

6  
2011 June  
vol. 13

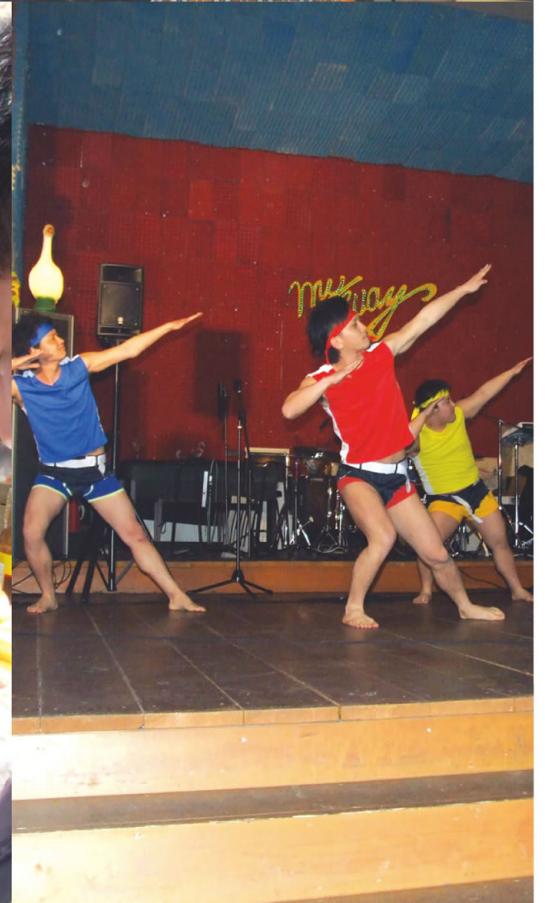


# HEISEI TIMES

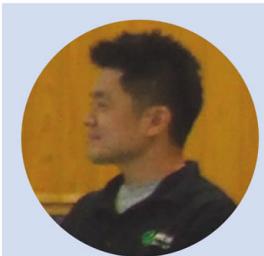


特集

## 現役先生達による パネルディスカッション 開業への道のり

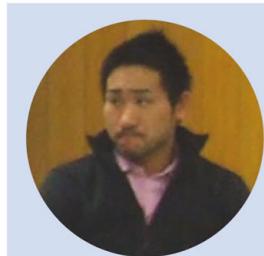


# 「開業への道のり」 Panel Discussion



竹本 晋史

[貞友会]会長。



山口 悠

高校を卒業後、平成のスポーツトレーナーの学校へ行く。松下電工アメリカンフットボール部のスポーツトレーナーでインターンシップに出る。柔整科に入學し、塚原鍼灸整骨院で1年間務める。今年4月19日に開業。治療所とバスケットを両立。



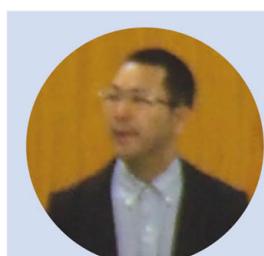
田中 亜香里

2年前に平成医療学園を卒業。くもい整骨院の分院長をやりながら、女子高校野球部のトレーナー活動をする。院と女子サッカーのチームと提携しながらスポーツ選手を見る。



後藤 敬輔

一期生柔整科卒業。平成14年豊中駅前で整骨院を開業後、去年春から整骨院の近くに介護予防のデイサービス運営をし整骨院とデイサービスの両立。



山口 巧

高校を卒業後、行岡整復専門学校に入学。資格を取り、一年のブランクを経て平成医療学園の鍼灸科に入学。鍼灸科の1年生の時、元阪神タイガーストレーナーの開業している院に就職。守口市の治療院の分院長として活動。



安藤 弘晃

今年3月柔整科を卒業後、4月11日開業。国試を受けながら自分で開業準備をする。はごろも体操クラブ、武庫川女子大学の体操部でトレーナー活動をする。

後藤 僕は、兄が鍼灸院で鍼灸師をして

Y悠 はい。

竹本 そういう事は山口悠先生は開業一筋で考えてやつていい事ですね?

田中 今ステップアップの為と、後はやっぱり責任を持つて仕事をするというのは今まで院長の元でやってた時と、自分が責任者になつた時は全然違うのでそういう経験を積みたいというのもあつて、今、分院長をやらせていただいてます。

安藤 私は先に鍼灸と柔整に計6年間行つたんです。学校に入つて『6年後には開業する』と決めて過ごしてきたんですけど、この柔整鍼灸に何で来たかというのはやっぱり独立開業権があるという事ですね。独立開業権があるということはそれなりに責任を持ってやらないと、それこそ医者と対等に話ができるレベルでないとなかなか認めてももらえないし、「どうせまた

竹本 1年生のほうから質問がいくつかあげられていますのでそれについてこちらの方から前の5人の先生に質問を投げかけたいと思います。4月に開業された方、開業してから随分経つ方、分院長として活躍されてる方、それぞれおられます。開業した先生は何故開業しようと思ったのか、また分院長というのは自分で開業せずに何故分院長になったのかというところを教えていただけますでしょうか?

Y悠 この学校に入学時から開業したいという目標ですと修行させていただきて、上の人に従いたくないとかそういうのを持ちたいというか、自分の力がどこまであるのかとか、何か世の中に発信していくというものをしてみたいとずっと思つていて、自分を表現できてそこに報酬がついてくるという様なすごい単純なシステムなんですが、それを経験してみたいために開業に向けて勉強しました。

## 貞友会 チャリティオークション



直前のライブで素晴らしい歌声を聴かせて頂いた歌手の松田陽子さんと竹本会長の司会で行われたチャリティーオークションにはたくさんの出品があり、阪神タイガースとガンバ大阪からはサインボールやバイクなどが、また教職員からはバッジなどが、そして最も高値が付いたのが宮本恒靖選手のバイクでした。その額なんと4万円超え! また醉っぱらったT先生が突然「2万円!」と叫ぶなど会場ではハグなど、そして最後に宮本恒靖選手のスパイクなどが、そして最も高値が付いたのが宮本恒靖選手のスパイクでした。その額なんと17万3710円になりました。またこの全額を東日本大震災で被災された皆様への義援金として日本赤十字社へ寄付させていただきました。関わって下さったすべての方々に感謝いたします。



4月29日に行われた雅祭において、貞友会ではチャリティーオークション、模擬店、そして皆さんにハイセイタイムズ12号で投票して頂いたイケメンGPの表彰が行われました。

直前のライブで素晴らしい歌声を聴かせて頂いた歌手の松田陽子さんと竹本会長の司会で行われたチャリティーオークションにはたくさんの出品があり、阪神タイガースとガンバ大阪からはサインボールやバイクなどが、また教職員からはバッジなどが、そして最も高値が付いたのが宮本恒靖選手のスパイクでした。その額なんと4万円超え! また醉っぱらったT先生が突然「2万円!」と叫ぶなど会場ではハグなど、そして最も高値が付いたのが宮本恒靖選手のスパイクでした。その額なんと17万3710円になりました。またこの全額を東日本大震災で被災された皆様への義援金として日本赤十字社へ寄付させていただきました。関わって下さったすべての方々に感謝いたします。



時を同じくして行われたバスクケットコートでの模擬店には、今年も卒業生の方々にお手伝いをして頂き、輪投げ、スーパー・ボールすくい、射的の出店をし、子供たちの憩いの場として活躍いたしました。ここにおいても、T先生とM先生がエアガンで突然発砲するなどのハプニングがありましたが、和気あいあいとした雰囲気の中、終了いたしました。



## NEW FACE

Hiroshi Santo

平成医療学園柔道整復師科に本年度入学した三東洋さんです。元阪神タイガースの投手で、自身も投手時代に肩の故障に悩ませられていました。そんな自身の経験と本校の教員との繋がりにより入学を決意されました。雅祭で行われたチャリティーオークションでの阪神タイガースからの出品も彼の協力なしでは成し得ませんでした。今後の彼の活躍から目が離せません。





最終章

## ダイエットを成功させるために

大阪国際大学短期大学部 久木久美子

リバウンドをしない、させない ～気長に、そして目標を持ちましょう～

ダイエットを繰り返していくうちに、なぜか体重が徐々に増加していった…という経験はありませんか?人間の身体は、飢餓に非常に弱いため、ダイエット=飢餓状態と身体を感じたら、とにかく貯められると脂肪を蓄えておこうというスイッチが入ります。

ダイエットをするなら、まずこのスイッチが入らないよう極端な飢餓状態をつくらないことが大切です。そのため1ヶ月の減量の目安は「**月0.5~1kg程度**」に、「**3ヶ月~半年、あるいは1年かけて**」気長に取り組まれることをおすすめします。たとえば、毎食のご飯を2口程度減らせば、うまくいくと1ヶ月で約0.5kg程度ダウンはできます。

それでは、もし飢餓のスイッチが入ってしまうとどうなるのでしょうか?食事量を減らしているのにもかかわらず、体重が減らない「停滞期」に入ります。この停滞期でダイエットをあきらめると、元の食事量にどしてもこの量では身体が満腹感を感じず、元の量以上に身体が要求をします。これが、ダイエット前より体重が増える「リバウンド」の仕組みです。もし、停滞期に入ってしまったなら、ぜひとも乗り切ってください。乗り切るためには、「何か目標を持つ」のも一つです。「ダイエットに成功してあの洋服を着るぞ~!」なんていうのもいいのではないかでしょうか。

女性の場合、自分の体調の周期を知る

女性の場合、生理前などホルモンの影響でむくみ易く、体重が1～2kg増加することや、無性に甘い物や脂肪分をたっぷり含んだケーキが食べたくなることがあります。身体がむくんでいるときは、水分や塩分を控えましょう。また冷たい食べ物より温かい食べ物を、また、身体を温めてくれる働きをもつ唐辛子や生姜をうまく料理に取り入れてください。甘い物が食べたくなったときは、身体が要求していることがありますので、今一度身体に『本当に必要?』と尋ねてください。Yesなら食べましょう。そのかわり、その後の食事はあっさりとした味で野菜中心にしたものにしましょう。



## 保健機能食品をうまく利用する

保健機能食品には下図のように「特定保健用食品」と「栄養機能食品」の2つがあります。

|                   |   | 保健機能食品 |  |   |  |  |  |  |                       |  |
|-------------------|---|--------|--|---|--|--|--|--|-----------------------|--|
| 医薬品<br>(医薬部外品を含む) | 特定保健用食品   |        |  | 栄養機能食品  |  |  |  |  | 一般食品<br>(いわゆる健康食品を含む) |  |
|                   | 血糖値が気になり始めた方へ<br>血中中性脂肪・体脂肪が気になる方へ<br>血圧が高めの方へ<br>などの食品 |        |  | V.A V.D V.E V.B <sub>1</sub> V.B <sub>2</sub> V.B <sub>6</sub><br>V.B <sub>12</sub> ナイアシン パントテン酸 葉酸<br>ビオチン V.C<br>Ca Fe Cu Zn Mg |  |  |  |  |                       |  |

**特定保健用食品**はトクホとも呼ばれ、「糖の吸収をおだやかにする」飲料や「身体に脂肪がつきにくい」油などある一定の保健機能を持つ食品のことです。トクホは医薬品ではないので使ったらすぐに効果があらわれるものではありません。まずは「使い続ける」として、効果の出方には「個人差」があります。また、トクホの種類によっては、医薬品と同じ作用機序で働くものもありますので、「摂取量は守る」「同じ保健効果のあるトクホを2種以上摂取しない」でください。もちろん、すでにお医者さんから薬を処方されている方は摂取を控えてください。

**栄養機能食品**はビタミンとミネラルですので、ダイエットをしている際に不足を感じたら、栄養補給の目的で使ってください。

さて、ご自分に合ったダイエット法は見つかりましたでしょうか？

ダイエットについて書きながら改めて感じたことが一つ。ダイエットは「いかに自分と上手につきあうか」ということです。自分に厳しくなりすぎると、低体重(やせ)や筋肉量の低下、無月経、あるいは拒食症などの摂食障害を引き起こすこともありますし、一方自分に甘くなりすぎると、肥満を解消するどころかリバウンドし体重増という悲しいことにもなりかねません。何事もほどほどに、無理せず気長に、そして自分のできることからチャレンジしてみてください。皆さんのダイエットの成功を祈っています。

法でやつていきましたよ」という話をします。毎回来ていただいたときに前と比べてどういった感じなのか、症状が変わつていない時も正直に説明しています。

後藤 今先生方がおっしゃったのとほぼ一緒にすけれども、気に掛けるという事ですかね、そして一緒に計画を立てていく、さつき山口先生がおっしゃったように診断と指導ですよね。これがすごくモチベーションには大事なんではないでしょうか。

Y巧 皆さんと同じなんですが、まず最初に患者さんが来られた時、何を求めてこの治療院に来てくられたのが患者さんのニーズをしつかり見極める。運動選手だったら試合に勝ちたい、試合で活躍したいと簡単なんですけど、一般的な患者さんなどはその人がどういう生活をしていてどんなことがしたいのかをしつかり聞く、例えば今度お孫さんと山登りに行きたい、そのためには膝の痛みをなんとかしたいであればその為にしつかり治していきます。う、というようなスタンスで接していく。治った時に「膝が治ったから孫と山登りにいけた」などがあるとこの仕事をして最大の自分の喜びにもなると思います。

竹本 大体みなさん同じ様な事をお考えだとは思います。状態を説明する、プランを立てていく、そのプランの中にはラストゴールやショートゴールを設定していく、そういう中で患者さんがそのゴールを見つけることができれば「先生が言った通りよくなってきた」と納得もしますし、感動もします。感動すると人に告げたくなる。そういうところで患者さんが人を伝つて増えていく、モチベーション＝新たな患者さんを呼んでくることにもつながるんではないかなと思います。そういった中で実費治療というお話がでましたが、実際保険治療の適正化というのでもかなり保健所からの締め付けが現在も続いております。その中で先生方が考えてる部分などがあればお聞かせください。

Y 巧 怪我をした部分ではないところや、鍼治療は実費でさせてもらっています。それ以外にはグループで体操教室をやつたりとか投球障害の予防教室を実費でいただいています。

つづきは  
Webで!!

貞友会HPへGo!



## Discussion

所見を説明して「だいたいこのくらいかかるります」とかそういう話をします。それでそこにいくまでに「こういう方々ね」という話をいたときに前となのが、症状が変化しているだけでも変わります。

安藤　これは患者さんを継続させていく中で一番難しいところだと思うんですけど、一般の人は計画を立てるのがなかなか難しいので何か目標を立てて言葉をかけるなど、僕たちの院ではカルテとは別に家族構成や、ライフスタイル、趣味などを書いている紙にきちんと記入してスタッフ全員が情報を共有して、患者さんには全員が一回は声をかけること。「大分歩けようになりましたね」などの評価をするだけでも変わります。

説明しています。

後は、ある程度お金をかけてもらわないで治療ができることもあります。実費

Y 悠 トレーーニングの機材を置いていて、まして『夏までに痩せたい』や『スポーツで活躍したい』などであれば個人的にプログラムを作っていくのを考えています。それは当然保険が利かない部分なので、それについては何日間のプログラムであればこれくらいかかりますなど、痛みとは違うところで予防的な処置の時には実費をもらつていこうかと考えています。

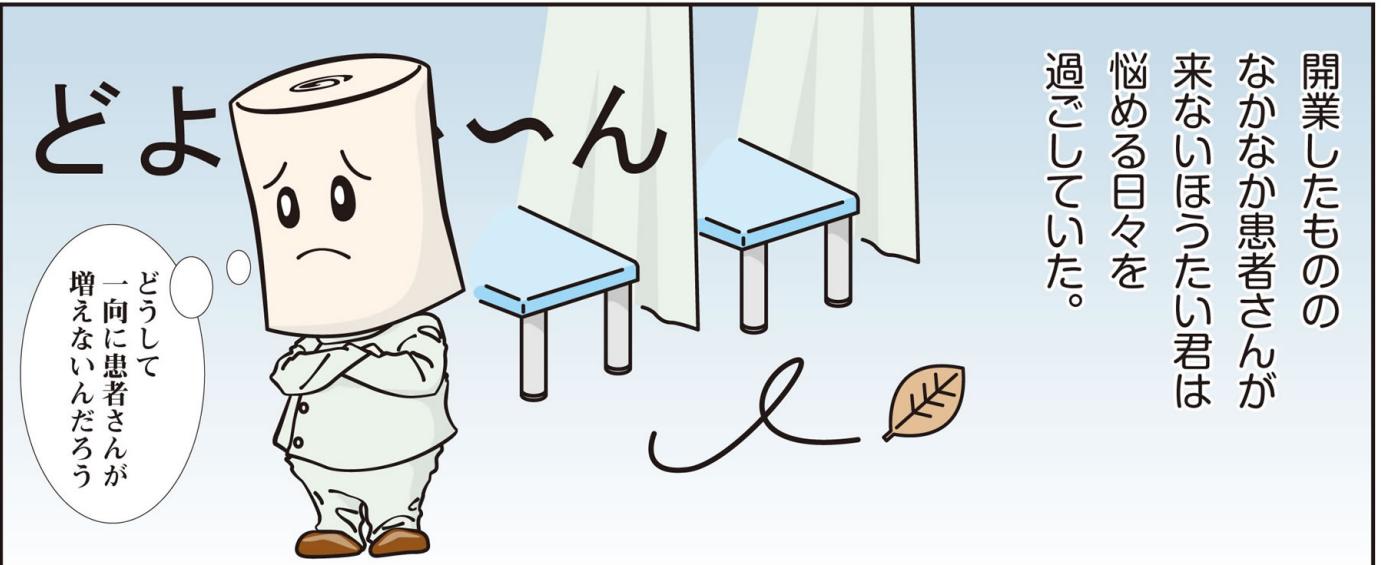
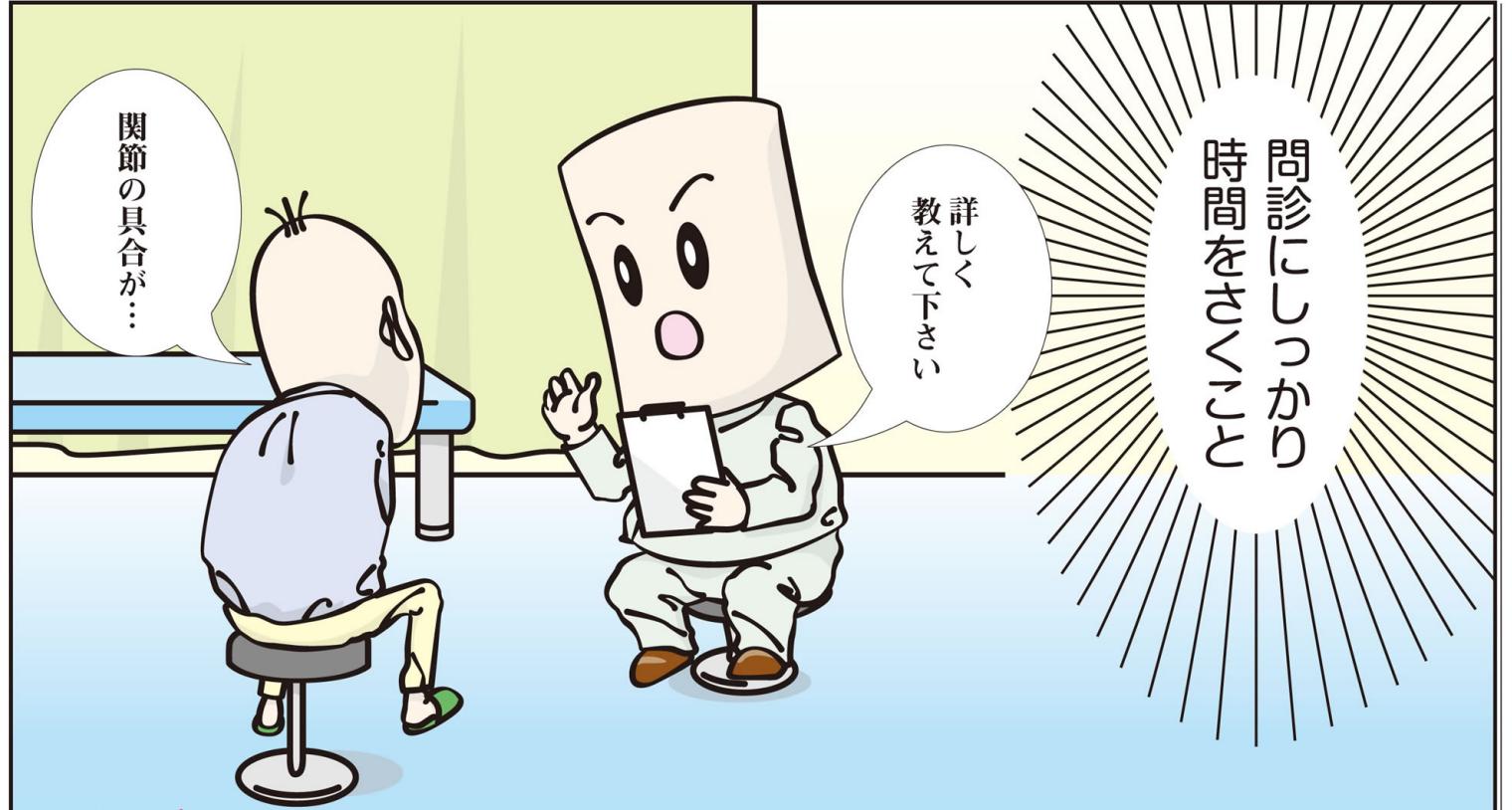
竹本 ありがとうございます。千円で1ヶ月來放題というのは昔の老人医療みたいな状態になっていますけども、高級住宅街なんかにいきますと安い治療所に行けか

Y 悅 僕は会話だと思います。同じことを言つても笑わない患者さんもいればそれが妻く嬉しい患者さんもいて、患

# 「なんでも来ないの患者様の巻」

協力：セラピ株式会社

開業したものの  
なかなか患者さんが  
来ないほうみたい君は  
悩める日々を  
過ごしていた。



**激安**

特価1,320円(税抜)

**貞友会会員限定**

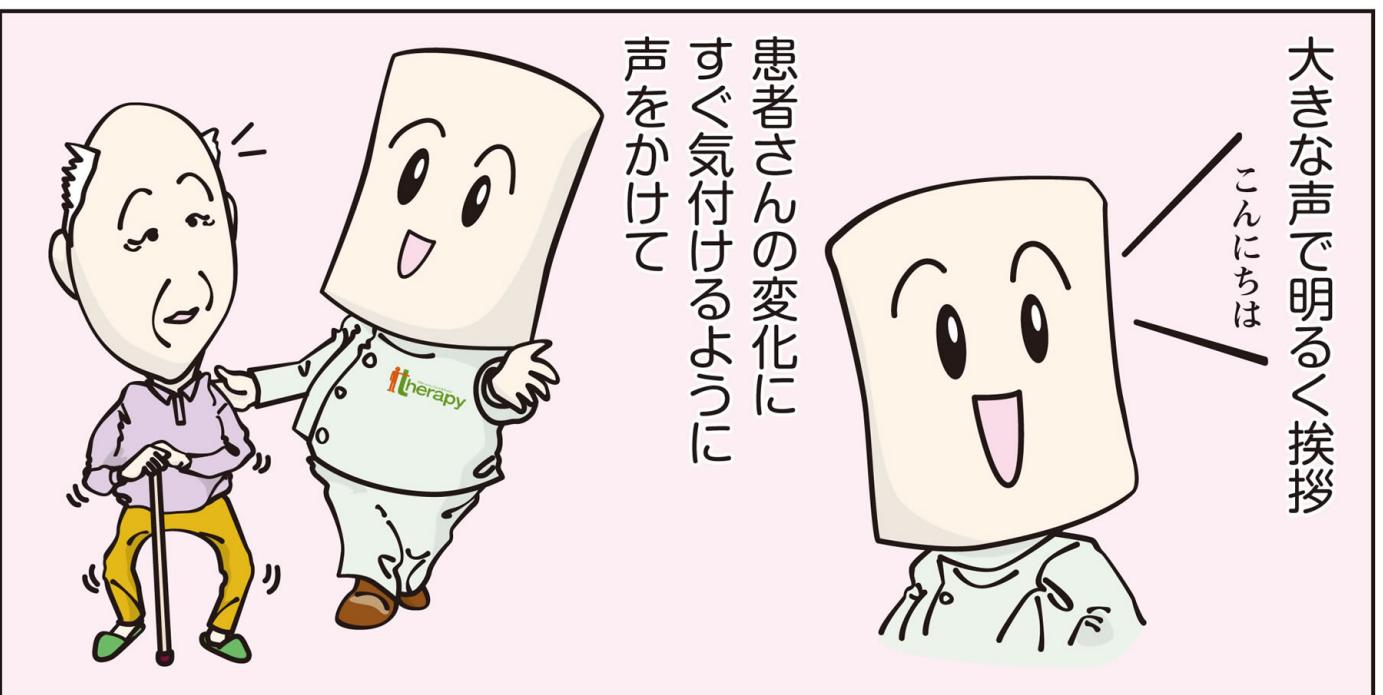
貞友会からキネシオロジーテープを買うとなんと5cm×6本(1箱)20円(税抜)で買えちゃうよ!鍼灸用品も激安です!詳しくは副会長松本のお悩み相談コーナーからご連絡下さい。詳しくは新しいホームページのトップページのバナーからお入り下さい。

やってきた事が良かっただかどうかスタッフを集めてミーティング

バンザイ

ひとつひとつ丁寧にしていれば患者さんも集まつてきます!

※貞友会では勉強会も行いながら、勉強以外の部分でもあなたをサポートいたします。



## 01 SYOREI 弾発指

SYOREI

## (はね指)にについて

柔道整復師科 宮城 健太郎

ばね指とは、何らかの原因で指の屈筋腱に異常が生じる事によって発生する障害である。人体には筋肉と骨の付着部位に様々な腱があり、腱の障害の代表が腱鞘炎で、弾発指(ばね指)も腱鞘炎の一つとして考えられおり、女性に多く母指、中指、環指、示指、小指の順で多くなる。原因として、指の使いすぎによる炎症だが、必ずしもそれだけではなく、女性の場合は産後や更年期などでホルモンバランスが乱れることにより引き起こされるケースもあり、関節リウマチや糖尿病が原因となっている場合もある。

お 普 指 中 に な こ び ざ が き 來 治 痘

来院されてからは前腕屈筋・伸筋に低周波・運動療法・手技療法を行っていたが改善がみられず、手法を変え治療範囲を前腕屈筋腱にまで範囲を広げることにした。  
方法としては、前腕屈筋・伸筋に低周波・手技を行い、お湯で5分手を温めてから肥厚部分の近位部と遠位部を押さえ、ダイレクトストレッチを行い【画像1】弛緩してくるのを確認しながらMP関節を過伸展させ、より屈筋腱に伸展力を加えた【画像2】また、腱に対して横断するのではなく、腱に沿って圧を加える手技も行つた。(歯磨き粉のチップを擪り出すような感じ)  
朝起きた時に指が屈曲していて、伸展させることができ困難との事なので、朝お湯で手を温めてゆっくり指を伸展させることと、普段はテーピングによる固定、寝る時は板状のものを掌側に置いて固定して寝るよう指導した。



治療方針

現在方針を変え週2回、1ヶ月間施術を行つてあり、ひっかかりが軽減され指も以前よりリスムーズに動くようになったとのことである。経過観察中ではあるが、状態は良くなってきている。

参考文献

中村利考 松野丈夫 内田淳正 編集  
『票集整形外科学』 第0版 医学書院

02

SYOREI

# 花粉症の症例紹介

花粉症（肺脾不足、外邪（花粉）犯肺）

38歳、女性、会社員、5年前に花粉症と診断され季節の変わり目には多少でも鼻水、鼻づまりの症状が出現され、特に春になると鼻づまり、鼻水、たまに頭痛、咳などの症状が発症し、2・3ヶ月以上続くことが、少なくなく、ひどい場合には鼻が詰つていて、夜に寝れない状態もよくあり、この一年ぐらいは病院からもらつた薬で症状を改善している。来院時には、赤目や目の痒み、目の周りに発疹、痒み、不眠、精神不安食欲不振、風邪を引きやすいなどの症状を伴う。本人は鍼灸と漢方を用いて治療し、いい効果を得られた。これを紹介します。



藝文志

1. 滌力治療(1)防風通聖散と四物湯を投与し 1日2回 1回で2袋を内服させる。
2. 配穴治療 風池、合谷、百会、血海、陽陵泉、風市
3. 症状により加減

頭痛には印堂、太陽、百会を組み合わせる。  
目の痒み、目の周りの発疹、痒みには四白、肩  
髃、陽陵泉を組み合わせる。

治療経過

合谷(寸3の3番鍼で提挿瀉法)  
百会(寸3の3番鍼で平補平瀉)  
血海(寸3の3番鍼で平補平瀉)  
陽陵泉(寸6の3番鍼で提挿瀉法)  
風市(寸3の3番鍼で提挿瀉法)

週に3回鍼治療を実施し、2週間は漢方の量と合わせて治療した結果、以上の症状が完全に改善された。今後、予防のため防風通聖散と四物湯を3ヶ月間、続けて飲ませた。あとは季節の変わり目で防風通聖散と四物湯を交替して一週間飲ませる。この二年間は春になつても花粉の症状が出てこず、もともと風邪を引きやすい体質が、この2年間で風邪を引かなくなりました。

〔まとめ〕

花粉症いう病名は中医学の文献の中には記載されていないが、赤目、目の痒み、流涙、鼻水、鼻つまり、鼻閉で、夜中に咳き込み眠れない、鼻の奥が痛く、鼻腔・咽喉部の痒み、耳が痒い、目が痒い、その他皮膚、顔面部の発疹や痒みなどの症状については一千八百年ほど前の『黄帝内經』をはじめ、『素問・解精微論』、『普濟方・眼門』、『審視瑤函・目痒』、『政治準繩・七竅門』などの文献に、その発生原因、発生のメカニズムについて検討された記述がある。



# 福島へ支援物資を届けに…



頑張ろうニッポン!



今回、第一陣の救援物資輸送をおこない、被災地に入りました。我々が入った場所はテレビや新聞などの報道で見るような壊滅状態の場所ではありません。しかし、報道されているように、放射能が問題となっている地域でした。

出発前からたくさん情報があり、我々は出発をためらいました。正直、不安でした。誰かが「止めよう！」って、言ってくれないかと思つていました。

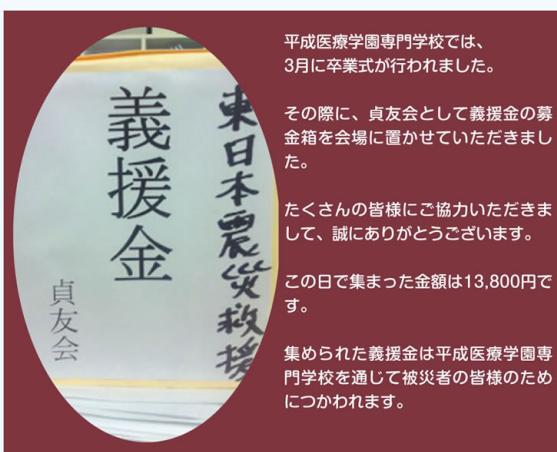
出発して10時間、新潟県で仮眠をとつた健康ランドには避難してきた人がたくさんで、廊下にも溢れていました。

夜中の3時なのにコンビニ弁当

を食べている家族。ようやくたどり着いたのでしょうか、小さな子供がその弁当を貪り食べている姿

なくてはならないと思いました。この瞬間、不安は使命に変わりました。

被災地には我々の物資を必要としている人たちがたくさん待っています。



被災地の方々はこれから復興に向けて頑張らなければなりません。我々も継続的な支援が必要だと思います。一人一人が少しの力を出せば大きな力、勇気に変わります。何が出来るかではありません。出来る事は何でもやりましょう！それが復興につながるわけですから！

## info Heisei Iryo Gakuen

### 【国試の結果報告】

昨年度(平成22年度)の国家試験において、本校では右記のように優秀な成績を修めています。合格したみなさん、本当におめでとうございます。けれどもこれはスタートライン。治療家としての勉強は、資格を取りやがて開業した後も、一生続きます。これからも一層、自己研鑽に励んでください。

### 【平成22年度卒業生合格実績】



全国平均69.3%



晴眼者  
全国平均83.0%



晴眼者  
全国平均83.6%

### 編集後記 久米 建寿

史上最大級M9.0の東日本大震災は、大津波、福島第一原発の事故を伴って未曾有の大災害となり、3ヶ月を経た今でも日本中の各方面にショックを与えつづけています。本学園の姉妹校、福島医療専門学校も震災を受け被害を生じましたが、幸い学生・教員に一人の死傷者もなく、目下復旧して平常の授業を再開しています。そんな中、新設「宝塚医療大学」がこの春、ついに呱々の声をあげ、4月6日、記念すべき開学式が挙行されました。

折悪しく厳しい情勢下での発足となりましたが、阪神間での自然環境に恵まれた好立地で、創設して97年の伝統を誇る世界的に知られた「宝塚歌劇」の本拠地で、初めての医療大学として今後内外にその存在が知られてゆくことになります。

本校OBの皆様もどうか母校同様にご支援を賜り末永く成長を見守ってやって下さい。なお、本校でも大学発足に伴う人事異動があり、石田武教務顧問が新しく第四代校長に就任いたしました。