、選手との関わり方、監督から見た良いトレーナー・悪いトレーナー像について講義していただきました。団体競技をするトレーナーにおいて必要なことは、まず「チームのために尽くしてくれるのか」そして「差別しない。どの選手とも同じ目線に立ち、仕事ができる力」「情報提供力」とおっしゃられていました。かんたんなようで難しいことのように思います。

最後に成功の秘訣まで教えていただき、たいへん充実した特別講義となりました。チャレンジ精神と行動力を常にもち続けて、夢・目標に向かって取り組んでいきます。学生たちにむけての熱い熱いたくさんのメッセージとエールをおくっていただき、ほんとうにありがとうございました。



# バレーボール パナソニック パンサーズ 南部 庄司 監督 特別講演会

## スポーツの現場で求められるトレーナー像







## 北の国から 秋

山口 隆平



秋ですね。過ごしやすい季節になってまいりました。みなさんはなんの秋ですか？ 山口はやっぱりグルメの秋です。

北海道のグルメといえばお寿司。お寿司のおいしいところはいくらでもあります。だって海の宝庫、北海道ですもの。そのなかでもお勧めなのが回転寿司です。なんといってもリーズナブルですし、入りやすい「ここだいじかも」。今回は2つのお店を紹介します。「なごやか亭」と「根室花まる」です。両店舗とも寿司職人がネタを握ってくれます。ネタの新鮮さ・大きさ・値段、どれをとっても☆☆☆☆です。北海道にいったときは回転寿司お勧めです。

北海道旅行の時にレンタカーがあると10倍楽しくなります。何度も伝えていますが、みなさんが思っている以上に北海道は広いのです。鉄道〔JR 北海道…〕はあまり整備されてなし、本数も関西と比べると少ないです。春～秋に北海道へいくならレンタカー利用してください。探せば安いがありますよ。山口がいつも利用しているレンタカーは1日2200円です。〇〇レンタカーという店です。10台限定早い者勝ちです。



~~1日通常料金 5,250円～~~  
~~WEB特別料金 3,780円～~~  
 アウトレット超安料金  
**1日10台限定 2,200円**

※上記料金の他に免責補償料金1,260円を別途申し受けます。

ハイシーズン  
加算料金なし

**早い者勝ち!!**



**おまけ**

おもしろいネタはないかとネット検索していたら面白い北海道地図を見つけました。テキトーに分類しているが非常にわかりやすいです。ちなみに山口の故郷は「なにか」です。

あなたの知らない治療院



facebook ニットク



## ちよつとだけ鍼灸トピックス

# 慢性疼痛とセルフケア

はり灸おりべ

川嶋 総大



はじめまして、はり灸おりべの川嶋と申します。おもに業界の裏方をさせていただいております。このたび、ご縁がありまして文書を掲載させていただくことになりました。どのようなトピックスを記載すれば、鍼灸業界のみなさまにお役立ちするか？ そんなことを考えながら書かせていただきます。

まだわたしが学生の時に NPO 鍼灸マッサージ協会の齋藤剛康先生に「鍼灸療養費の適応疾患の共通点はなに？」と問題を出されたことがあります。当時のわたしは答えることができませんでした。答えは、『慢性疼痛（疾患）』だそうです。慢性疼痛と一言でいっても、頭痛や腰痛からリウマチ・線維筋痛症・透析による不定愁訴と症状も重さも幅広いです。日本慢性疼痛学会のホームページによれば、日本国民全人口の約 14～23%（約 2,000 万人）もの人が慢性疼痛を患っているといえます。しかし、医療機関での治療に満足しているのは全患者の 25%にすぎないらしいです。満足していない最大の理由は、「痛みに対しての治療効果に不満だった」というものです。なぜ不満だったのでしょうか？ 1 番の理由は慢性疼痛の場合は、完治が難しいからです。

多くの患者さまは「すべての病は治るものだ。」と思い医療機関にかかります。そこでたいせつになるのが、『セルフマネジメント』と『セルフケア』という考え方です。完治しないのであれば、自分自身と折り合いをつけて治療の最終目的を明確に設定するというセルフマネジメントの考え方と、慢性疼痛に

たいして自分自身で痛みをコントロールする考え方であるセルフケアです。

現在、明治国際医療大学鍼灸学部の伊藤和憲准教授を中心とした厚生労働省地域医療基盤開発推進研究事業として『慢性疼痛患者に対する統合医療的セルフケアの構築（H24-医療-一般-026）』という事業が行われています。重度の慢性疼痛患者に食事療法・ヨガ・森林浴・アロマセラピー・ツボ療法・笑いを体験していただくプログラムですが、ご参加いただいたみなさんの感想は好評です。

WHOに数多くの鍼灸適応疾患が記載されていますが、慢性疾患がほとんどです。慢性疼痛患者に対して鍼灸師がおこなえるのは鍼灸以外にもあるのではないだろうか？もしかしたらそれが新しい鍼灸師の可能性につながるかもしれません。

慢性疼痛という痛みをマネージメントする鍼灸師には身近なことですが、今一度目をむけてみてはいかがでしょうか？ご興味のある方は、一度お尋ねください。

**慢性痛患者のためのセルフケア講座**  
<http://selfmanagement.jp>



林 眞早

とうとう寒い季節がやってきました。みなさんお元気ですか？ 樋川です。いつまでも暑いので 10 月に入っても半袖を着ていましたが、急に寒くなって体調を崩してしまいそうな予感です。身边にはいつもこのシーズンにギックリ腰を起こしてしまう人がいて、今年も案の定…。

さて、報告が 1 つあります。わたくし樋川彩丁〔号です〕はこの夏にみごと師範代の資格を取得しました！ 吟は 92 点・口頭試問は 98 点と、点数が Fax で送られてきましたが、良い点数だったのでホッとしました。口頭試問の際「どこの会に所属していますか？」と試験員の先生が場を和ますために聞いてくれた質問に「旭彩支部」とサッと口から出てこず「ア、お、エーっと」状態になり、実はその後の肝心な質問内容を今は思い出せません。なので、親先生は 98 点の 2 点はどこで引かれたのか？ と不思議がっていますが、わたしにすれば 2 点しか引いてくれてない——！ ありがとうございます——す!! の結果でした。

今回は詩吟の話からすこしそれてしまいましたが、先日、結婚式に招待されスピーチをしてまいりました。いっしょに参加したもう 1 人も余興で歌を歌いました。ふだんはお好み焼きの店長で、時には三味線の先生・オペラ歌手・読み聞かせ活動等々で動きまわって舞台慣れをしている彼女でさえ緊張気味でした。というのも、実はこの結婚式がはじまる前にわたしたちにはいろんなハプニングがありました。大役はなんとかおたがい果たせたので今では笑い話ですが、リハーサルで彼女は上手く声がでませんでした。本番では澄み切った高音やきれいなビブラートが会場に響きわたり、感動的な歌声を聞かせてくれました。

数日後ラインを通じて 2 人反省会をしていましたら、本人はリハーサルでうまくできなかったことが引っかかっていたようで、それを歌の先生に話したそうです。すると、「リハの時はハプニングの後で気分的にも盛り下がっているし、表情も眉や口角も下がって不安な顔になっていたんじゃない？ 本番は新婦さんのために 2 人にむかってニコニコしながら歌ったからうまくいったんじゃないかな？ 歌を歌うときの表情や気持ち、モチベーションがほんとうにたいせつでことが改めて気づけてよかったね。」といわれたそうです。

その話を聞いて、大会にでていときのわたしの表情や気持ちって？ と考えてみました。確かに練習不足やのどの調子がよくないと、どこかで失敗するんじゃないかと不安で成績もイマイチです。逆にドーンといっちゃってやるか！ と気合いが入っているときは声をかけてくれる方が多いような気がします。

気持ちしだいで顔の表情も声も、表現力もガラッと変わってしまうのを近くで見て、歌をうまく歌おうとすることは意味のないこと、とわたしのなかで答えがでました。ハートがだいじなんですね！ 純粋に緊張感を楽しみながら、詩の内容にどっぷりとはまって気持ちよく声がだせる日がくるまで、さあ今日も練習するぞ——！





# 歴史ツーリング

内山 史郎

四国 龍馬脱藩の道の巻 ①

「歴史ツーリング」といいながら、これまで飛行機を使った歴史ツアーばかりになってしまいもうしわけない。バイクによる歴ツアーに戻ることにしたい。

4年前の夏になるのだが、バイクで坂本龍馬脱藩の道をできるだけ忠実に走破した。土佐【現在：高知県】高知市桂浜から伊予【愛媛県】大洲市長浜にかけての、テント持参のツーリングで、龍馬ファンには欠かせないツーリングルートだ。今回は、歴史同好の士〔おっさん同士〕がいっしょだ。川部さんといい、わたしの行く居酒屋の常連さんで、2人歴史話を肴にして終電まで語り、なにかと教えていただく、わたしの心の師でもある。わたしにとって初めてのキャンプツーリングであり、かれの指導を仰ぐことになった。わたしもその店に36年間、開店してからずーっと通ったものだ。龍馬でいえば、京都伏見の寺田屋かな。担任した卒業生にもここに来たらかならず内山がいるといわれているほどだ。

さて坂本龍馬だが、土佐藩の郷土【在郷武士】の出身で、幕末のヒーローということはごぞんじだろう。脱藩とか下士とか難解なことばはぼちぼち後からお話するとして、まず江戸時代の徳川幕府は薩摩藩【鹿児島県】・長州藩【山口県】・土佐藩が中心となった西国諸国によって倒され、1868年武士の世【武家政権】が終了する。

倒幕は薩摩藩や長州藩にとって徳川幕府への関が原の戦い〔1600年〕敗戦以来の恨みつらみ〔人間行動で最大のエネルギーといわれる。今でいえば半沢直樹の100倍返しだ！〕と、時代の流れによると理解されるが、土佐藩の倒幕理由はあまりわたしも詳しくない。考えられるのが坂本龍馬の存在だが、かれは日本の近代化のため奔走していた。彼の目のフォーカスは、これからの日本国を見据えており、土佐一藩のことではない。そこで幕末の土佐の状況を調べてみたい。高知県はいまでも90%近くが山だらけ〔高知県公式HP〕で、猫の額のほうが広い耕作地しかなく、鰹と土佐犬・名酒しか知らない山国で、幕末になにがおきていたのか龍馬脱藩の道に重ねて書いてみたい。次号につづく。



龍馬脱藩の道パノラマ図【小学館、真説歴史の道2：脱藩の道】



ツーリング前の居酒屋 打ち合わせ風景【左-筆者・中央-川部さん・右-ママさん】



高知市桂浜にある坂本龍馬像と筆者  
これから出発だ



現在の龍馬脱藩の道【険しい道もある。筆者とバイク2台】



# 皇帝シリーズ 第貳話

## 漢の初代皇帝 劉邦

### 項羽と劉邦天下の争い

中国  
見聞

孫 杰

秦朝末期、始皇帝が謎の死を遂げる。皇帝の側近で宦官の趙高は、国政を掌握すべく遺言を偽造。世継ぎである長子の扶蘇を殺し、その弟・胡亥を皇帝に据える。胡亥は趙高の意のままに、皇族や重臣を肅清。同時に先代の墓・始皇帝陵の完成を急がせる。だが、従事する工夫の大半は過酷な労働の末に死んでいく運命だった。召集されるも死、逃げるのはもちろん死という状況のなか、耐えきれなくなった民衆は各地でつぎつぎと蜂起し、野火のように全国に広がった。乱世に登場したのは項羽と劉邦だった。

劉邦



項羽は楚の武将の子孫で戦いに強く、空前絶後で未曾有の軍事家と賞賛されている。もう一方の劉邦は農民出身で、後に沛県【現在の江蘇省徐州市豊県】の小官吏となった。皇帝陵造営のため囚徒を現場に護送する任務についたが、逃亡者が多くでたので残りの囚徒を解放し、劉邦は亡命して沛の付近で群盗の首領となった。そのうち反秦戦争はさらに各地で広がって、劉邦は沛の子弟 3000 人を統率し挙兵した。翌年 4 月北上してきた項羽の軍に会い、義理の兄弟として契りを結んだ。その後、項羽が北東方で秦軍の主力と決戦を展開している間に、劉邦は南方を西進し、南陽・武関を経て項羽よりはやく秦の首都咸陽かんようを陥れ、秦王嬰えいを降伏させた。そして秦の厳しすぎる法律を廃止し、人を殺した者・傷つけた者・盗みをした者を処罰するという「法三章」を約束して人心を治めた。約 1 か月遅れて咸陽に到着した項羽は劉邦を殺害しようとしたが、両人の有名な「鴻門こうもんの会」で和解した。このようにして秦が滅亡すると、項羽は西楚霸王さいそはおうと称し、劉邦は漢王に封ぜられ、漢中【陝西省南鄭県】に入った。しかしその後楚漢の間で天下の争いのために戦争を繰り返す、それは 4 年間も続いた。百戦百勝の項羽は最後「垓下の戦い」で「四面楚歌」のなか自刎した。これによって楚漢の戦いが終わり、劉邦は天下を統一し、漢の初代皇帝「漢高祖」となって、漢の 400 年の歴史が幕を開けた。



皇帝になった劉邦はまわりにこう語ったことがある。「…策を帷幄いぱくいばくの中に巡らし、勝ちを千里の外に決することではわしは張良におよばない。民を慰撫して補給を途絶えさせず、民を安心させることではわしは蕭何におよばない。



軍を率いて戦いに勝つことではわしは韓信におよばない。わしはこの 3 人の英傑をみごとに使いこなした。しかし項羽は范増 1 人すら使いこなせなかった。これが、わしが天下を取った理由だ」。

## 山口のすすめ パワースポット

山口の趣味の 1 つにパワースポット巡りがあります。パワースポットとは大地の力【氣】がみなぎる場所とされ、古くからさまざまな宗教の聖地として崇められています。

今秋山口は奈良県天川村へとむかった。天川村にはスポットがたくさんあり、そのなかでも有名なのが天川弁財天大社である。芸能の神様として有名で、長瀬剛や堂本剛など芸能関係者の参拝が多いことでも知られています。

神さびた凛とした空気を感ずることができる。パワースポットは日ごろたまったストレスを発散し体を癒す場所だと思う。

天川神社にまつわるエピソードとして、「しかるべき時、しかるべき状態でないとお参りできない」という言い伝えがあります。

山口もお参りの際なぜかナビが天川神社への道が交通止めを示してなかなかたどり着けなかったり、神社と反対側へ導かれたりしました（車で 20 分の所を 40 分程かかりました）。

パワースポットには神社仏閣が多いので、ご朱印集めをお勧めします。ご朱印は本来参拝者が写経を納めた際にいただく印でしたが、江戸時代後期位から納経しなくてもいただけるようになりました。赤と黒の色あいがとてもきれいです。旅のよい記念になります。







## TRAINING

Hello everyboby~

やあ~ 継続している体幹トレーニングメンバーたち! 体幹トレーニングの効果はどうだ?

食欲の秋到来~☆最高の季節だ。食べすぎ大歓迎~。たくさん食べて、たくさん運動しようぜ!

そこで、今回は最短で効果を発揮する体幹トレーニングを紹介するぞ。  
しっかりたるんだお腹を引き締めようぜ~! さて、今月の体幹トレーニングはデスクワーク中に実践するとレーニングだ。

さあ~今回は前々回に登場した(i)アイのお父さん(HI)ハイの登場だ!!  
たるんだお腹にメスを入れていくぞ~~~~~!



# 体幹トレーニング⑧ デスクワークトレーニング V字 FUKKINN

おもに全腹筋+大腿直筋に効果を発揮する内容だ。

ポイントは③つ。

- ① 椅子に浅く腰掛けて両膝を伸ばし、床からかかとを浮かせた状態でキープ【キープできなければつけても O.K.】
- ② 下腹の筋肉を使い、2秒かけて上げ、同じく2秒かけて下ろす
- ③ 呼吸を止めない

目標は 10回×3セットできるようになることだ。  
毎日の継続が効果を発揮する。  
強くて美しいボディーを手に入れろ!





# サッカー部 全国大会出場

わが校にはサッカー部があるのを知っていますか。知らない方も多いかと思いますが、もっと知らないのはサッカー部顧問が歯科技工の大石先生・監督が救急の近道先生・コーチがわたし松浦だということではないでしょうか。

全国専門学校サッカー選手権大阪大会が8月にあり、本校サッカー部は大阪大会予選で勝ち残り全国大会に出場することになりました。サッカー部はじまって以来の全国大会出場です。

全国大会は北海道の札幌「東雁来公園サッカー場」でおこなわれました。全国大会には各地区の強豪が出場しトーナメント方式でおこなわれました。

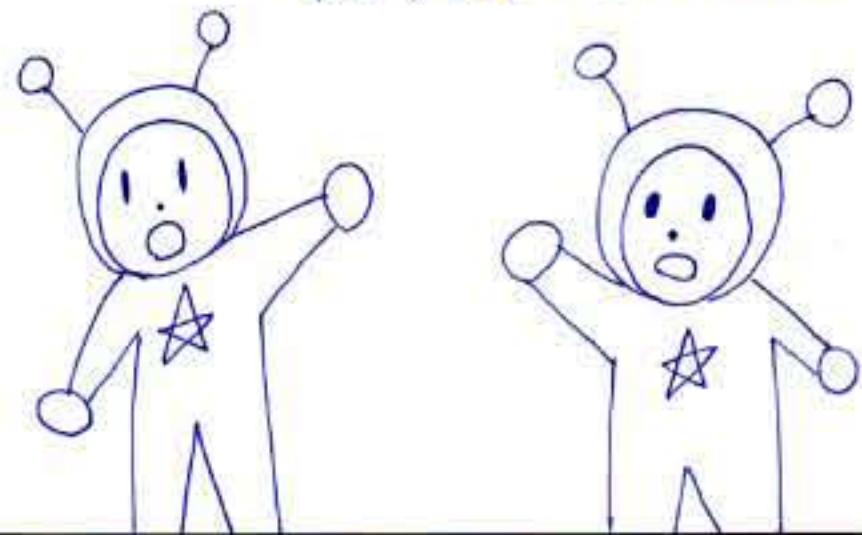
結果は予選敗退でしたがいい経験になりました。

東洋医療 0-5 日本八王子学院  
東洋医療 0-5 富士リハビリテーション

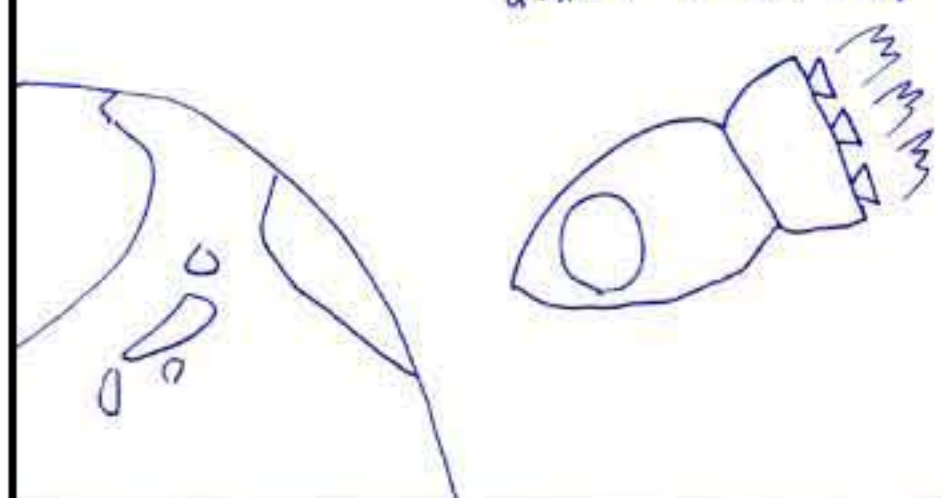


宇宙から

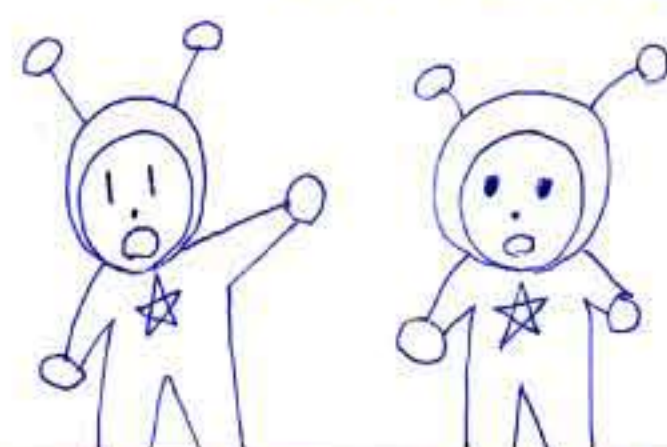
今から地球を攻めるぞ



あれが地球だ!!



地球人よ、すべて  
我々に従うのだ!



え〜



温灸器 バンシン

BANSHIN

BS-10

医療機器承認番号  
220AGBZX0008100



65℃の温熱刺激が  
ポータブルになりました。

- 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

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

科学で健康をまもるのチカラ CHUO



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





株式会社 **カマケン**

Online Shop — <http://e-kenkou.jp>





# 認定実技審査

去る8月27日・28日の2日間、滋慶学園グループで毎年開催している認定実技審査がおこなわれました。27日は、医療面接と検査法。28日は鍼灸技と灸実技。今まで学んできた成果と、夏休み中の補講でがんばった成果を発揮する2日間。本校の教員だけでなくグループ校の教員も審査員としてはいつているので、より緊張感が高くなかでの試験で、みなもいつも以上に緊張していました。

本校の1・2年の学生スタッフも誘導・タイムキーパー・模擬患者役と残暑の厳しいなか、朝から晩まで手伝ってくれたおかげで2日間無事に終了することができました。



『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



# 臨床家の 声を聞け

講師リレー連載 第18回

美容セミナー 担当

佐々木 真理 先生

わたしは鍼灸の学生のころから、鍼灸以外にもいろいろと興味がありました。学内で学ぶことはできなかったのですが、外部で精油の勉強、マッサージ等の勉強を積み、卒業してから鍼灸接骨院・神戸市内のホテル〔ホテル・オオクラ・ホテル・ニューオオタニ・ホテル・ロートレアモン〕等でアロママッサージの仕事をしていました。

1人任される形でしたので、ミスが起こらないように、ホテルさんとのコミュニケーション・備品類のチェックは何度も何度も確認していました。ホテルでは1回の失敗も許されないと聞いていたので、緊張や不安は毎回消えることはありませんでしたが、自分の勉強したことが高級ホテルで実践できるうれしさのほうの上まわっていました。カウンセリングシートにもとづき、お客さまの疲れた身体に適したキャリアオイル〔精油〕を選び、習得したマッサージ・トリートメント、接客サービスの勉強も学ぶことができました。

鍼灸師3年目で転職が訪れ、神戸元町にオープンした漢方薬局・鍼灸院を併設した治療院で働くことになりました。こちらの治療院では、来院される患者さん1人1人のオーダーメイド治療をおこなってありました。症状によって漢方だけ購入される方・鍼灸治療だけの方・両方を提供する場合もありました。さらに美容に特化し、お肌別の漢方パック・漢方オイルを作ったコース・施術後の漢方茶のサービスもおこなってありました。立ち上げのプロジェクトから参加し、鍼灸師・薬剤師のアイデアをもち寄って1つ1つ作っていった経験はほんとうに財産だと思っています。ホテルの仕事もふくめ、美容鍼灸を携わる者として得たものとはとても大きいのではないかと思います。

美容鍼灸師としての経験からですが、美容産業のニーズは高いですし、美容業界に携わる人も多いのが現状です。ただ、決定的にちがうのは鍼灸師は身体の内面からの美をアプローチできる存在だということです。医学的根拠を持ってほんとうの美・健康をお伝え・提供することができます。鍼灸師は美容に悩む女性を獲得できる有利な立場にいるのではないかと思います。

現在わたしは〔往診・女性専門〕で独立開業しています。治療現場では、まず治療効果を第一に考えています。美容鍼灸治療・カッサ療法で目に見える効果を感じてもらえると、おのずと患者さん自身も身体に興味をもってくださいようになります。こんな症状、あんな症状があったと教えてくれるようになりますので、おたがいの信頼関係をふくめ、治療効果もさらに上げていくことが可能だと思っています。

また、治療以外のセルフケアにも力を入れています。具体的には自宅でかんたんにできる美顔率トレーニング・マッサージ方法・季節別・体質別の食事のとりかたなどをお伝えしています。美容効果を高められる+αの生活を日常にとりいれてもらえたら、さらに健康と美容効果も期待できると考えています。

患者さんは今なにが必要なのか！ どんなことを求めているのか！ 必要に応じた引き出しがあれば、幅広く患者さんを治療・サポートすることが可能になります。

東洋医療専門学校では、ずばらしい先生方の鍼灸技術・手技等、たくさん学べる豊かな環境にあります。ぜひ積極的に勉強して、すばらしい治療家になってください。



## 本当にやりたい時には…

英語講座担当 南 雅子 先生

わたしの知人がアメリカの大学に留学していた時の話です。

夏休みにある企業でインターンシップをするチャンスがあり、彼女は面接を受けにいきました。その時面接官に「インターンシップの2ヶ月間とても忙しくなるけど、いろいろな人に会うチャンスがあるし、がんばれる？」といわれて「Thank you. I'll try.」と答えたら、ちょっと首をかしげられたとか…。

面接後、アメリカ人の友達にそのことを話したら、「try」は、「やってみるけど…」というニュアンスに受けとめられることがあるとのこと。商談などで「I'll try.」といってもらったからと安心していると、実はやってみるけどだめかもしれないという場合が多いそうです。面接を受けた彼女の「try」も「だめかもしれないけど、とにかくやってみます。」とあいてに伝わってしまったようです。彼女は急ぎ面接官にお礼のメールを送り、一瞬できるかなと思ってしまったけれど、ぜひやりたいというきもちを一生懸命に伝えて無事合格となったそうです。

それがあなたにとって本当にやりたいことだったら、「I'll try.」ではなく、「ぜひやりたい」という表現の「I'd love to」や「I'd like to do it.」の方がやる気が伝わります。もしいいにくければ、「I'll do it.」の「やります」もおすすです。

Thank you.





# ガラビジ通信

サナダ

大仏ラブ① ボディー・タタウ・涅槃大仏

## ベラボーにでかいものがすき

こんな経験はないだろうか。遠方のビルの屋上に看板が設置されている。あるときたまたまそのビルの屋上に行く機会があった。ふだんなにげなくみていた看板を間近でみてしまった。「うわっ、気もちわるっ!」。商品名の1文字が自分の身長より大きかったり、広告に登場しているアイドルの顔が実は5メートルほどもあることに気づいたり…。そんなときに吐き気を催した経験、ありませんか。

こどものころにみた太陽の塔やPLの塔をみたときの衝撃。衝撃とともにわきおこる吐き気。そんな経験から、あの気もち悪さはいったいなんだろうと長年考えてきた。最近ようやくその答えがみえてきた。

ヒントは車酔いにあった。車酔いなどの動揺病の原因には諸説あるが、もっとも有力とされているのが「感覚不一致説」だ。いわく「過去の経験によって記憶された感覚情報の組み合わせと実際の感覚の情報が比較され、記憶によって予期されるものと異なる組み合わせの感覚情報が入力されたときに酔いが誘起される」。要するに日常生活でえられる感覚情報のパターンと、実際の新たな環境からえられる感覚とのあいだに不一致が生じたときに、感覚情報がうまく統合できずに、嘔気や冷汗などの不快感が生じるのである。

それぞれのものには自分の過去の経験から、だいたいこのぐらいの大きさだろうと認識している常識的な大きさというものがある。太陽の塔のようにベラボーに大きいものはその記憶されている感覚情報と、実際に目にした視覚情報が一致せず、吐き気を催すのだろう。そのせいで人によってはベラボーに大きいものが嫌いだという人もいると思うが、あの非日常感がたまらなくすきだという人もいる。わたしは完全に後者だ。

でかくないはずのものがでかい。それを目にしたときのゾクゾク感と感動を味わいたくて、これまで世界中のベラボーにでかいものをさがしだして、みにいって来た。



## 仏像とくに涅槃像がすき

仏像というとゴータマ=シッダータ、すなわちお釈迦さんの像を指すと思われがちだが、仏像には大きくわけて4種類ある。えらいもん順に紹介すると、①如来 悟りを得たもの【ブツダ】の像。お釈迦さんは釈迦如来なのでここに含まれる。ほか阿弥陀如来など。②菩薩 悟りを求め修行中の者。観音さんは観音菩薩なのでここに含まれる。③明王 如来の化身で、如来の教えを阻む魔物を退治する者。かならず憤怒のお姿をしている。不動明王が代表的。④天 天部ともいう。仏法を守る守護神。甲冑に身を固め武器をもっているものが多い。四天王や金剛力士など。吉祥天などの女神も含まれる。最低この4種類を知っておくと、仏像の鑑賞も多少おもしろくなるだろう。

日本は大乘仏教の国なので、仏像といっても如来や明王などの像が比較的多く、お釈迦さん自体の像はそれほど多くない。逆にスリランカやミャンマー、タイのような上座部仏教の国々では釈迦のみが唯一の信仰の対象であり、したがってお釈迦さんの像ばかりをみかけることになる。

仏像は全般的にどれも好きだが、個人的にはやっぱりお釈迦さんの像がいちばんすきだ。お釈迦さんの像は立像・坐像・涅槃像の3種類にわけられる。一般に、立像は悟りを開く前の姿・坐像は悟りを開く前後の姿・涅槃像は入滅前後の姿をあらわしている。どれもそれぞれよさがあるけどどれもすきだが、いちばんすきなのは涅槃像。あのリラックスしたお姿をみていると、なんともいえず心が和んでくる。ごろっと寝転んだ姿の神仏を崇める宗教がほかにあるだろうか。イスラームは偶像崇拝厳禁だが、キリスト教でジーザスの寝姿を目にすることがあるだろうか。

涅槃像というモチーフはスリランカや東南アジアではとてもよくみかける。なかでもバンコクはワットポーの涅槃像はおそらく世界でいちばん有名な涅槃像だろう。きんきらきんで巨大な堂々たる涅槃像である。マイフェイバリット大仏の1つだ。

残念ながらこの涅槃像を日本でみかけることはほとんどない。ほんとはちょこちょこあるのだが、あまり知られてはいない。なかなかすばらしいものもあるので、またいずれ紹介していきたい。





## 涅槃大仏

まとめると…

**でかいものがすき+涅槃仏がすき=涅槃大仏だいすき** となる。

さきのワットポーももちろん涅槃大仏の1つで、全長46メートル。大仏としての要件をじゅうぶんそなえたりっぱな仏像ではあるが、世界最大の涅槃仏は実はミャンマーにある。ミャンマーはいわずとした仏教国で、その信仰心の厚さはわたしのしる限り一番、国民1人あたりの仏像数【GDB=Gross Domestic Buddha Statue】も一番、大仏数もたぶん一番だ。

20年ほど前にミャンマー北部モンユワ郊外のポディータタウンという場所を訪れた。現在そこには一大仏教テーマパークが作られており、現在も着々とその規模をひろげている。仏教テーマパークというとはよくわからないだろうが、ようはそこら中に仏像がうじゃうじゃいる巨大な公園、ぐらいい感じだと思ってもらうといい。そこ

には当時世界最大を誇った涅槃大仏がある。小山の上に横たわっており、全長は実に111メートル。まわりに比べるものがなにもないので大きさはわかりにくい「**枕を下にして横になる涅槃像の、その枕が4階建てのビル**」といえはその巨大さが伝わるだろうか。さらに現在はこの涅槃大仏の後方に、台座込み129mの立像がたっているというから驚きだ。これは再訪してそのお姿を拝まなくてはいいではないか。

「当時世界最大の涅槃大仏」と書いたが、同じくミャンマーの南部ムドンという町の郊外にさらに大きい涅槃大仏が完成したため、ポディータタウンの涅槃大仏は現在2番になった。ちなみにムドンの大仏は183メートル。もはや絶句するしかない大きさだ。ここもいつか行かねばなるまい。大仏巡礼の旅はまだ続く。



各種医療用品販売・開業サポート

**株式会社タフリー・インターナショナル**

神戸市中央区東町 116-2-5F

TEL.078-326-7688 FAX.078-326-7815

◆ネットショップ◆ 治療院どっどこむメディカルステーション <http://ms-tiryuin.com>





# Walk About 高知

今回は高知の旅。

実は祖母の7回忌。ふだん家族でなかなか集まらないので、この機会を家族旅行に。今年の夏は猛暑のうえに8月はほとんど雨も降っていない状態だったのに、旅の2日間はずっと雨。



明石から高知までは車。明石海峡大橋を渡り、淡路島を突き抜け、鳴門大橋を渡り四国の山道を突き抜けるという道のり。高知までって結構遠い。1歳の姪っ子もいるので、途中休憩も度々とり、到着できたのは約4時間半後。



高知といえば、やはり坂本龍馬でしょう! ということで、坂本龍馬記念館へ。週末ということもあって、たくさんの人。



龍馬暗殺場所である「近江屋」の再現部屋があったり、手紙好きだった龍馬の直筆の手紙や写真などがたくさん展示されていました。けっして大きい展示場ではないけれど、盛りだくさんで見ごたえがありました。

高知の郷土料理といえば皿鉢【さわち】料理。人が集まるテーブルにはかかせない存在で、刺身やお寿司、揚げ物、煮物、果物など旬のおいしいものが大皿に盛られています。



高知名物、朝市。雨だったのと時間もなかったもので、あまり満喫できなかったけれど、高知名産のオクラとフルーツトマトとナスを購入。朝採れたて新鮮野菜は、スーパーで買う野菜とはぜんぜんおいしさがちがっていました!!



高知県出身の有名人やなせたかし氏のアンパンマン路面電車もしっかりであえて乗車。

路面電車はとってもレトロでかわいい存在でした。



高知県、ただ今“リョウマの休日”という観光キャンペーンをやっています。

みなさんも自然やおいしいものを求めて高知を訪れてみてはいかがでしょうか。







# 海外での鍼灸事情【米国編】後編

前回の続きですが、米国の鍼灸試験の内容です。日本とのちがいがよくわかると思います。

米国での鍼灸師試験時間は4時間。日本人で英語の試験でハンデがあり時間延長を望む人は本部にその旨を申請できます。内容は次のようになっています。

- 1. 患者の評価 (25%)** 施術者は問診で患者の既往症や症状、症候を把握し、検査法で主訴を判断し、相互関係を認識する。施術者は西洋医学【薬学】の観点からの診断も必要とする。
  - 患者の病歴／既往症／主訴の情報を得る (12%)
  - 検査法の実施 (9%)
  - 西洋薬学の評価 (2%)
  - 診断法 (2%)



- 2. 症状からの診断 (20%)** 施術者は症候から病の特徴や進行を見極め、最終的な診断のために中医学に基づき、不調和のパターンを見つけて診断する。施術者は西洋医学の病理とどのような結びつきがあるか把握する。
  - 症状の印象を形づける (8%)
  - 症状の相違 (5%)
  - 生物医学病 (4%)
  - 中医学的治療計画作成 (3%)

- 3. 鍼灸治療の供給 (29%)** 施術者は効果的な治療穴（痛みの軽減、機能回復、不調和改善）の選択をする。施術者は解剖学見地から取穴をして、臨床に於いて適応症との関連を把握する。
  - 取穴の原則 (6%)
  - 鍼灸治療における経穴 (7%)
  - 取穴と刺激 (4%)
  - 補足治療 (4%)
  - 治療におけるマイクロ治療 (1%)
  - 治療の修正 (2%)
  - 鍼灸治療の非適応症 (5%)

- 4. 漢方薬処方 (17%)** 施術者は診断に基づいて漢方薬を処方する。施術者は患者の状態に応じて漢方薬の調合や量を加減する。施術者は漢方薬の作用を把握し、状況に併せて処方する。
  - 漢方薬の識別 (6%)
  - 漢方薬の処方 (11%)



- 5. 安全一般と法規について (9%)** 施術者は法律と規制に基づき、衛生と感染について理解する。施術者は治療院経営と患者の記録を法規のガイドラインに則って適応する一方、それらを必要に応じて報告することを理解する。
  - 経営必要事項 (2%)
  - 患者の保護 (7%)

以上が試験の委員会が定めている試験内容です。4～5年ごとに変化はあるようですがだいたいこんな感じです。要するに患者の情報をもとに中医学的診断を下し、治療穴を選択し、漢方薬を処方できることが最低限必要です。日本のそれとは異なるので頭をクリアにして中医学を取り込まなければ混乱してしまいます。



- 2. 免許取得後はどうなるのか【システムとして更新制度など】** 日本における鍼灸師の免許は終身制です。これは一度免許を取得すれば違法なことをしない限り、生涯その免許を保持できるという事です。これに対して米国【カリフォルニア州の免許の場合】では2年間に50時間の講習やセミナーを受講しなければ【これをCEU制度という】免許を更新することができません。更新費用は\$325【日本円で約3万円強】で更新を怠ると免許が使えなくなります。最悪の場合は再度の資格試験を受験しなければなりません。この制度は鍼灸師にとってある意味面倒なことですし、費用も生涯かなりかかります。しかし、鍼灸師の資質や情報、そして技術向上のためにはたいへんいい制度かとも思います。また、鍼灸学校では上級時にインターン制度があり実際の患者の治療を有資格者であるスーパーバイザーのもとで千数時間【学校によって異なるが】おこないます。これは卒業後すぐに治療活動をするためにもっとも重要なことです。この2点は私見ですが、日本で導入してもよい制度だと思います。実際に日本で免許所得後すぐに開業して成功するというパターンが少ないのはこのためもあるのかとも思います。先の調査結果では鍼灸学校でのトレーニングプログラムは開業一年目の治療に役立っているかという質問に63.8%の人がYESと答えています。又、卒業後にも自分の技術向上の為に77.7%の人がCEU以外でセミナーやその他で学んでいると答えています。セミナーの内容は中医学(12.2%)、精神医学(11.3%)、漢方薬学(7.7%)、栄養学(3.9%)、整形外科(10.9%)、婦人科学(3.9%)等です。治療で専門性を持って経営している人も少なくありません。これはスペシャリストとして活動する方が今後の道が開けるということです。米国ではペインマネジメント、中毒症リハビリテーション(ドラッグやアルコール等)、エイズ、肝炎、麻痺、婦人科疾患、不妊症など2割以上の人達が何らかの焦点を絞って活動しています。



- 3. 学校など要請施設はどのくらいあるのか** 私の知る範囲でカリフォルニア州には5校～7校、オレゴン州やその他の西部の州に3校～5校、ニューヨーク等の東部に数校、マサチューセッツ州などにもあります。

- 4. 職業として、日本の鍼灸師との違いはあるのか** 漢方薬が使える事、保険が使えること、そして日本の鍼灸学校より高いレベルで学んでいるので社会的に日本よりも認められているところが相違点と言えるでしょう。ただ完全に中医学なので鍼のテクニックはTCMです。日本式とはちがいますが、漢方薬はよく知っています。

- 5. 鍼灸治療にかかる費用(保険制度なども)** 相違点として米国(特にカリフォルニア州、ニューヨーク州)は治療で保険請求ができることです。保険会社によって支払われる金額に差異が出て来ますが知人のクリニックの場合少ないと\$25～、多いと\$220が一回の治療で支払われます。労災でも\$80位です。又、カリフォルニア州の鍼灸師は漢方薬剤師も兼ねているので漢方薬の処方が出来、治療にも大きく貢献しています。

- 6. 日本と米国では技術的にはどうなのか** はっきりいって学生レベルの違いはあまりないでしょう。もちろん個人的には千差万別はあるが基本的な教育レベルの違いはなく米国では殆ど100%に近いぐらい中医学を教えます。日本のような授業ではなく「証をたてて診る。」いわゆる弁証論治ですね。脈診が主で脈診と舌診をしっかり理解していないと免許試験には受からないでしょう。結論から言うと大きな違いは米国(カリフォルニア州)では大学院生の時に970時間のインターンシップ(患者さんを治療する実技)が必要となる事である。最初は上級生や教授の治療の見学から始まり、実際の治療方針を立てたり、ツボを選んだり、そして一般の患者さんの治療をする迄、インターンシップは幅広い経験になります。これは解剖、生理、病理、衛生など基本的な科目を取得し、経穴や取穴、実技の授業を終えた生徒が学内の試験に合格し、初めて患者さんを目の前にして学ぶ実践的かつ臨床的な授業です。約1000時間のインターンシップでは患者さんへの問診、視診、触診、そしてそれらの情報から証をたて、治療方針、取穴、そして治療となる。もちろん教授がスーパーバイザーとして後ろにいて一つ一つをチェックします。チェック要項は患者さんの主訴に対してインターンが適切なアプローチをしているか、治療方針はまちがっていないか、そしてそれらに対してスーパーバイザーが取穴や漢方薬処方のアドバイスや確認をします。一人一人が使う部屋は毎回違っていても使うものは殆ど同じなので部屋にヒーリングの音楽を入れたり、アロマセラピーを使ったり、気分が落ち着く様に装飾したりとある程度インターン個人の自由が許されています。患者さんはもちろん外来で腰が痛いとか肩が痛いとか、また内臓疾患などと症状は色々で。米国では内臓疾患も漢方薬を併用するし、それらの疾患治療の需要も多くあります。漢方薬は米国では日本のように薬ではなくハーブのような認識です。各学校には附属治療院があり、治療費は以前\$25ぐらいでしたが、今では\$38～40となっているでしょう。外部での一般のクリニックでの一回の治療費は\$70～\$300ぐらいとばらばらであるがその中でも\$38は安い方ですね。もちろん生徒自らの治療ではありますがスーパーバイザーで色々な先生(中には有名な先生もいます)が付いているので高いか安いかは患者さんの評価になるのです。

- 7. アメリカにおいて鍼灸の認知度はどうか** かなりの人が興味を持っています。まだ受けた事のない人も多いのでこれからの分野と言えるでしょう。特にスポーツ界でのPain managementとしての技術が注目を集めています。また、米国では医療費が高いので、肝臓病や糖尿病などの内科的疾患なども鍼灸で改善するのならば病院よりも治療費という面では安いので鍼灸治療を受ける方も多くいます。米国での試験等などもっと詳細が聞きたい方は私までご連絡くださればアドバイスできることがあるかとも思います。



ヨガライフ楽しんでますか??

みなさま突然ですがヨガ=インド=ヨガということでインドへ行ってきました。いろいろ話を聞いて憧れていたインドではあるけど、いざ行くとなるとやっぱり怖い。衛生面・治安・言葉と不安要素は山のようにある。なんかあったらどうしよ…。

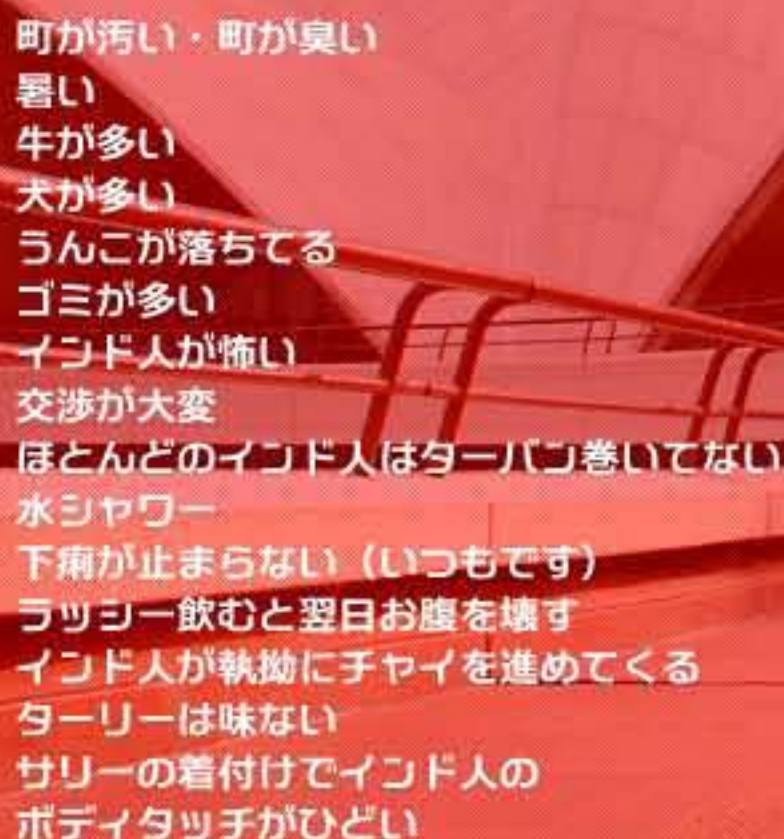
考えてもなにも変わらないのでとにかく出発!! まずはガンジス川へ。  
とりあえず行っただけ、ガンジス川見ただけ…ビビって入ってません。  
8月のインドは雨季による増水で、想像していたガートのようすとはかけ離れていましたが  
母なる川見れてよかった。ほんととはここでヨガ写真とるつもりが、  
水位が上がっていて断念しました。

場所をデリーに移し、ついに写真を撮るとこ発見!!  
バハイー寺院とフマユーン廟!!

バハイー寺院はイランが起源の新宗教だそうです。ここでは立ち木のポーズ決めてます。

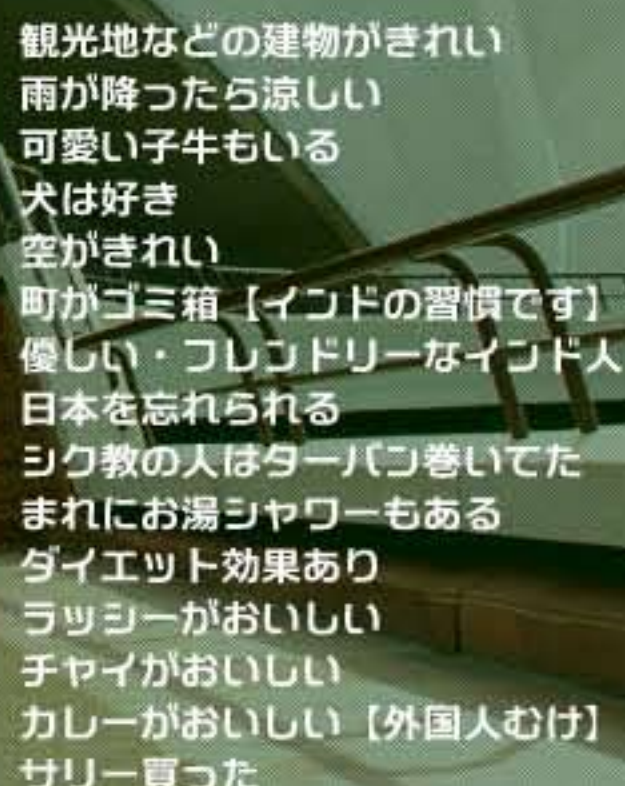
行った日はかなり人が多くて入るのに 1 時間以上はならんだ（インド人の横入りが半端じゃない）。なのでかなり人通りが激しいなか、ロータステンプルと立ち木のわたし。  
 恥ずかしかった。

## インドでいやだったこと



町が汚い・町が臭い  
暑い  
牛が多い  
犬が多い  
うんこが落ちてる  
ゴミが多い  
インド人が怖い  
交渉が大変  
ほとんどのインド人はタバコ巻いてない  
水シャワー  
下雨が止まらない(いつもです)  
ラッシー飲むと翌日お腹を壊す  
インド人が執拗にチャイを進めてくる  
ターリーは味ない  
サリーの着付けでインド人の  
ボディタッチがひどい

## インドでよかったこと



観光地などの建物がきれい  
雨が降ったら涼しい  
可愛い子牛もいる  
犬は好き  
空がきれい  
町がゴミ箱【インドの習慣です】  
優しい・フレンドリーなインド人  
日本を忘れられる  
シク教の人はターバン巻いてた  
まれにお湯シャワーもある  
ダイエット効果あり  
ラッシーがおいしい  
チャイがおいしい  
カレーがおいしい【外国人むけ】  
サリー買った





フマユーン廟はムガル帝国第二代皇帝のフマユーンのお墓だそうです。あのタージマハルにも影響を与えた建物でなんと世界遺産です!!! イスラーム建築でめっちゃキレイでした。

ここでは鳩のポーズ決めてます。世界遺産とわたしと鳩のポーズ…。そんなことした人いないだろうと思いつつ写真に納まりました。

写真撮ってたらいンド人との写真タイム。

場所をかえてもたくさんのインド人のイケメンと写真におさまりました。

そんな日本人が珍しいのか??

わたしインドに住めばかなり人気者になれるんじゃないかと勘違いするくらい写真を求められました。

インドへ行くと人生観が変わる!!なんて言いますが、とにかく私はインドが好きになりました。インドには日本ではありえないものすごい刺激が山のようにあって神様・生死・カーストなどなど1週間だけではわからないことがたくさんあるけど、インドに行かないと感じられないものもたくさんあったと思う。

とにかく眼力強くてめっちゃ見てくるインド人。嘘ついてだまそうとしてくるインド人。写真とってと純真な目のインド人。蛇をもったインド人。野良ウシ・野良イヌ・野良うんこがっばいのインド。それも含めてたぶん好き!!・・・かな!? (笑)

# ヨガ

枝広

