

長 生

令和2年 4 月 号

目 次

会長の言葉	日本長生医学会会長 柴田政宏	
本部行事・地方医学会中止のお知らせ		1
長生学園 第62期生 卒業式		
祝 辞	長生学園 学園長 柴田節子	3
	昭和大学病院 臨床病理診断科 教授 福地邦彦	5
送 辞	63期生 葛西智子	6
答 辞	62期生 寺崎充紀	7
宗 教 編		
法 話	得勝寺 本莊一治	8
医 学 編		
応急手当の知識と実際 その2	長生学園 講師 星 虎男	10
長生医学編		
「頸肩部・上肢」について パート2 2019年7月28日 中央支部定例会報告		13
随 想 編		
「わがまま」	62期 卒業生 板橋敦子	15
長生で学んだ事	62期 卒業生 松本拓也	16
長生知恵袋		17
長生会便り		
本部案内		20
支部案内		23
支部報告		25

日本長生医学会

会長のことば

総本山長生寺管長 柴田政宏
日本長生医学会会長

行いを正しくしてひとり諸善をなす 「仏説無量寿経」
御仏の教えは自らの心と身を制して行いを正すことにより目覚め
社会を正しくしていく道である

依然として新型コロナウイルスが世界で猛威を振るっており、東京オリンピックの開催も危うい状況となってまいりました。「平和の祭典」ともいわれるように環境が整えられて皆が安心して参加できる状態で行われることが望まれます。

マスクがなくなり次は「トイレトペーパーがなくなる」とSNSで間違った情報が流れ買い占めが起り紙類全般が店頭から消えるという事態が起きました。各々本当の情報なのか冷静に考えて対処し節度ある行動をすることが大事です。非常時ほど、我が身だけでなく他を思いやり配慮する心を持ちこのような混乱が起きないように努めたいものです。

また、人の不安心理に付け込んだ詐欺やマスクを高額で転売するなど言言語道断だと思えます。事態が一日も早く終息し日常の生活が戻り安心して過ごせる日が来ることを願うばかりです。

二月末に学校の一斉休校や催しを自粛するよう要請されて以来、私共の治療院でも来院を自粛されている方が増えております。高齢者の方などは外出を控えることにより運動不足になりまた別の弊害が起きて来るのではないかと懸念しております。

このような暗いニュースばかりですが、暖冬の影響で例年より早く桜が満開となり、人々の心を和ませています。やはり今年は花見も自粛ムードですが、春の訪れを身近に感じ明るい気持ちになります。先行きが不透明でストレスがたまりがちですが「明けない夜はない」と言われるようにいつまでも続くものではないので、気を緩めることなくもうしばらく感染予防に努めながらお過ごしください。

煩惱が尽きない私共をお救い頂ける法は、ただただ一心に「南無阿弥陀仏」と唱えることなのです。世の中が混乱している今こそ、己の行動を律して、阿弥陀様に全てを託し念仏を称え感謝申し上げる次第です。

合掌

本部行事・地方医学会中止のお知らせ

【東北連合会医学会】

5月17日、岩手県平泉ホテル武蔵坊にて行う予定でした東北連合会医学会は、中止致します。

東北連合会
会長 國分 忠典

【東海支部医学会】

6月7～8日、三重県湯ノ山温泉鹿の湯ホテルにて行う予定でした東海支部医学会は、中止致します。

東海支部
支部長 牛場 良浩

【北信越連合会医学会】

6月21～22日、長野県湯田中温泉 白雲楼で行う予定でした北信越連合会医学会は、中止致します。

長野支部
支部長 金子 隆

長生学園 第62期生 卒業式

2月29日、長生学園第62期生の卒業式が執り行われました。



皆勤賞

大村 まや 川口 彰 古山 直樹 寺崎 充紀 小林さやか 藤田 千穂
守谷 高志

優秀賞

寺崎 充紀 内田 康介 田中 陽子 松本 拓也 雑賀 成人 竹田 早苗

祝 辞

長生学園 学園長 柴田節子



本日は、長生医学会の先生方並びに御父兄の方々のご臨席を賜り、長生学園第六十二期生の卒業式を挙げていただけますことは、仏縁の賜と感謝いたします。

ただ今卒業証書を手になさいました81名の皆様、ご卒業おめでとうございます。

長い間、膨らませてまいりました夢がやっと叶う時が参りました。

長生派開祖長生上人の教育理念であります、霊肉救済という教えに基づいて学園の先生方は、皆さんを厳しく御指導して下さいました。

難しい専門用語や、医学書を、丸ごと暗記するなど、一人一人がさまざまに御苦労されていた様子が目に浮かびますが、しかしこれから患者さんを治療する上において、学園の先生方が心血をそそいで教え導いて下さった医学の基礎知識こそ、病気の症状を正確に把握しながら、正しい診察の基に治療ができるようになるのです。皆さんが開業なさるその日から、治療の上での失敗は許されません。

驕ることのない様に、常に思いやりの心と配慮、こういった謙虚さが治療を行う上で最も重要になってまいります。従って何の恐れも抱かずに、安易に治療行為を行ってはならないという事で、患者さんの痛みを想像できなければ、人の体は治せないと言われます。患者さんの一挙一動は、その病状を私たちに教えているのですから、その患者さんの痛みを知ってこそ、深い信頼関係が生まれてくるものと思います。従ってこれから先、皆さんは、患者さんを通して、毎日が勉強という、この気持ちを忘れることのない様に心掛け、患者さん一人一人の声に耳を傾けて、治療を行う様にしてください。

また、患者さんの病状に対して、疑問が生じた時には、その日の内に医学書に目を通し調べて、

- ・この疾患は、必ず治る。
- ・この疾患は、経過によっては治療を中断しなければならない。
- ・この疾患は治療が出来ない。

以上のことによく注意を払って治療の適応としなければなりません。

また、私たち自身が特に気をつけなければならない三つのことがあります。

一つ目は、自分の言葉に責任を持つことです。

言葉は両刃の剣です。話す言葉次第で患者さんに安らぎを与え、又一方では、患者

さんの心を傷つけもします。相手の身になって話すことです。

このことをしっかり自覚していただきたいと思います。

二つ目は、自分の行動に責任を持つことです。

患者さんの声に素直な心で耳を傾け、よく聞き、よく触れ、よく話し合うことが大切です。

三つ目は、自分の人格に責任を持つことです。

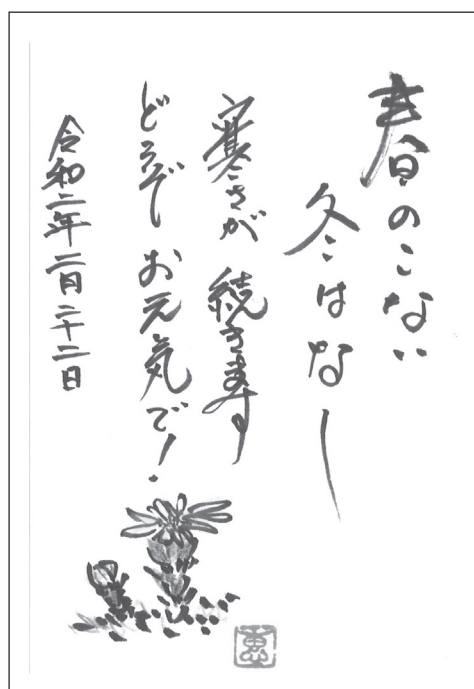
「治してやった」と思う人は、増上慢に陥り、患者さんに嫌われてしまいます。謙虚とは、素直で慎ましいということですが、この気持ちを忘れることのない様に心がけながら自分の仕事に誇りと責任を持って、ぜひ、深みのある先生になられることを願っております。

長生上人のお言葉に、

「邪見驕慢にならぬように、我が身を振り返り、日々精進」とあります。このお言葉を皆様の卒業に当たっての贈る言葉とさせていただきます

本日は、御卒業おめでとうございます。

修伽先生は、自分は卒業式に参加できないかも知れないと考えていたところ、香川県の小畑先生の奥様からのお手紙(右)により元気をもらい、無事卒業式に参列出来たそうです。



祝 辞

昭和大学病院 臨床病理診断科教授 福地邦彦



62期の皆さん。ご卒業おめでとうございます。長生学園での3年間の勉強はいかがだったでしょうか。この学校のとても大きな特徴は、親子程年の離れた、また様々な人生経験を持ったクラスメイトと共に生活をする事ができたことだと思います。大人になってから、このような素敵な経験をする機会はなかなか無いですね。

この環境で、資格を取るための知識や技術の習得に加え、人間力も随分ついたと確信しています。若い世代は3年間でその何倍もの経験ができ、また、年配の人にとっては若い世代と一緒に学習機に向かうことが新鮮で楽しかったでしょう。人生経験が豊富な分、勉強法も上手だったかもしれません。

私が担当した科目は西洋医学の病理学でした。授業では、試験の対策のみで無く、実際の現場で役に立つようにと、範囲をこえた内容もたくさんお話ししました。そんなときも興味をもって聞いてもらうことができたときには、やりがいを感じ、また嬉しく思いました。黒板とノートのみのアナログな授業を楽しんでもらったと信じています。

さて、これから皆さんのところに治療を受けに来る人は皆、痛みを持っています。体の痛みは何にもましてヒトの心を弱らせます。助けを求めているのですが、弱っている心は普段と違った言葉や振る舞いを引き起こします。

接遇という言葉をよく聞きますね。ホテルやデパートでお客さんに気持ちよくなってもらおうようにもてなす方法です。皆さんの仕事での接遇はホテルとは少々異なります。痛みを持った患者さんに向かい入れよく話し、状態をただしく把握するためのものです。これができてこそ、問題点を正確に見出すことができ、その結果、的確な仕事が可能となります。痛みを持ったヒトと接するのはとても難しいものです。長生学園で鍛えた人間力をさらに向上させ、信頼される治療師となることを期待します。

最後になりますが、本年は突然の新型コロナウイルスの大問題が生じました。卒業生ならびにご臨席の皆様には特に健康に注意したうえで、ご活躍をお祈りいたしまして、私からのお祝いの言葉とさせていただきます。

本日は誠におめでとうございます。

送 辞

63期生 葛 西 智 子



激しい冬の寒暖差を乗り越え、春を待ちわびた花の蕾たちがそつと顔を覗かせる季節となりました。

第62期の皆様、ご卒業おめでとうございます。

在校生一同、心よりお祝い申し上げます。

先輩方から与えていただいた学びの日々。

それらは全て私たちにとって何事にも変えられないかけがいのない時間でした。

時に厳しく、時に優しく、あたたかい心で包み込んでくださった先輩方。

失敗を恐れるな、学ぶ事に貪欲になれ、どんなときも楽しみなさい、そう教えて下さったのも紛れもない先輩方でした。

つねに私たち在校生の先頭に立ち、見本となり道を示しながらこの長生学園という大きな歴史の1ページを築き上げて下さいましたね。

そんな背中をいつもいつも追いかけて続け気付いたら今日の卒業式。

果たして私たちは全てのことを先輩方から受け継ぐことはできたのでしょうか。

最高学年が旅立つ、その事実がこんなにも不安なのだと今まさに実感しております。

しかし、それと同時に私たちの中でとてつもなく大きな存在であり続けてくださった先輩方を誇りにも感じています。

四月から私たち2年生は最高学年となりこの学園を支えていく立場となります。

今度は私たちが学園を築き上げていく番です。

後輩たちを包み込み道を示していく番です。

先輩方が受け繋いできた治療師としての心を、今度は私たちが後輩へと繋いでいく番です。

先輩方に出会えたご縁に感謝し、長きに渡りご活躍されますよう、その基礎として心身のご健康が守られますよう心よりお祈りし、送辞の言葉と代えさせていただきます。

本日はご卒業、誠におめでとうございます。

答 辞

62期生 寺 崎 充 紀



冬の寒さも和らぎはじめ、多摩川の生き物たちも春の訪れを喜ぶ季節となりました。

本日は私達長生学園第62期卒業生の為にこのような素晴らしい式典を挙げて頂き、誠にありがとうございます。

また、お忙しい中ご臨席下さいましたご来賓の皆様、学園長をはじめ諸先生方並びに関係者の皆様、在校生の皆様にも卒業生一同心から御礼申し上げます。

三年前の四月、私達は様々な志を持ち全国から集まり長生学園に入学しました。誰かの役に立ちたくて来たもの、自分の夢を叶えるために来たもの、新たな分野に挑戦するために来たもの、私達は志を達成するために精進してまいりました。しかし、生まれた年代も育った環境も違う人間が集まる中で初めての医療の知識や慣れない日々が続き、家族に会いたい、地元が懐かしいと不安を抱いた人もいたことでしょう。

そんな時に、私達を支えてくれたのが先生方でした。

個性豊かな先生方はいつも優しく、時に厳しく、どんなことでも耳を傾け悩める生徒たちを導いて下さいました。そして、知識だけでなく人として治療家としての心の在り方を教えていただきました。多くの愛情を注いでいただいた先生方には感謝の気持ちでいっぱいです。

そして、ともに笑いいくつもの課題を乗り越え励まし合ってきた仲間達があります。決して楽しい思い出ばかりでは無かったはずなのに、今では仲間達の笑顔ばかりが思い出されます。

本日無事に卒業の日を迎えられたのもひとえに皆様の支えがあったのことに深く感謝しております。

平成が終わり令和という新しい時代を迎えました。記念すべき令和最初の卒業生となる喜びをかみしめています。長生学園の長い歴史を振り返ると昭和平成と平たんな道のりではなかったと思います。様々な困難を乗り越え、偉大な先輩方がつないでくれたバトンを、私達は受け継ぎました。

長生学園の卒業生という誇りを胸にそれぞれ道を進んでまいります。

在校生の皆様には、日々新たな文化が生まれる時代の中で、長生学園の良き伝統を次の世代に繋いでいくと共に有意義な学園生活を送られることをお祈り致します。

最後になりましたが、今まで私達を温かく見守り教え導いて下さいました多くの方々へ感謝を申し上げますと共に、今後ともご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。長生学園の益々の発展と皆様のご健勝ご多幸をお祈り致しまして答辞の言葉とさせていただきます。

宗 教 編

法 話

得勝寺本莊一治



前回は、阿弥陀如来さまの世界につきまして、法蔵菩薩さまが仏道の修行をされておりましたが、そうした中、師仏とされる世自在王仏さまにご縁をいただき、いろいろなご指導の中で、現世において苦悶する人々をお救いしてさしあげる為のご誓願、四十八の願をおたてになられ、菩薩道を重視された件について記述させていただきました。

その中で、第十八番目の誓願が中心の願であるとされ、今回は、その十八願の内実について説明させていただきますが、その前に、この四十八願を成立された背景として、現世の中で困惑し悩みに沈む庶民を救済する為の誓願を実現する為に、法蔵菩薩さまは「五劫思惟の願を立て」とありましたが、その五劫にわたっての思惟とは、いかほどの年数かということですが、

1. 五劫思惟の願について

この「劫」ですが、一般的には皆さまもご存知のように数字でいいますと、一、十、百、千、万、億、兆、京、垓ですが、その次がこの「劫」なのです。

先にもふれさせていただきましたが、阿弥陀如来さまが、仏さまになられる前、まだ法蔵菩薩さまと言われ悟を求め修行をされておられました折、世自在王仏さまにお会いされ、数多くのみ教えをいただき、その中で、あらゆる煩惱に沈む庶民を救うという立場に立たれ、その世界を築きあげる為、五劫という永い間、思惟し、この期間の思惟の結果、四十八の願を設立された、と言われていたのです。

そこで、この「劫」ですが、大変長い時間を示していますが、時間の単位につきましてはいろいろな解釈がありますが、例えば、

(一)、四十里の石山を長寿の老人が、百

年に一度ずつ、やわらかい衣服でなで、その為に石が摩滅して山が崩壊するを一劫と言う。

(二)、四十里の大きな城に、芥子の実を充満させ、長寿の老人が、百年に一度きて、実を一つ取っていき、やがて全部取ってしまうを一劫と言う。

そして、さらには、次のようにあります。

(三)、四十里四方の大きな固い岩があります。その岩の上に三年に一度、天女が舞い降りてきます。そのとき、軽い軽い天女の羽衣と岩がこすれて、確実に岩の表面はへります。そして、この四十里四方の岩は、三年に一度の天女の羽衣との摩擦ですべてがなくなってしまった時、それを一劫というのです。とあります。まことに普通ではありません。阿弥陀如来さまのご誓願の世界とは、煩惱具足の凡夫をお救いくださるという廣大無辺お慈悲豊かな世界であることを表していると言っているのではないのでしょうか。

したがって、「五劫」とありますが、まさに、罪悪深重の凡夫を救わんがために、考えに考え抜かれた時間が「五劫」という想像を絶するほど長きにわたったとあるのではないのでしょうか。

逆にいいますと、あらゆる衆生を救うとありますが、その衆生の世界は苦しみ、悩み、迷いの深い生活が根元にあり、そうした人達を救うということが、いかに大変であるかを表されている、といってもいいと思います。

こうした中、親鸞聖人さまは、阿弥陀如来さまの「五劫思惟の願」に謝意をこめ次のように御述懐されておられる、と『歎異抄』の中で親鸞聖人さまの真弟子で、この抄文

の著者であられた唯円房さまは次のように記述されておられます。「聖人のつねのおおせには、(弥陀の五劫思惟の願をよくよく案ずれば、ひとえに親鸞一人がためなりけり。されば、そくばくの業をもちける身にありけるを、たすけんとおぼしめたちける本願のかたじけなきよ)と御述懐そうらいし」とあるのです。つまり、(阿弥陀仏が五劫という無限の時間をかけて思索し、成就された本願をよくよく考えてみますと、それはただひたすらこの親鸞ひとりを救うためのものでありました。思えば、はかりしれないほどの罪や悪をもっているわたしを、救わずにはおれないと思い立たれた本願のなんとかたじけないことでありましようか。)とあるのです。この中で、「弥陀の五劫思惟の願を、よくよく案ずれば、ひとえに、親鸞一人がためなりけり」とあるのです。つまり、「阿弥陀如来さまのご誓願は、私親鸞一人の為にあるのです」とあり、普通ではありません。

阿弥陀如来さまのご誓願といえは、「この世で苦しみ悩む、あらゆる人々を差別なくお救いくださるのが、阿弥陀如来さまのご誓願なのです」というのであれば、納得できますが「ひとえに、親鸞一人がためなりけり」とあるものですから、一寸、納得することができません。

では、何故、阿弥陀如来さまのご誓願はあらゆる衆生をお救いくださるために、誓われた願でありますのに、「ひとえに、親鸞一人がためなりけり」とあるのでしょうか。

その背景には、一体なにがあったのでしょうか。『歎異抄』の中では、その背景として、お釈迦さまのみ教えを伝承していただきました七人のご高僧さま、その中の五人目に当たる善導大師さまが、ご著書である『散善義』の中で、次のように述べられています、と『歎異抄』の中に、ひきつづき記述されております。

「善導の(自身はこれ現に罪惡生死の凡夫、曠劫よりこのかた、つねにしずみ、つねに流転して、出離の縁あることなき身としれ)〈散善義〉とあります。意味的には、

(このわたしは、現に罪惡をつくって生死の迷いを重ねている凡夫であります。はかり知れない遠い過去の世から今にいたるまで、つねに迷いの世界に沈み、また流転をくりかえし、永遠に抜け出す手がかりさえもっていない身であることを知らねばなりません。)とあるのです。

したがって、親鸞聖人さまは、この善導大師さまのお言葉を「金言」として受け止められておられます、と唯円房さまは『歎異抄』の中で明示されておられます。

そうした意味では、親鸞聖人さまはご自身を「愚禿親鸞」、さらには「煩惱具足の凡夫」である、とご自身をふまえられております。

したがって、親鸞聖人さまはご自身を「わが身は優れており、阿弥陀如来さまに賞讃され(親鸞一人がためなりけり)である」とあるのではなく、「親鸞一人がためなりけり」とは、決して他の生きとし生けるものを排除し、顧みないという自己中心的な考え方ではないのです。すべての人びとが、このわたしと同じく阿弥陀如来さまのご本願にねがわれているのですよ、という力強い思いがこめられているのです。

したがって、親鸞聖人さまのお弟子であられた唯円房さまは、「親鸞一人がためなりけり」とある、わたし一人のためのものである。この言葉にこめられた親鸞聖人さまの主観的な受けとめ方(決意)こそが信仰の上では重要である、と確固として受け止め、私共にさとされておられるのです。

では、唯円房さまは、さらに親鸞聖人さまのみ教えをどのように把握されておられるのでしょうか。次回、また述べさせていただきます。合掌

応急手当の知識と実際 その2

長生学園 講師 星 虎 男



(3)飲み物

救急の傷病者には、原則としてジュースやスープなどの飲み物は与えない。アルコール類も、与えてはならない。

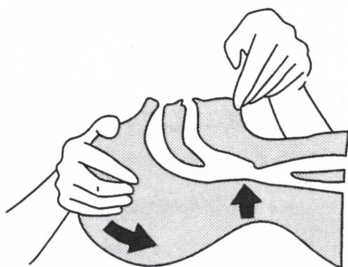
ただし、サウナなどで体調が悪いのに無理に長時間入りすぎたといったようなとき、大量の発汗により脱水症状をおこすことがある。この症状は、日射病と同じ症状で、きわめて危険な状態である。アルコール類を多量に飲んだあとにサウナに入ることも、心臓に負担をかけるので危険である。このような場合には、水分を補給しなければならない。

6. 応急手当の実際

(1)呼吸が止ったときの手当

一刻も早く、人工呼吸をおこなわなければならない。意識がない場合には、気道の確保がきわめて重要になる。したがって体位の工夫もなされなければならない。

図-4 気道の確保



人工呼吸は、さまざまな方法が考案されているが、もっとも一般的な方法としては、呼吸吹込み法すなわち「マウストウマウス法」

があげられる。

この方法では、まず図-4のように傷病者を仰向けにし、下あごを引き上げ、頭を後ろに反らして気道を確保する。一方の手で傷病者の額をおさえる。もう一方の手の親指と他の指を使い、傷病者の鼻をつまむ。

自分の口を傷病者の口にかぶせ、息を強く吹き込む。ちょうど、ガラスのコップに口をあてて息を吹き込む要領でおこなう。傷病者の胸がふくらむかどうか確かめ、さらに口を離して、自然に息がでてくるのも確かめる。そして、自分の頬や耳を傷病者に近づけて、呼吸や胸の動きを見て、人工呼吸が効果的におこなわれているか確認する。

最初は、静かに大きく連続して2回ほど息を吹き込み、その後は、大人の場合は5秒に1回くらいのリズムで吹き込む。これは、呼吸を回復するか、それとも医療機関に到達するまで、根気よく続ける必要がある。すぐに効果があらわれないからと、あきらめてしまわないことである。

喉に異物が詰まっている場合には、気道もふさがっていて空気が入りにくい。異物をすみやかに取り除かなければならない。

湯舟や水そうなどでおぼれるということもありうる。その場合は、一刻も早く気道を確保し、まず水を吐き出させてから人工呼吸をしなければならない。胃の中に大量

の水を飲み込んでいる場合で、人工呼吸が実施しにくいときには、傷病者を横向きに寝かせ、上腹部すなわちみずおちのところを強くおさえる。これで水を吐き出させることができる。このあと、人工呼吸をおこ

なうようにする。

しかし、肺に水が入ってしまった場合は、その水を応急手当で抜き出すことはなかなか難しい。そのまま、人工呼吸をおこなうようにする(図-5)。

図-5 人工呼吸法



(2)脈が止ったときの手当

脈が止った場合には、心臓マッサージが必要である。図-6のように、傷病者を仰向けにする。そして両手のひらを重ねて、傷病者の胸骨にあてる。胸骨を数cmほど押し下げ、これをくりかえして心臓マッサージをおこなう。ただし、子供の場合は、あまり強く圧迫を加えると胸骨や肋骨が折れることもあるので要注意である。

心臓マッサージは、図のように人工呼吸とあわせておこなう。傷病者が成人の場合、心臓マッサージ15回に人工呼吸2回が1サイクルとなる。

図-6 心臓マッサージと人工呼吸



(3)出血したときの手当

出血の場合は、ただちに止血をしなければならぬ。ただし、指先を切って出血したからといって、指の根元を輪ゴムできつくまいてしぼるなどということは絶対にしてはならない。

人間の血液量は、体重1kgにたいして80mlほど、すなわち体重の13分の1である。体重60kgなら、血液の量は4.8ℓほどである。人間は、全血液量の約3分の1が失われると、生命が失われる危険があるといわれるから、体重60kgの人であれば1.6ℓ、200mlの牛乳びん8本分の血液を一時に失うと生命に危険が及ぶことになる。

このような血液が出るというのは、動脈がやぶれた時などに限られ、鼻血程度では出血そのものは心配するには及ばない。

止血の方法としては、「直接圧迫法」と「間接圧迫法」、それに「止血帯」とがある。

①直接圧迫法

きず口に清潔なガーゼや布をあて、その

上から手で直接に圧迫する。また、ガーゼの上から包帯を巻いて圧迫する方法もある。

(図-7)

図-7 直接圧迫法



②間接圧迫法

きず口を直接圧迫するかわりに、血管を圧迫することで、血液の流れを止める指圧法である。直接圧迫で止まらないときに効果的である。図-8は、股のつけ根にある鼠径動脈を手のひらで圧迫して止血しているところである。このような、指や手で止血できる止血点は、図-9に示すように動脈にそって数箇所ある。もちろん、この方法は長時間おこなってはいけない。救急車が到着するまでの、あくまでも短時間の応急手当と考えるべきである。

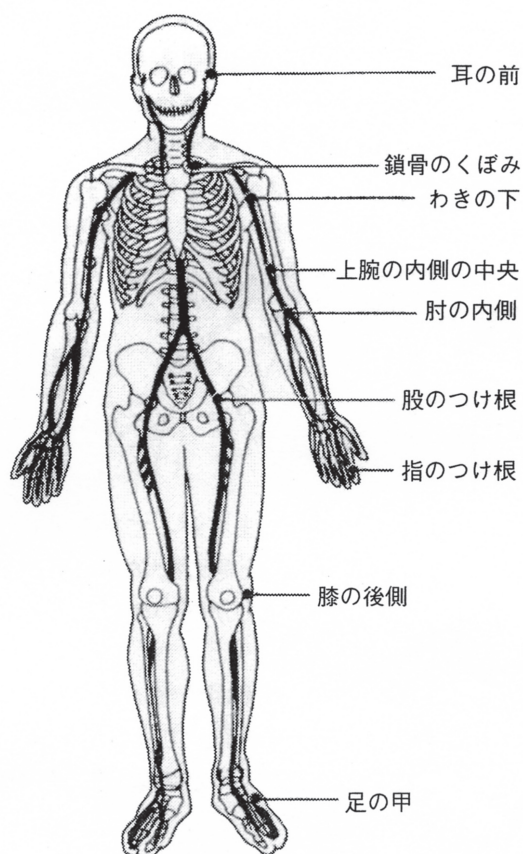
図-8 間接圧迫法



なお、医師のもとに出血した傷病者を運ぶ場合、出血している部分をできるだけ高い位置にすることが原則である。これはエ

レベーションすなわち心臓より高いところに傷口を置くということである。

図-9 間接圧迫止血動脈と止血点



③止血帯

出血したところより心臓に近いところをしばって、出血を止める方法である。包帯を使用するのが原則である。ただし、長時間この止血帯をするのは危険である。30分ごとに包帯をゆるめるなどの処置をする。

つづく

「頸肩部・上肢」について パート2 2019年7月28日 中央支部定例会報告

講師 横山 恭寛先生 土肥 二郎先生

昨年6月の中央支部定例会に引き続き7月も横山先生、土肥先生にお願いしました。今回は土肥先生がメインで横山先生がサポート役に廻りました。

「頸肩部・上肢」と言う事で、梅雨時から夏にかけて今年は梅雨が長かったせいか、上肢シビレ頸肩部の痛みギックリ腰などの症状を訴える患者が特に多く見受けられました。

そこで本日は「手のシビレ・上肢違和感のある患者」の治療を行います。治療に当たり重要視しているのは「頸腕症候群」の治療(長生の芽6号)と「上肢下肢の神経分布」の資料(毛里先生がまとめてくれた)を参考にしている事です。

I 検査(頸から肩背部)

1 医学的検査 (スクリーニングテスト)

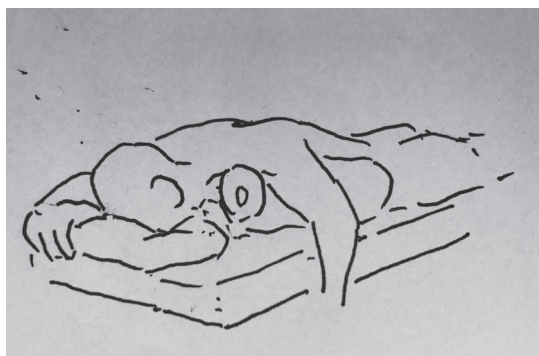
座位にて患者の頸椎の椎骨側部を術者が両母指にて固定し左右に回旋し動き痛み方を調べる。

2 長生医学の頸椎検査法

3 頸椎. 胸椎を触診しねじれを調べる。

II 治療(例)患部左側

ベッドに伏臥位になってもらい胸の下に胸当てなどを入れ、さらに左肩上腕部の下に座布団やタオルケットなどを入れて高くしてもらう。



肩上肢の下に入れる事により頸肩上肢の緊張が取れてリラックスできる。

- 1 背部、特に脊柱起立筋を緩める
- 2 肩、肩甲間部を緩める
- 3 頭側から肩を緩める

(僧帽筋、菱形筋、肩甲鋸筋などを中心に手掌全体でとらえる)

- 4 頸を緩める(両側)

患者は枕に額を付けてもらい、術者は患者の頸を手掌で把握し四指は固定し母指にて頸椎特に神経の出口辺りを緩める。

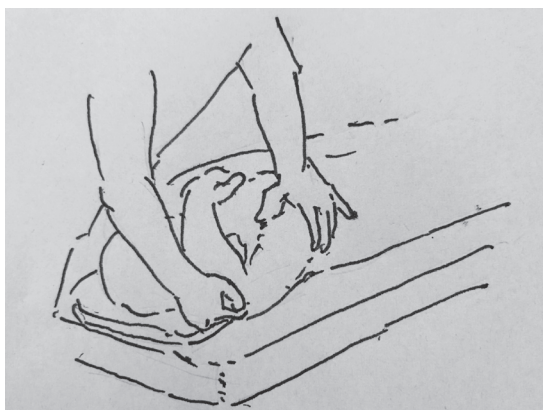
- 5 伏臥位にて左肩上肢の下に入れた座布団を取り、左上肢を胸の前に通して右上肢の方に持っていき左肩甲間部を開く、術者



は患者の頭側から両手母指にて左肩甲骨内縁を押し開く様に緩め伸ばす。

6 患者は伏臥位で顔を左側に向け

左上肢を頸又は頭に手掌をつける様に肘を曲げ、術者は患者の頭側から右手で患者の肘を持ち左手掌(手根部)を患者の肩甲骨内縁側に当て術者の右手を手前に引くと同時に左手で肩甲骨を押し開く様に伸ばす。



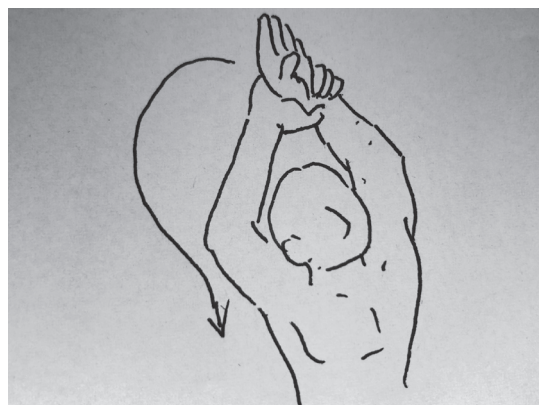
7 伏臥位による下頸矯正

患者は伏臥位のまま左に顔を向け、術者は患者の頭側やや右に位置し左手で患者の右頭部を固定し右手手根部にて下頸7番1番を手前から押す(引く)様に矯正する。



8 治療後患者にアドバイス

(左上肢のストレッチ)患者自身でバンザイし患側左上肢の手首を右手で握り、患側上肢を上にはっきりながら右側に重心をかけ左肋間部を伸ばす様に大きく上から円を描く様に前に持ってくる(数回行う)



まとめ

以上の治療を行う事によって辛い手のシビレ、上肢の違和感の症状が改善し患者に笑顔が戻り明るくなります。

前回の横山先生の「膝頭による胸鎖関節の矯正法」及び「母指・示指による後頭骨の矯正法」も今回の土肥先生の「手のシビレ、上肢の違和感の治療法」も毎日患者さんと接し、学校で習った事、師匠や他の先生から教わった事を考えながら治療してきた結果です。

長生会員の若い先生方も長生医学を信じて治療して下さい。きっと出来る様になります。頑張りましょう。

以上

随想編

「わがまま」

62期 卒業生 板橋 敦子



長生学園での三年間は、離婚騒動と自己実現、育児への苦悩抜きには語れない。入学当時、わが家は、一年の三分の二を仕事で不在にする夫、小学校一年の娘、三才の双子の男児という構成だった。娘は「孤育て」だったし、息子たちが生まれてからも状況は変わらず、成長を慈しむどころか「地獄」と思う日々だった。一生できる仕事を手につけよう、自立して三人の子を育てようと決意したのを覚えている。

最初の一年はとにかく必死だった。満員電車のなかで押しつぶされそうになりながら、各章ごとに切り離した教科書を読み込んだ。二年目は学校生活にも少し慣れて気が緩んだのか、それまでの無理がたたったのか、体調不良に悩まされた。心身ともに不安定で自暴自棄になりかけていた。このままでは人として腐ってしまうと思い、今まで積極的に関わろうとは思わなかったタイプの人にも思い切って声をかけてみたりもした。

これが転機だったように思う。それまでは自分の枠にはまって物事を捉えていたが、周りの人たちの思考回路を想像して、この人だったらこの事に対してどう思うのだろうか、どう行動するだろうか、と、想像しながら、違う視点で物事を捉え、行動してみることにした。ひとまず、行動である。

困ったとき、行き詰まったときも、些細なことかもしれないけれどもあえて口に出してみた。他愛ない会話から、気付けば掘り下げられていく課題や、目からうるこのひらめき、何でもいいから話すことで気持ち

が軽くなることがあるのだなあと感じた。そんなこんなで過ごしていると、捨てる神あれば拾う神、という言葉を身近に感じたのを思い出す。

人は、幾つになっても変われるのだと思う。ただ、それは心から自分が望み、望むからこそその悩みを経て実現するのかもしれない。変わってもいいのだと、自分に言い聞かせることも必要なような気がする。

自分の気持ちに蓋をすることを止めようと思ったときに、最後の望みをかけて夫へ気持ちを打ち明けた。それまでは、良かれと思って相手の気持ちを満足させることを考えていたように思う。そうすることで不満がつのっていたのだと思う。今にして思えばなんと奢った考えだったかと気付くが、自分の人生を自分の路と捉えて進むことはわがままではない。このことに気付かされてからようやく、我が子のわがままと理解できるようになったと思う。

この3年間は私にとっては夢のような時間だった。先生方やクラスメート、少なくとも80名近くの人たちと毎日当たり前のように顔を合わせることで共有した時間は、私に多様な人生を追体験させてくれたと感じている。

子はかすがい、かもしれない。今この瞬間に生きる我が子を通して、日々、生き直しをさせてもらっている気がする。先のこととはわからないけれど、しばらくはこの時間を大切に歩んでみようと思う。

長生で学んだ事

62期 卒業生 松本 拓也



平成から令和へ、新たな時代の幕開けとなった今年、晴れて卒業を迎える事が出来ました。

治療師になる事を志してから今に至るまで、決して楽な道ではありませんでした。厳しい道を選択する事への家族の理解、学費の捻出、生活との両立など、様々な課題を解決してこの長生学園に入学し、それからも勉強や試験に追われる日々を過ごしました。そのような中でも目標を見失わずに今日を迎える事が出来たのは、たくさんの人の支えがあったからです。

3年前、私は人の為になる仕事がしたいと思い、この長生学園へ入学しました。私の育った町はいわゆる田舎で、高齢者が多く、医療体制も充分ではありません。通院の為に車で2時間かけて病院に行くということもしばしばあります。そのような環境で、不安な事を気軽に相談出来る身近な医療として、正しい知識を伝え、適切な治療へと導けるような治療者になりたいと考えました。

学校生活を送る中で、学校の同級生や先生方は、いつも体調を気遣ってくれたり、いろいろな相談に乗ってくれたり、勉強に集中出来る環境を作って頂きました。また、修伽先生は、腱板損傷や大動脈解離、術後の嘔声といった数々の大病を乗り越えて、体調が優れない時も全力で私達に長生を教えて下さいました。そのお姿に、諦めない心と、治療師として患者様に施術させて頂くことの責任の重さを学ばせて頂きました。国家試験が近づき勉強が大変な時、クラス

の人が頑張る姿に勇気を得られ、将来の目標や進路についてお互いに話し

合うことで、自分が目指すものへのモチベーションを維持する事が出来ました。何か悩みや不安がある時、同じ境遇で気軽に話せる人が側にいれば、話すだけで気持ちが軽くなります。また他の人の悩みを聞くことで、辛いのは自分だけではないのだと感じられます。当たり前と思われる事ですか、人と共に生きることで楽になるものもあるのだと気付く事が出来ました。日々、豊かな人間性を持った人達と接し、その立ち振る舞いを見ていくうちに「相手の辛さを共感し、思いやる事が優しさに繋がるのだ」と身をもって実感しました。人間関係の希薄化が問題視される現代、その環境の下で育った私が、人と人との繋がりを大切にすこの長生学園で学ぶことが出来て本当に良かったと思います。

これからは、いよいよ臨床の現場に立つ事になります。他との競争、新たな場所での人間関係、考えると希望より不安が大きく、実際に険しい道となります。しかし、だからこそ長生学園で学んだ「当たり前と思われている事に感謝と関心を持つ心」を忘れずに持ち続け、理不尽な事にふてくされず、人を見下すことなく、与えられた学びの機会1つひとつを大切にしたいと思います。

今まで支えて下さった皆様、本当にありがとうございました。これから1人前の治療者になれるよう日々精進して参ります。

悩みや疑問、気軽に聞いちゃおう ～みんなで作る“長生知恵袋”～ 第35弾 ～貴重な体験もほどほどに～

新年会で多くの質問をいただきました。最近、会員の関心の高さを感じます。特に多かったのが、新年号の「簡単で単純で効果的な治療法」について、どこに手をあてて、何を探せばいいのかわからない。本当に力は要らないのか？です。僕は、大村先生から教わった事を何度も何度も繰り返しているうちに、なんとなくわかってきました。

ポイントを探る時は、患者さんに身体の変化があるか聞きながら操作しています。呼吸が浅い方なら、プラーナを送りながら鼻から空気が吸いやすいか？お腹まで空気が入るか？など質問して、身体の変化を確認してプラーナの滞っているポイントを探ります。

見つかると、そのポイントからゆっくりとプラーナをおくるようにしています。



私も、プラーナを送りながら、頭蓋骨や呼吸の変化を確認することはもちろん、関節の可動性や組織の緩み具合、皮膚の浮腫や艶、脈や目の輝き、歪みの変化など、全身の変化を観察しながらポイントを探ります。

でも、簡単に見つからない時もありますね。

秋の医学会の後に横山先生の治療を受けた時、始めのアプローチはかなり時間がかかり痛かったので、苦労をかけて申し訳ないと思いました。

あの時は人生最悪の体調で(笑)当日は38℃の発熱、一週間前から喉が痛く、2～3日前から扁桃腺が腫れて咽頭を塞ぎ、食事が喉を通らず、頭痛とタンで眠れず、医学会と理事会が終わってからは、ついに水さえも飲むと鼻から出てしまい…。横山先生とお会いした時は、唾液も呑み込めず口から出していました。

身体がだるく、思考力もなくなり、座っているだけでも苦痛な状態だったので、施術のポイントを見つけるには高難度の患者だったと…。

そんなにひどかったんですか！？…よくそんな状態で発表も理事会も全うされましたね(汗)無理すぎです！！

大村先生の後頭骨を検査した時は、おそらくリンパの腫れがかなり厚い壁になっていたので、プラーナをブロックしている所に入り込むのに、リンパの壁のわずかな隙間を探すと、指を奥くまで入れる事に時間と力が必要でした。



私なら化膿性疾患の患者さんは治療しませんが(笑)あまりに身体が辛かったのと、横山式でプラーナのブロックを外してもらったら、どこまで自然治癒力で回復するか興味があり、治療をお願いしました。

ポイントを捉えるまで時間がかかっていたようですが、ほどなく患部をピンポイントで捉えたのを感じました。後頭骨の奥の方に指が届くと、渋滞していたプラーナがすぐに循環をはじめ、身体が足の方から暖かくなってくるのが分かりました。矯正の後は、それまで唾液も呑み込めなかったのに、ビールがゴクゴク飲めるようになりました。刺身と寿司も喉を通り、なんと数日ぶりに食事を取ることが出来ました。横山先生の卓越した技術とプラーナに脱帽です。

何しろあの時は大村先生に「美味しいお寿司を食べさせてあげたい」という気持ちが全てでした。治療テクニックの事なんか何も気にしていませんでした ^_^



いわゆる「火事場の馬鹿力」、非常事態に直面した時、顕在意識より潜在意識が優位に発揮された状態です。
エネルギーワークを看護に取り入れているゴールデンウエスト大学看護部の橋本ルミ教授は「気は人の思いについてくる」と言っています。
横山先生の余計な顕在意識を排除したニュートラルな精神状態と、ただ患者さんを楽にしてあげたいという純粋な思いが、自在に潜在意識を優位な状態にセットし、プラーナを活性化するのだと思います。



実は、次の日、北海道に帰って病院に行ったらそのまま強制入院に(汗)。
「扁桃腺周囲膿瘍をこじらせたら窒息する可能性も。よく寿司が喉を通ったね」と驚かれ、うどん1本に30分かかる私を見ていた家内も「そんなパパを泡盛まで飲めるようにした横山先生って何者？」と不思議がっていました(笑)。
抗生剤48時間分の効果を、横山先生は数分で起こしたのですから、改めて長生のすごさを再認識した体験でした。

毎日後頭骨の治療をしていると、四指をそのポイントに到達させるには高度なワザが必要である事を感じます。研修生に同じポイントを押し込ませても、10年生と1年生では全然違います。やはり経験の差、気持ちだけでは届かないのです。



確かに、横山先生も宮崎先生もキャリアでプラーナの感覚入力が出来ているのだと思います。しかし経験が浅い時はそう簡単にポイントに手がいかなかったはず。技術的には、圧力の強弱だけでなく、指を置く位置が一指紋ずれても届かないので、ポイントに届いた感覚を入力するまでが大変だと思います。



修伽先生が、新入生の背骨を診て、個々の性格や癖、趣味、嗜好、既往歴はもとより生活習慣や将来の病気まで言い当てていました。
「プラーナが教えてくれる」と仰っていましたが、今思うと背骨や身体に現れる潜在意識のシグナルを読んでいたと…。プラーナの感覚を入力するということは、ある意味「潜在意識の声を聞く」ことではないでしょうか。

意識を木に例えると、顕在意識は枝葉、潜在意識は幹です。つまり脊椎という体の軸は、身体だけでなく、心の軸なので精神状態もごまかせません。例えば、胆嚢中枢の右季肋部に圧痛を捉えた時は、怒りやイライラが蓄積していると分かります。患者さんが「ストレスはない」と言っても、潜在意識のシグナルは隠しようがありません(笑) こうした潜在意識の声を手で感じ取れるようになると、ベテランが口を揃えて言う「手が自然に患部に行く」ようになると思います。

潜在意識の声を聞くためには、経験を積んで“触診力”を磨くことですね。



経験だけでなく、プラーナと仲良くなれば、より早く捉えられるようになると思います。日頃の振動法や呼吸法で、より早くプラーナと仲良くなれるはずですよ。



長生上人は「人は誰でも修練さえ積みれば、沢山プラーナを蓄えることが出来ます」とおっしゃいました。





あきらめずに続ければ、次第にプラーナと親密になり、感覚をつかみやすくなります。人一倍不器用で鈍感な私が言うのですから間違いありません。Happiness (幸福)、Joy(喜び)、bliss(至福)は、プラーナと親密な心理状態だと思います。

長生のレジェンドを見てください。
長生への喜びが人を魅力的にしているのが分かると思います。
プラーナ矯正法を考案した、故山下幸一郎先生は笑顔で「生きてれば辛いこともあるけど、幸せだ～って言うていけばいいんだよ」とおっしゃいました。
長生という仕事に使命感を持ち“幸せと喜びを感じる”ことは、キャリア以上に大切な要素かもしれません。

他に多かった質問が『術者は何を意識する?』です。

以前、大村先生に「捉えた箇所をコントロールできれば、硬い背骨をガリガリ操作しなくても、頭蓋底から術者の意識を入れるだけで、簡単に背骨の歪みが取れます」と言われた事を思い出しました。
私はそのまま素直に実践していますが、意識とは何かが説明できません。



ポイントを見つけた後ですね。

患者さんと術者のプラーナを同調させます。プラーナを通して、患者さん自身の自然治癒力で背骨の歪みを治す手助けをするのが術者の意識の役割です。
しかし、簡単に同調する患者さんもいれば、なかなか同調しない患者さんもいます。そんな時はつい焦りで力みが生ずるのですが、プラーナは厳密に言えば潜在意識のエネルギーです。強い意識で優位になるのは顕在意識で、逆に潜在意識が薄れエネルギーは弱まります。リラックスかつ集中という顕在意識と潜在意識のバランスが大切だと思います。

患者さんとのつながりの中で、「意識する」のではなく、「意識しない」フラットな状態の体験を積むことが大切ですね。



最も重要なことは“プラーナを信じる”ことではないでしょうか。
プラーナは信じる力が強いほど強く作用します。
例えば、スプーン曲げのコツは「スプーンは固いものという先入観をなくす」そして「スプーンは柔らかくて曲がるもの」と潜在意識に落とし込むことだそうです。
長生上人曰く「常に”正思念”を持って施術にあたらねばならない」と
術者の意識が「本当に骨が動くのだろうか？」では動かないと思います。
プラーナの存在を疑っているのは論外、私は「動かないわけがない!」と治療しています(笑)
宋の儒学者 張載は、「気のありかたは人間性と関わる」とまで言っています。
治療させていただき、楽になっていただきたいという強い気持ちがプラーナとなり、おごりが出た時、気は止まる…耳の痛い言葉です(笑)。
横山先生のような真っ直ぐな肯定的思考が、潜在意識とプラーナを味方につける最たる方法であることを学んだ、貴重な治療体験でした。
病気にもなってみるものですね♪

実験もほどほどに!!あまり無茶しないでくださいね…(汗)。



長生会便り

=本部案内=

【長生治療院検索サイト】のご案内

～長生一般会員の掲載について～

日本長生医学会 総務部

長生医学会では広告活動の一環として、【長生治療院検索サイト】を認定師の認定取得費によって立ち上げ、認定師の治療院情報や各ホームページへのリンク等を掲載しています。閲覧数は年間延べ6万人ほどに上り、新規患者数が増えたとの声も届いています。

この度このサイトに、一般会員の先生方でご希望の方には「氏名」「住所」を無料で掲載できることになりました。ホームページへはリンクしませんが、ぜひご活用ください。

長生が広く社会に認知されますよう、より多くの情報を掲載できればと考えております。

ご希望の先生は、以下の要領でお申込みください。

対 象 : 一般会員の先生方 (希望者のみ)

掲載内容 : 一般会員の先生方の「氏名」「住所」

掲載サイト : <http://chousei-kensaku.com/> 【長生治療院検索サイト】

申請方法 : 長生医学会事務局 (045-521-7486) に、お電話ください。

掲載サンプル

※まだ掲載されていない認定師の方は、この機会にぜひご連絡ください。

※認定師への登録をご希望の先生は、ご所属の連合会長・支部長へご相談下さい。

☆「長生医学PR冊子」を進呈します！☆

「長生医学PR冊子」をご存じですか？

総務部の尽力で作成されたPR冊子は、長生医学の精神と治療法、脊椎と病気の因果関係、長生学園と長生医学会の紹介、更には患者さん目線からのQ&Aなど、長生医学の特性が高いクオリティーで紹介され、多くの会員が治療室で患者さんに長生医学を理解していただくツールとして利用しています。

広報部ではこのPR冊子を活用し、広く外部に向け長生医学をPRしようと計画しています。その一環として、「長生医学PR冊子」の無料配布案が、平成28年4月の定期総会で可決されました。

については、他団体での講演や学会へのご参加、市民公開講座開催、イベントや地域での交流、町内会や学校行事など・・・パブリックスペースで**長生医学会会員以外の方にPR冊子を配布**する機会のある先生は、お電話、FAX、葉書、メールで広報部大村までお申し出ください。

必要部数を本部事務局より送付し、

送料・PR冊子料（100部5,000円）は広報部で負担させていただきます。

但し、治療室での使用目的には適用されません。あくまでも公的なスペースでの配布に限定させていただきますことをご理解下さい。

<記>

■**お申込み条件**：長生医学会会員以外の方に、公の場でPR冊子を配布出来る先生

■**お申し込み必要事項**：①先生のお名前 ②住所・電話番号

③使用目的（PR冊子を 配布する催し・イベント名・学会名等）

例) 東洋療法学校協会主催の講演会で資料として参加者に配布

例) 「食べマルシェ」という地域活性化イベントで来場者に配布

④必要部数

①～④を下記申し込み先までご連絡下さい。

■**PR冊子申込み先**：日本長生医学会広報部 大村和彦

郵便：070-0034 旭川市4条16丁目右7号 大村長生館

TEL：0166(23)0818 FAX 0166(25)7018 Mail：tulip@muh.biglobe.ne.jp

長生医学の布教伝道に命をささげられた長生上人の精神を継承すべく、皆様からのお申込みをお待ち申し上げます。

日本長生医学会広報部



1. 機関紙バックナンバーについて

対象ページ：<http://chousei.jp/topics>

なお、このバックナンバーを閲覧するには、パスワードが必要になります。

パスワード入力内に **igakukai** と入力し、送信をクリックすると閲覧可能になります。

2. 会員住所・連絡先変更窓口の開設

対象ページ：<http://chousei.jp/inquiry/change>

日本長生医学会の会員の方で住所や連絡先の変更は、こちらから依頼可能となりました。

※住所変更の方は、旧住所（郵便番号・住所・電話番号）と新住所（郵便番号・住所・電話番号）を両方記載が必要となります。

長生医学会は、今後もコンテンツの拡充を図り、ホームページを通じてよりよい情報を発信してまいります。

長生SNSについて

広報部として長生SNSを立ち上げました。

<https://www.facebook.com/groups/chouseisns/>

上記URLから長生SNSに入ることができます。

まず始めに、緑色の「+グループに参加」をクリックしてください。

「リクエストが送信されました」に表示が変わり、承認待ちの状態となります。

管理者側が長生会の名簿で確認を行い、承認されますと入会完了です。

（確認には若干のお時間をいただく事があります。ご了承ください）

尚、母体はFacebookなので、現在Facebookを利用していない会員は、Facebookへの登録が必要です。Facebookは本名での登録が基本です。現行の長生SNSで使用中のニックネームでの登録はできません。

長生SNS会員資格は下記の通りです。

- 1、長生医学会会員
 - 2、長生学園在校生
 - 3、長生寺、長生学園の教職員・関係者
- 非公開設定なので、情報が会員以外に公開されることはありません。

安心してご活用下さい。

日本長生医学会広報部

認 定 師

令和2年度認定師になられた先生
岐阜県高山市 横山 裕治先生

=支部案内= 令和2年度 長野支部 活動予定表

日付け	時	場 所	内 容
2020年			
4月19日	10:00~15:00	支部長宅	定例研究会・医学会準備
6月7日	10:00~15:00	支部長宅	定例研究会・医学会準備
6月21日			
~22日	湯田中温泉白雲楼	第29回北信越連合会医学会	中止と致します。
10月18日	10:00~15:00	支部長宅	定例研究会・医学会準備
11月7日		長生寺	第100回医学会
~8日			報恩講
2021年			
1月24日	15:00~	長野市	第35回総会
~25日	9:00		解 散

令和2年度 北関東支部年間行事計画

年間テーマ：基本操作と特別操作Ⅱ（ツールを増やそう！）

月 日	会場・時間	行事内容
令和2年 5月31日	さいたま市民会館うらわ 午前10時より	上肢・上肢帯の操作法 (疾患・症状に応じた操作法。ディスカッションを交えて。)
6月28日	会場未定 午前10時より	下肢・下肢帯の操作法 (疾患・症状に応じた操作法。ディスカッションを交えて。)
9月6日	会場未定 午前10時より	頸部の操作法 (疾患・症状に応じた操作法。ディスカッションを交えて。)
12月6日	会場未定 時間未定	胸部の操作法 (疾患・症状に応じた操作法。ディスカッションを交えて。) 忘年会
令和3年 2月7日	会場未定 午前10時より	腰部の操作法 (疾患・症状に応じた操作法。ディスカッションを交えて。)
3月7日	会場未定 午前10時より	総会 総括 (一年間の総括と具体的な疾患に対するディスカッション。)

令和2年度 北関東支部役員&特別役員

役員	支 部 長	武市 茂也 (埼玉)
	副支部長	新海 良幸 (埼玉)、沖原 博道 (埼玉)
	書 記	小田嶋 裕泰 (埼玉)、伊藤 陽裕 (神奈川)
	会 計	鈴木 秀政 (東京)
	企 画	菊永 幸雄 (埼玉)、永山 敏江 (茨城)、出井 彰 (埼玉)
特別役員	名誉顧問	登坂 博史 (埼玉)
	顧 問	小松原 加治 (埼玉)、矢代 隆道 (埼玉)
	相 談 役	生井 雄彦 (栃木)、菱山 博亮 (埼玉)
	会計監査	登坂 圭一 (埼玉)、後藤 栄一 (群馬)

=支部報告=

長野支部 第34回 総会

日時 令和2年1月26・27日（日・月）12:00～

場所 湯田中温泉 白雲楼

参加者 伊藤・金子・遠藤・寺澤・横山5名

令和2年3月26日 印刷

令和2年3月30日 発行

発行者 日本長生医学会会長 柴田政宏

発行所 日本長生医学会本部

〒230-0052 横浜市鶴見区生麦1-7-10

振替口座 横浜00240-3-2497

☎ 045-521-7486

FAX 045-504-2118

印刷所 有限会社 サン・プリンティング

〒146-0083 東京都大田区千鳥2-31-11

☎ 03-3750-6633