

長 生

令和2年 10月号

目 次

会長の言葉	日本長生医学会会長	柴田政宏	
宗教編			
法話	得勝寺	本莊一治	1
医学編			
関節リウマチ その1	長生学園 講師	星虎男	3
長生医学編			
『北長連だより2020～特集 新型コロナウイルス～』			
コロナ禍で思うこと	函館支部	越田典明	8
新型コロナウイルスを体験して	旭川支部	市村慎二	9
随想編			
追悼 福井 清孝先生	北海道	上田義博	11
前期を振り返って	1年生 昼間部	潮木円香	13
	1年生 昼間部	常松香奈美	13
	1年生 昼間部	松永春樹	14
	1年生 昼間部	今別府 誠	14
	1年生 夜間部	柏木伸二	15
	1年生 夜間部	岡部敦子	15
	2年生 昼間部	村山輝隆	15
	2年生 昼間部	市川綾乃	16
	2年生 夜間部	吉田麗人	16
長生知恵袋			17
長生会便り			
本部案内			20
支部報告			21
おしらせ			22
学園便り			23

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

九月に入り猛暑も落ち着きました。秋らしさが日に日に増して行楽の秋を迎え、GO TOトラベルが全国的に動き出し行楽地では人出が戻ってきているようです。依然としてコロナ禍にあるなか、今後感染がどのように動いていくのか懸念されます。

長生学園は二ヶ月遅れて新学期が始まりましたが、皆が感染予防に努め無事に前期を終了することが出来、事務局共々安堵しているところです。

一年生は長生の期末テストで「前期を終えて」という題で感想文を書きました。不安な気持ちを抱いて学園生活が始まり、授業終了後は速やかに下校を促しているため、実技を練習する場所が限られ三年間で技術を習得できるのか不安であるという人が多くいました。こういう時だからこそ授業時間内やうちの練習に励み、また、学園の臨床実習室や開業されている先生方の治療院で施術を受ける事も技術向上につながると伝えております。皆様の治療院に伺うこともあるかと思えます。どうぞよろしくお願いいたします。

九月から新年度生徒募集が本格的に始まりました。今年度同様ウイズコロナは続くと思われますので感染予防に努め、生徒が安心して授業に臨めるよう工夫していく所存です。

三年生の長生実技最後の授業で、修伽先生は「私は運の強い女です。私のこの運の強さを皆様に全て分けてあげます。17歳で長生上人に命を助けられ、長生の道に入って約70年、周りの人たちに助けて頂きながら与えられた道をひたすらに貫き通してきました。この様な幸せに恵まれ、仏様、ご先祖様に感謝して生かさせて頂いています。皆様も感謝の気持ちを持ってこれから先精進していただきたいと思えます。」と申されました。

煩惱の尽きない私共は、阿弥陀様の大いなる慈悲の心を持つ光明で照らされております。如来の本願を信じて全てをお任せして「南無阿弥陀仏」の名号を唱え感謝申し上げ、寿命と言う限られた時間を心豊かに過ごしてまいりたいと思えます。

合掌

宗 教 編

法 話

得勝寺 本 莊 一 治



前回は、引き続き、河村とし子さんのお義母さんとのご縁を通して、最後ですが、お釈迦さまがお示しくだされました人生の「四苦八苦」の世界について述べさせていただきました。そうした苦悶くもんの人生の中で、お義母さんは苦しみ悩みに浸り苦しむのではなく、むしろ、数多くのご縁のお陰がその背景にあって、感謝され、お念仏を称えながら、ゆとりのある生活をお過ごしくだされている、そうした様相に心うたれた、と河村としさんは語っておられたのです。こうしたお義母さまのご姿勢は、浄土真宗では、まさに「妙好人」と言われております。

では、「妙好人」とは一体何か、以前にも若干ふれさせていただいておりますが、折角のご縁ですから、今回も多少ふれさせていただきます。

一、妙好人について

その妙好人についてですが、そもそもは浄土真宗では三部経さんぶきょうと言いまして、三つの経典を主流の経典とされておりますが、その中で二番目に『観無量寿経』(略して「観経くわんきょう」)という経典がありますが、この経典の中では次のように訳されております。

「若念仏者、当知此人、是人中分陀利華。」

(若し、念仏する者は、まさに知るべし、この人は人中にんちゆうの分陀利華なり。)とあるのです。

この「分陀利華」という「華」は、そもそもは「白蓮華」という花なのです。そこで、親鸞聖人さまは、この「分陀利華」をお『正信偈』の中では次のようにお示しくだされております。

「一切善悪凡夫人 聞信如来弘誓願 仏言 廣大勝解者 是人名分陀利華」とあるのです。

読み方としては、

(一切いっさいの善悪ぜんあくの凡夫人ぼんぶにん 如来にょらいの弘誓ぐぜいを聞信もんしんすれば 仏ぶつ、廣大勝解だいたいしやうげの者ものと言えり 是このの人ひとを分陀利華ぶんだりけと名づく。)とあり、意味的には、当、『真宗長生派聖典』には次のようにあります。

(善人、悪人の別なく、すべての凡夫が、阿弥陀如来の広大な御本願のいわれを聞き、それを信ずれば、釈尊をはじめ、諸々の仏が、非常に優れた法の理解者であると讃え、花の中でも、最も優れた白蓮華のような人だと仰せられる。)〈『真宗長生派聖典』〉とあるのです。まさに、この『真宗長生派聖典』の中にありますように、「分陀利華」とは「白蓮華」のことなのです。つまり、「白蓮華」とは(白い蓮華の花)という意味なのです。皆さんもご存知のように「白蓮華」とは、泥沼どろぬまの中に咲きながらその泥に染まらず咲き、しかも、むしろ、その泥沼を美しく飾っていく、そうした純白の蓮華の花なのです。したがって、他の花と比して、高貴な花とされたのがこの「白蓮華」という花なのです。

したがって、さらに言いますと、仏教ではお仏像の下にはこの蓮華が配置されています。それは、やはり、泥水の中に咲きながら泥に染まらず、かえって泥沼を美しく荘厳していく純白な蓮華は高貴な華であり、したがって、煩惱具足の衆生を決して捨てることなく、導き援助してくださる、それが阿弥陀如来さまのご本願たまものの賜物に違いありませんという世界を、この白蓮華で喩えられているのに違いありません。

それでは、親鸞聖人さまが「分陀利華」の世界をこのように把握された背景には何があったのでしょうか。それは以前にも述

べさせていただきましたが、浄土真宗の七人の高僧さまの中で、五番目の善導大師さまが『観無量寿経』を註釈された『観無量寿経疏』の中で、次のように記しておられるのです。「白蓮華は最高にすばらしく、尊く、気高く、美しく、勝れているように、お念仏者は同じように、気高く、尊く、美しい勝れた人である。」とふまえ、讃えられておられるのです。したがって、さらには、次のように記述されておられるのです。

「もし、念仏するものは、すなはちこれ、人中の好人なり、人中の妙好人なり、人中の上上人なり、人中の希有人なり、人中の最勝人なり。」と、お釈迦さまはお誉めになっておられるのです。と、善導大師さまはお示しくだされておられるのです。

そこで、私としては、「妙好人」について、さらに、浄土真宗ではどのような方々がおられるのか、ふれさせていただく所存でございました。

さらには、先程の河村とし子さんが心ひかれた『歎異抄』についてですが、こちらについても記述させていただきたい所存でございました。つまり、この『歎異抄』という書名ですが、意味的には(異状なことを歎き、したためた書)とあるのです。では、その異状とは具体的に言うとなんなのでしょう。それについても是非ふれさせていただく所存でございました。

ところがです。此の度、ある書店に赴いた折ですが、皆様方もよくご存知であられる聖徳太子さま、その著名な聖徳太子さまを記された書に『悪行の聖者聖徳太子』という書物に巡り合ったのです。驚きました。

親鸞聖人さまは、この聖徳太子さまを「和国の教主聖徳皇」、つまり、(日本の国のお釈迦さまが聖徳太子さまなのです)と広に讃えられておられますのに、『悪行の聖

者聖徳太子』とあったものですから、正直言って驚きました。

勿論、歴史的には聖徳太子さまは存在していなかったと歴史学者は言われております。したがって、例の著名な歴史的な著『日本書紀』という著書ですが、そこに聖徳太子さまの生涯が記載されておりますが、聖徳太子さまがご逝去されてから百年を過ぎた年に記された書ですから逸話であり、歴史的にはまさに逸話である、と歴史学者の方からは指摘されております。

そうした中であって、親鸞聖人さまは、先にもふれましたように、ご『和讃』の中で次のように聖徳太子さまを讃嘆されておられるのです。

「和国の教主聖徳皇 廣大恩徳謝しがたし 一心に歸命したてまつり 奉讃不退ならしめよ」意味的には

(日本の教主、つまり、お釈迦さまである聖徳太子さまの広大な恩徳は謝し尽し難い奉り、本師である阿弥陀如来さまに帰命してお念仏を称え、いよいよ怠りなく讃嘆し奉らしめよ。)とあるのです。

さらに言いますと、次のようにあります。「救世観音大菩薩 聖徳皇と示現して 多々のごとくすてずして 阿摩のごとくにそひたまふ」意味的には

(救世の観世音菩薩さまが日本の国に聖徳太子さまとして現れて、慈父(多々)のごとく哀れんで捨ておかず、さらには悲母(阿摩)のごとく付き添ってお護りくださっておられるのです。)とあるのです。

まさに、聖徳太子さまの本地は観音さまであり、世人の苦を救って下さるとあるのです。

では、次回、さらに説明させていただきましょう。 合掌

関節リウマチ その1

長生学園 講師 星 虎 男



さて関節リウマチと聞いて皆さんは何を思い浮かべる？おじいさん、おばあさんの病気？節々が痛む病気？

初めて関節リウマチを学ぶ人にとって、身近で患っている人がいない限り、はっ

きりとはどういった疾患なのかがよくわからないというのが現状だろう。関節リウマチで苦しむ人は日本人の1%弱で、70~100万人ほどいるとされている。100人に1人というのは決して低い確率ではなく、あなたやあなたの周りの人がかかることもあり得るということなのだ。

では実際にかかってしまったら？

関節リウマチの原因ははっきりわかっていない。なんらかの理由によって体の免疫システムに異常が生じ、自己免疫が全身の関節を攻撃して炎症を起こし、ひどくなると関節が固まって変形し、骨の破壊まで起こすのである。

「原因不明なら治せないじゃないか」と思うかもしれない。確かに完治させるのは難しい。基本的に関節リウマチは発症してからは慢性化・進行の一途をたどり、そこでどうやって症状を抑えながら末長くつきあっていけるかがポイントとなるのである。炎症を起こして腫れた関節の痛みはそれは



とてもひどい。

そういった関節の痛みを抑え、変形して動かさない関節でも日常生活に支障のないように助けてあげる……、それらが理学療法士を目指す皆さんやリハビリテーション医療に携わる者の役割である。重要な項目だからしっかり勉強しよう。

1 関節リウマチとは？

ではまず関節リウマチとはどういった病気なのか。関節リウマチ（RA：rheumatoid arthritis）とは原因不明の自己免疫疾患*1の一つであり、本来攻撃する対象ではない関節滑膜が標的とされて、主に手足の関節が侵される。関節内の滑膜細胞が異常に増殖して炎症を引き起こし、軟骨破壊や骨破壊の結果、関節変形が起きるのである。

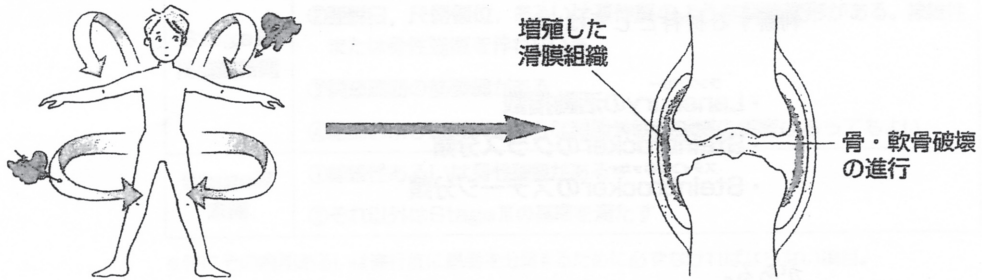
用語 *1 自己免疫疾患

自己と異なる異物（細菌・ウイルスや腫瘍など）を認識して排除するための機能をもつ免疫系が、自身の正常な細胞や組織にまで過剰に反応して攻撃を加えてしまうことで症状をきたす疾患の総称。全身にわたり影響が及ぶ全身性自己免疫疾患と、特定の臓器だけが影響を受ける臓器特異的疾患の2種類に分けられる。関節リウマチや全身性エリテマトーデスに代表される膠原病は、全身性自己免疫疾患の一つである。

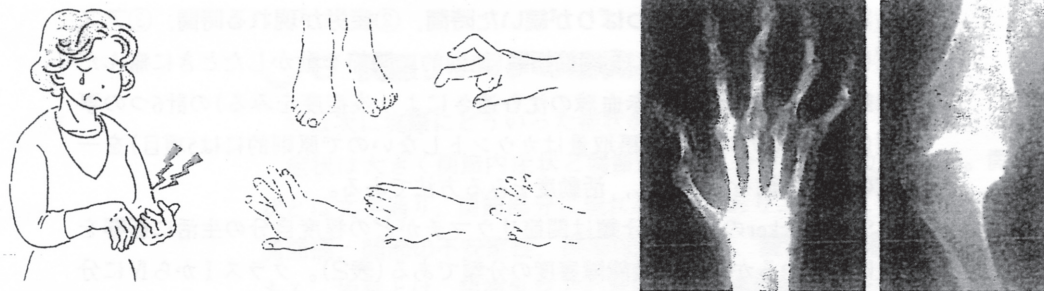
関節リウマチの全体像

自己免疫が全身の関節をアタック!

滑膜の異常な増殖と骨・軟骨破壊

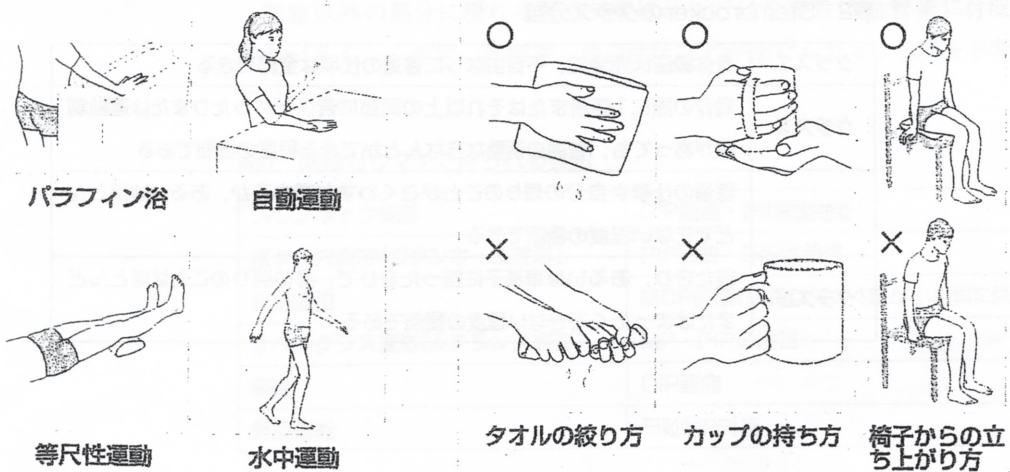


関節リウマチ変形症例



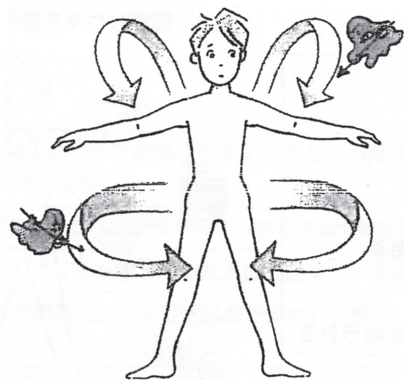
理学療法例

ADLの指導例



以前は「慢性関節リウマチ」という名前で呼ばれることもあったが、現在は「関節リウマチ」の表記ですべて統一することが決定されている。ちなみに、「リウマチ」という病名はギリシア語の「rheuma（流れ）」という言葉に由来している。古代ギリシアでは、関節が痛む病気は脳から悪い液体が流れ出し関節に溜まって痛みを起こしていると考えられていたためである。

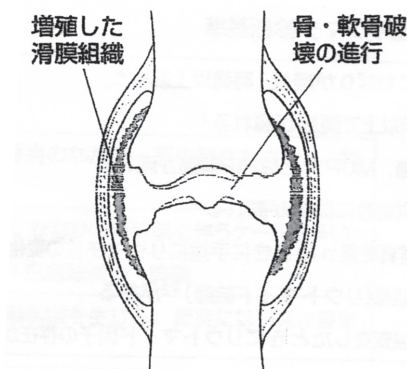
図1 自己免疫が全身の関節をアタック！



2 関節リウマチは何に属するの？

関節リウマチは大きく3つの顔をもっている。1つめは免疫の異常で起こる**自己免疫疾患**、2つめは関節が腫れて強い疼痛を伴う**炎症性疾患**で、3つめは病変部位が関節を中心とした**運動器疾患**である。自己の免疫システムのエラーによって関節が攻撃されて炎症を起こし、関節が固くなったり変形して力が入らなくなったり、痛みで体を動かすのも嫌になったりで日常の生活困ってしまう、そんなイメージだろうか。

図2 滑膜の増殖と骨・軟骨破壊



3 関節リウマチの主な特徴は？

では、関節リウマチの主な特徴を挙げよう。

発症する確率の高い年齢は**20～40歳**をピークとしており、若年者から高齢者全般にまで及んでいる。**女性**の方が発症するケースが多く、その割合は**男性の約3倍**となる。女性の就業率が高くなっている現在では、まさに働き盛りの年代といえよう。

全身にわたる関節炎、関節痛が一番の特徴で、最初にでてくる症状としては、両手、両足など左右対称性に現れる関節炎、関節の腫れ、疼痛などがある。特に朝起きたときに関節が動かしにくい「朝のこわばり」を感じる者が多い。よくなったり、悪くなったりを繰り返しながら慢性に進行していくが、必ずしも高度の障害に陥るというわけではない。ただし、関節以外に内臓や血管の病変を引き起こすことで生命予後にも影響することがわかっている。

4 関節リウマチの診断基準は？

では関節リウマチに罹ったかもしれない、と思われるときに実際に判断する診断基準にはどのようなものがあるのだろうか。

以前は「慢性関節リウマチ診断基準」というものに従っていたが、1987年にアメリカ・リウマチ学会による関節リウマチ診断基準（表1、図3）が出され、現在もこの基準がよく用いられている。表1にある7項目のうち4項目以上あてはまれば関節リウマチと診断できる。表1の7項目はすべて覚えておこう。

最近ではさらに診断を確定するために、抗CCP抗体（抗環状シトルリン化ペプチド抗体）の検査が行われている（2007年4月から保険適用）。

用語 *2 皮下結節

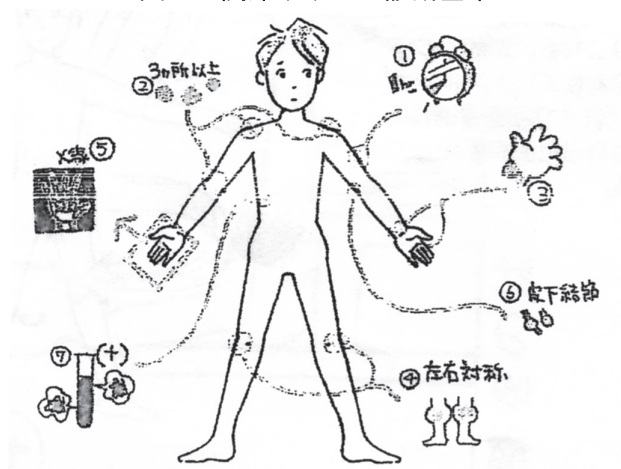
「皮下結節」またの名を「リウマトイド結節」とは、外部からの力を受けやすい肘関節、膝関節、後頭部などにできる結節（こぶ）のことである。フィブリノイドが沈着し壊死してできたもので、それ自体に痛みはないが、出っ張っている結節部分が擦れたり潰れたりすると痛みを感じるようになる。長時間寝たきりの患者では、仙骨などのできた皮下結節が潰瘍化すると、感染症の引き金になることがある。

表1 関節リウマチ診断基準

①朝のこわばりが最低1時間以上続く*
②3個所以上で関節が腫れる*
③手関節, MCPまたはPIP関節が腫れる*
④左右対称性に関節が腫れる*
⑤X線写真を撮ったときに手指にリウマチ性の変化がある
⑥皮下結節(リウマトイド結節)*2がある
⑦血液検査をしたときにリウマトイド因子の存在が確かめられる

※ここで①～④の項目は6週間以上その症状が続くことが条件であることに注意しよう。

図3 関節リウマチ診断基準



つづく

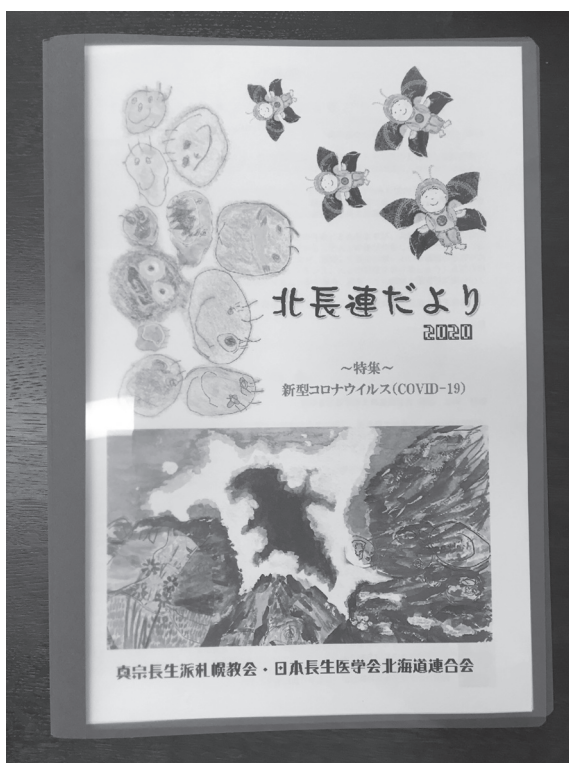
長生医学編

『北長連だより2020～特集 新型コロナウイルス～』

新型コロナウイルスの影響で、北長連の年間行事がすべて中止となりました。

そこで緊急事態により疎遠になりつつある会員同士の交流を補うものとして、また将来この歴史的バンデミックを振り返る時、後世にこの未曾有の経験を残したいと考え、”北長連だより2020～特集 新型コロナウイルス～”が発行されました。

北長連会員の体験と思いを、日本長生医学会会員の皆様にシェアさせていただきます。



表紙



表紙デザイン

Atsuhiko Hirasita

新型コロナウイルスの脅威は北海道にも襲来しています。北海道産ジャガイモに見立てた新型コロナウイルスに立ち向かおうとしているのは北長連の新キャラクター「北蝶坊や」ですが、新型コロナウイルスの終息が一日も早く訪れますように…。

9月号にて、今回作成された「北長連だより」の中より、浅井先生原稿を先行して掲載いたしました。転載であることの記述を欠き、ご迷惑をおかけしたことをお詫びします。尚、この中から数回に渡り抜粋して転載いたします。

(北長連だよりからの転載記事)

コロナ禍で思うこと

函館支部 越田典明



【お断り】文中の「治良」は越田先生独自の表現であり、誤字ではありません。

昨年末より「咳が長引く」という相談が増えていた。

ただし極端な発熱や体調不良は見当たらず、今ほど騒がれていないこともあり検査を試してみても特に問題が見当たらないと言われるケースが多かったように思う。観光地ゆえ、沢山の中国人が来日していたことを考えると・・・だったかもしれない。

しかし、おかしな感染症の話はまだ遠い国で起きている、他人事のような感じで皆が聞いていた。

2月、突然隣町の七飯町で町議が感染するという事態が起きた。ここから一気に患者さんの緊張が高まったように記憶している。マスクや消毒液はとっくの昔に店頭から姿を消していたのに、つくづく自分は感染症の知識や知見がないことをそのとき思い知らされた。

騒ぎに比例するように遠隔治良の依頼が急増しはじめる（直接治良は減少）。

社会不安が増すと遠隔治良は忙しくなる。これは9年前の震災の時から気づいていたが、今回の増加ペースは過去に一度も経験したことのないものだった。

社会情勢がもたらすプレッシャーは強烈だったようで、意識できないレベルでみなを

むしばんでいると感じた。

実際に治良を試みると、

ストレスベースの緊張がもたらす不調感不安感がほとんどで、特別なことをしなくても楽になるケースが多かった。

ひとつ興味深かったのは、どう見ても感染症と思われるケースの依頼も増えていたが、これらも治良を行うと極めて良く反応していた。

「感染症は薬で治した方がよい」という持論(?)みたいなものがあったが、このことについて少し考えてみた。

元来、私は「病気や症状を個別に“治す”」と言うことにこだわっていた面があった。

この病気の治し方はこう・・・といった具合に、自分の治良で「人体を修理」しようとしていたふしがある。つまりは標準医療的な考えで施術を行うようなところがあったわけである。もちろんこれ自体が悪いわけではない。

しかし私個人に関して言うと技術はついていかず、つけた知識もかえって混乱を招くものにしかならなかったのは言うまでもない。

40を過ぎてからやっと「違うな」と考えられるようになり、段階的にだがすべきコトをするだけだと自らに言い聞かせられるようになってはいたが。

今回、免疫力云々という言葉が跋扈（ばっこ＝のさばり、はびこること）したわけだが、やはり一瞬この言葉に引きずられそうになったものの、回らない頭で考えるのはやめ、ただ只管^{ひたすら}「どうやったら緊張を解けるのか」のみを考え治良を試みた。

結果としてだが得るものはあった。技術も知識も追従不可能であると、ある意味完全に開き直ることが出来た（状況がそうさせた）。

感染症の原因であるウィルスの排除、無効化を直接私たちの施術がなしえるわけではない（はずである）。ただし結果だけを見ればそうになっていると思えることが多い。

（私にとって）これが意味するのは免疫シ

ステムの適正化も鎮痛も、あるいはその他の問題に対する効果も、こちらで行うことそれほど変わらないということ。

今回はこれを強く意識させられた。「緩める」という方向性を自分の言葉に落とし込むことが出来たとも言える。

私は長生という考え方、方法論をよく知りもしないで「胡散臭い、抹香臭い」と嫌い、離れ、一周（もしかして二周以上）まわって結局、元に戻った人間であるが・・・

長生あるいは長生上人とは、そして治療とはなんなのか。

今回の騒動で改めてそれを深く考えさせられた。

新型コロナウイルスを体験して

旭川支部 市村 慎二

2020年が明けたとき、例年より雪が少なく穏やかないい年に思えた。それが2月ごろより不穏な空気とともに見えない敵、奴らは現れました。

たまたま、1月にマスク・消毒用アルコール等を準備していたので感染対策の下準備はできていた。北海道の中ではここ道北方面の感染者は旭川近郊までで止まっている。塩狩峠は素晴らしい。しかし、ここ最近は車の往来が増えているのは明らかで、これから注意が必要と思えます。

治療院としては手指消毒が4つ、アルコール消毒液2本を常備して、マスク着用のポス



ターの掲示、水または次亜塩素酸水溶液で湿度60%

前後に室内を設定し換気の徹底を心掛けて治療室を保っています。一般的なウイルスは院内感染対策として、相対湿度を50%程度に維持するなど、従来の環境設備消毒対策に加えて、湿度コントロールにも力を入れるべきとありました。また、新型コロナウイルス（COVID-19）の感染を効果的に減らすことができるともありました。

普段の生活様式から消毒、マスク、社会的距離（ソーシャルディスタンス・パーソナ

ルスペース)などに気を使い、「うつらない、うつさない」と呪文のように唱えていました。

そんななか、患者さんや年配の方々からは「コロナ鬱^{うつ}」という言葉が聞こえてくるようになったのは4月ごろだったのでしょうか。怖くて外に出られない、人と会わないようにしているなどと話している人が増えてきました。ある意味それはそれで怖い話です。

私は趣味を兼ねた運動で診療終了後、ヤングバレーという少年団のバレーボール練習と自分のチーム練習に週1回、ママさんバレーの練習に週2回といった生活習慣でしたが、新型コロナウイルスが流行してからは大会も中止となり、また3月より体育館も使用できなくなり外に出る機会がなくなるという状況になっていました。

6月になり練習が再開できるようになりましたが、ここから2つの組に分類ができてきました。気を付けながら練習に取りくもうとする組と家から出ない出たくない組。練習にはそれなりの制約があります。体育館に入る際には手洗いうがい、使用する器具、道具には素手では触らない、使用者氏名と体調チェック用紙に記入、30分に1度の換気、

大声を出さず社会的距離を意識しての練習体制。終了後の器具、道具の消毒、ドアなどの消毒。

最初は面倒なことと小言を言っていました。が、回数を重ねていくうちに小言も減り、日に日に元気になっていく様子に見えてきました。家から出てこない人とスーパーなどの店で会うと声にも張りがないような気がしました。

この先、新型コロナウイルスに限らず細菌やインフルエンザ等のウイルスが無くなることはないわけで、上手に共存する術^{すべ}を身に着けることを教えられた年としてとらえています。必要以上に恐れることなく、怠ることなく、「うつらない、うつさない」の呪文をこれからも唱えていきます。

目指すところに人は行く(歩む) 元プロ野球Sコーチの言葉ですが、その通りだと思います。現時点では未知の部分が多いこのウイルスですが、この先進むべき道は必要以上に恐れることなく、怠ることなく上手に共存する術を身に着けることだと思っています。

随 想 編

追悼 福井 清孝先生

北海道 上 田 義 博



ロレスのライオンマークのボトルカバーに入れ馳せ参じました。



困りました…まだ何も恩返し出来てないのに…早く逝きすぎです…。

令和2年7月17日 突然の訃報が届きました。

えっ？4月に御夫婦で旭川の我が家まで出向いてくれて、話をして笑ってくれていたのに…私は当日、親族の方と長男である北長連副会長を務めて頂いている剛先生に大変な時ですが無理を承知で伺い願いの連絡を取り「父は自宅に帰っています。そしていつも父はウェルカム精神だったのでいらして下さい」との快い了解を得て、深川市の自宅に伺わせて頂きました。

途中、無礼を承知で大好きだった冷えた札幌黒ラベル瓶ビールを、大好きだったアントニオ猪木選手の所属していた新日本プ

自宅に到着して目の前の現実に愕然としました。先生は穏やかなお顔で静かに眠っており言葉が出ませんでした。

その時に奥様から「上田先生の所に伺ったのが最後の夫婦のドライブになりました。実は最初にも伺った時が留守だったので2回もドライブ出来たのよ。楽しかったわ～」と声を掛けて頂きました。

もう涙が止まりません。私は先生に散々お世話になりっ放しで何も出来なかった…。

福井清孝先生は、長生の先輩であり父である福井千代治先生教えを生涯忠実に守り抜き、長男の剛先生と長女の理恵先生をも

長生の道に導き、後進の育成にも力を注いでいました。決して、あの容姿と数々の逸話を残しているイメージとは違い、自分から表に出る事は大爆笑のカラオケ以外では北長連の中ではありませんでした。しかし頼まれると大先輩でありながらも快諾してくれて、大ボケをかまして盛り上げて頂きました。

常に相手への思い遣りを欠かさず、私にも常に気に掛けて頂き、我が家の子供達も家内にまで気さくに話し掛けて場を和ませて頂きました。

私がお礼を言うと、毎回何言ってるの「やれる事しか出来ないから～」の一言で…気遣いして下さいました。

先生は何も言わずに、患者さんをはじめ目の前の相手に対して、苦しみ、痛み、不平、不満、葛藤中で苦しんでいる相手に対し、常に優しさと思い遣りに溢れて、それを表に出さず、歩み寄り接してくれて気が付くと、相手が周囲から敬遠される前に悪い芽を摘み取ってくれていたり、自然に誰も傷付かずに良い方向に導いて解決してくれていました。私も周囲も何度救われた事か…感謝しかありません。

偉大な尊敬して目標にしていた先生が逝ってしまいました。でも今は先生の想いを胸に刻み、長男剛先生が最後の見送りで叫んでいた「父は最後までカッコいい父でしたー」を、私も目標に前を見て歩いて行きたいと思っています。

福井清孝先生 本当に長い間ありがとうございました。

大村長生館の歴代のお弟子さん達も、先生宅にお邪魔させて頂き…何故かいつの間にか飲みつぶれて一宿一飯の恩義を受けていたお弟子さんは数知れずでしたね～その秘密を聞けずでした。残念…。

私も先生の崇拜したアントニオ猪木選手の「元気があればなんでも出来る」

私の大好きな赤塚不二夫先生の「これで良いのだ～」

福井清孝先生の「やれる事しか出来ないから～」の名言？生き様？を支えにします。

実は生前 義父である大村基実先生も私が病に伏している時に同じ事を伝えて下さいました。

「今は病気だからしょうがない。今は無理だ焦るな。時に身を任せ回復する事に目を向けなさい」そして「私が居るから大丈夫、安心しろ」と優しく労る言葉は一切なくでしたがプラーナで確実に伝えてくれました。と私は今でも信じています。

明日から福井清孝先生はじめ逝ってしまった先生方に受けた教えを守り、コロナ禍の真っ只中ですが先生方に恥じない様に歩みたい考えています。ありがとうございました。

福井清孝先生の弟さんで旭川在住の清繁先生からお通夜の席で「兄貴はこんなコロナ禍でも最後は病院でも家族一同の奥様から子供達から孫達から皆んなに見送られて逝けたんだよ、今の時代こんな幸せな最後はないよ」と聞かせて頂きました。

何だか安心出来ました。

前期を振り返って

1年生 昼間部 潮 木 円 香

あなたにとって笑顔とは何ですか。そう問われたら、私は”幸福の治療薬”と答えるだろう。そしてこの笑顔で多くの人を救える仕事。マッサージ師だ。

このクラスで感じたことは2つある。

一つ目は、実技を通して多くの人とコミュニケーションを取り、学びだけではなく、心の力を高められたことだ。幅広い年代という特徴的な学校だからこそ叶えられるものだと入学して改めて感じた。

二つ目は、一人一人が自分の事だけではなく、周りを見て行動し、常に

助け合っている事だ。これは生理学のグループワークで大きく感じた。理解している人は理解していない人を教え、お互い高め合う姿に感銘を受けた。

この65期生は、全員で合格しようという思いが行動に現れていると共に、クラスの雰囲気良好なので、後期も切磋琢磨していきたい。



1年生 昼間部 常 松 香奈美

沢山の感謝と反省の前期でした。

最初に感じたのは、自粛期間中の自宅学習での差でした。クラスメートとも話せるようになってきた頃、改めて自分の不甲斐なさ、修伽先生が仰っていた、知識なく施術することの怖さ。人の身体に触れさせていただく責任を痛感しました。

「授業で分からなかった所は、質問に来なさい。分からない事は恥ずかしい事ではない。」

と、ご自分の体験談を交えて分かりやすく話してくださる先生方。

「私はこうやって覚えられたよ。」と助け合える

クラスメート、私をこの学園に導いていただき、ありがとうございます。チャンスをしっかりつかんで恥ずかしくない学園生活を送りたいと思います。

「さあ！勉強だ。」と気持ちの入る前期でした。



1年生 昼間部 松 永 春 樹

今年6月に2ヵ月遅れではありましたが、長生学園での生活が始まりました。更に延期になってしまうのではと心配していましたが、こうして無事に始められた事は、大変嬉しく思っています。

コロナ対策として皆マスク姿で、消毒や手洗い等を徹底してのスタートとなりました。1年生は特にクラス人数が多く驚きました。それぞれの自己紹介では、色々な経験をされてきた方がいて年齢層も幅広く、こうして同じ環境で勉学、施術に励む事ができて光栄に思います。長生の時間でも、お互いペ

アになってお話をしたり、貴重な学園長のお話を聞けたりと、あつと言う間に中間テストや期末テストがあり、初めはバタバタとした前期でしたが、上手く流れに乗ってきたのではと思います。

これからも勉学に施術にクラス皆と共にお互い助け合いながら支え合いながら施術もしっかり身に付け一番の目的である国家試験合格に向けて励んで行きたいと思っています。



1年生 昼間部 今別府 誠

前期を振り返ってみると、全てが新しい事だったので、新鮮な思いで毎日を過ごす事が出来ました。また、これまで施術の経験のなかった私にとっては、ゼロから知識や経験を積み重ねていかなければならないという厳しさも痛感しました。

マッサージや指圧のイメージは、どちらかと言うとリラクゼーション的なものでしたが、その認識を改めなければならないという点も大きな学びでした。

人様の身に触れて施術をさせていただく

と言う事は、それだけ責任ある仕事であるので、知識や経験を積み重ねていきたいと思っています。特に印象に残っているのは、

「自分に出来る事と出来ない事をしっかりと認識し、自分に出来ない事は専門の医師に診てもらおう事。」という点でした。現在学んでいる事は、「出来ない事を認識する事。」と念頭に置きつつ、下期以降の知識、技術の習得に努めていきたいと思っています。



1年生 夜間部 柏木伸二

長生実技では、当り前の事ですが初めて学習する事ばかりなので、覚える事が多いと感じました。治療者を営んでいくためには、確かな技術を身に付けて患者さんから信頼されるようならなければなりません。これから多くの技術を確実に身に付けていきます。

また、長生実技では技術だけでなく、精神面(心)の学習もしていると感じました。念仏から始まり恩徳讃に終る授業は、精神面での清らかな体験でした。礼儀の正しい

態度や、清潔な身なりは、治療者として身に付けるべき当然の事です。そして患者さんの不安な気持ちを優しく受け入れる心

のゆとりを持てるような治療者になるためには、確かな技術とともに患者さんに対する優しい気持ちや礼儀正しい態度を身に付けなければなりません。このような内容を学べる授業が長生実技であると感じました。



1年生 夜間部 岡部敦子

この授業で色々な手技を教えていただきました。見よう見まねで練習しましたが、なかなか自分の中でしっくりこず、当然ですが、まだまだ練習の積み重ねの必要があると、ひしひしと感じています。

授業の中で色々な方の施術を受け、色々な方に対して施術をしました。十人十色、皆やり方(場所、強さ、速さなど)が違い、自分がどのように施術をしたいかを研究していく上で、とても参考になるいい経験となるのを感じています。

そして、自分が施術をした時には、また十人十色皆それぞれ骨の形、筋肉のつき方、身体の厚み、硬さなど違って大変興味深かったです。

実際、仕事を始めると色々な体形の方を施術する事になるので、できるだけ多くの方を施術して慣れていこうと思いました。実習を受けることで、この仕事をしたいという思いが一層強くなりました。今後ともどうぞよろしく願いいたします。

2年生 昼間部 村山輝隆

喘息の発作で2回程見学させて頂きましたが、その2回の見学が私にとっては収穫でした。

外から眺めるのは自分自身で練習する時とは視点が異なり、慌てる部分が少ない分、冷静に観ることが出来ました。

結果、微妙な所で自分の施術に反映されました。見学と言うとマイナスのイメージを持っていたため、こういう偶然もプラーナに繋がるのかと思った次第です。



前述のような事が講義にも当てはまる感じがします。座学のウエイトが若干高いのですが、それは長生の考え方や経験を踏まえた上で施術をしなければ効果が薄くなっ

たり、危険度も増えると予想します。私は今後も注意深く聴講していく所存です。

ご指導の程、宜しくお願い致します。

2年生 昼間部 市川綾乃

密を避けながらの実技の授業が始まり、最初の頃は授業中でもなかなか1対1で練習ができず、もどかしい気持ちでした。また、居残ってクラスの人と練習したり、研人会で練習したりも当分は出来ないので、練習する機会が極端に減ってしまい焦りました。しかも2年になって授業の内容がより臨床的なものになり、一つの疾患を授業で扱うのは一回というのがほとんどで、その一回である程度覚えなきゃいけない、ということが余

計に焦りました。ただ、嘆いていても仕方ないので、家で家族に付き合ってもらって練習をして、何とか食らいついています。

今後も密を気を付けて練習をしないといけない日々が続くと思いますが、きちんと練習時間を作って、一つ一つ丁寧に練習していきたいです。



2年生 夜間部 吉田麗人

1年と比べて最も変化を感じているのは、学習に対する点です。

昨年は生理学、解剖学を中心にこれから学んでいく上での基礎となる科目が多かったと思います。特にこの2科目については毎週の小テストに備えて半ば強制的に準備をしていくような感じでした。その点2年になってからは、より自学自習の姿勢を持って取り組む必要があると感じています。小テストやグループ学習の機会が強制されて

いない中でも学習を続けていくためには、目的意識を強く持たなければいけないと思います。

学校生活もちょうど半分を切ったこの時期に何のために今治療師となるための勉強をしているのか再度確認して、後期に臨んでいきたいと思います。



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40弾～意識の変化＝治療の進化～



娘の治療動画を拝見しました。(長生SNSにUP)
頰椎のテクニックはもとより、意識の使い方が変化していますね。
意識のコントロールに感服しました。
娘のケースは、小野寺副会長の治療(令和元年12月号掲載)より、
更に進化しているのでは？



以前とは矯正の意識が違います。
小野寺副会長の時は、後頭骨と頰椎を正しい場所に治すのが目的
でしたが、まやちゃんは、脳のバランスを整えることが目的のため、
結果的に後頭骨と頰椎一番を動かすイメージです。
見た目は同じなのに、治療師の意識の違いを見抜くなんて！
隠し事ができませんね(笑)



意識の変化によって、今まで見えなかったものが見えるようになって、
治療も進化します。
動画の治療は、蝶形骨と後頭骨から歪みを取っているのですね。
横山先生の拇指はプテリオン(前側頭泉門と呼ばれ、蝶形骨大翼の先端部)
を捉え、蝶形後頭軟骨結合部にアプローチしているのだと感じました。
ほとんどの頭蓋骨と関係を持つ蝶形骨の動きが損なわれると、後頭骨だ
けでなく、前頭骨や頭頂骨、側頭骨といった脳頭蓋、更には頬骨や上顎骨、
篩骨、鋤骨など顔面頭蓋の動きにも影響します。
素晴らしい技術です♪
矯正のポイントは？



拇指をこの位置に当てないと、頭を中心が動かないので、たまたま拇指を当て
て矯正していましたが、頭蓋の操作には極めて重要なポイントだと思います。

矯正のポイントは、まず呼吸を検査し、
小野寺副会長の時は、肺に空気が沢山入る位置に後頭骨を合わせて矯正。
まやちゃんの時は、上鼻甲介の1番上(蝶形骨洞)にツーンと開く感じで空気
が入った瞬間を確認し、その角度に合わせて矯正しています。後頭部を直接矯正
するのではなく、脳内の血流を改善させる為に、頰椎の矯正をします。
それが、小野寺副会長の治療動画とまやちゃんの治療動画の違いです。
まやちゃんにも上鼻甲介のツーンを体験してもらってますよ。
蝶形骨は脳を中心を支えている骨なので、これは蝶形骨の位置が定まった知
らせだと思っています。



なるほど…
脳頭蓋と顔面頭蓋は、15種23個の骨で形成されていますが、触診すると、
呼吸のようなリズムで拡大と狭小しているのを感じますよね。

そのリズム!!徐々につかみかけているところです！
前号で紹介した建築士さんのように、外傷やストレスで生じた頭蓋骨の位置異常、形状の左右差と、それに伴う、プラーナや血液の渋滞、筋肉や筋膜のねじれなどが、他の部位にも影響を及ぼすようです。



フィレンツェの小児専門病院の脳神経外科を含む新生児総合プロジェクトチームで働くイタリア人カイロプラクター医から聞いた話ですが、イタリアでは出産後すぐ、産道での頭蓋骨の歪みを矯正するそうです。
そうした治療に特化している彼が言うには、生後直ぐの赤ちゃんが頭蓋骨の歪みを伝えてくれるそうです。
先日も、産まれて数日泣かなかった子が彼の治療後に泣き出したそうです。



新生児の治療とは興味深いですね。こちらにも興味深い症例があります。

今年、東京の大学に入学した学生が、姿勢を治したいと来院されました。
姿勢不良の原因が内臓にあると判断し、消化器系を治療して不規則な食習慣を改めればすぐに良くなると高を括っていたところ、思うように改善せず、改めてよく調べてみると、蝶形後頭骨底結合の動きが悪いことが分かりました。
外傷や心理的トラウマはないようなので、産道を通った時に頭蓋骨を圧迫されたのではと推測し、母親に確認したところ、やはり難産でした。
加えて、パニック障害のような過呼吸を発症することがよくあるようです。
赤ちゃんの時からお腹が弱く、蝶形骨後頭骨底結合に加え、横隔膜の可動性も悪いことから、呼吸に問題があることによろやくたどり着きました。
横山先生の仰る、脳の血流障害があると思います。

この大学生も産声を上げなかったようです。
産声をあげなかったという患者さんに発育障害が起きているケースを何度も経験していたのに、甘く見てしまいました。

頭蓋や顔の歪みは、背骨や骨盤の歪み同様、多種多様な症状をもたらします。
娘のように、不眠、頭痛、ぼーっとする、めまい、吐き気、肩こり、抑うつ感、集中力低下といった症状を訴えます。また末梢神経系に影響すると、腰痛、股関節痛、膝痛、内臓疾患、顎関節症など枚挙に暇がありません。

脳の歪みのイメージは、そのカイロプラクター医から聞いていたので、何となく感じとっていました。



後頭部の操作の時、脳の捻れや歪みを感じたら、その方向に動かしながら「この方向に捻れているけど、頭を打った事ある？」と聞くと「20年前に事故で」「小学5年の時に朝礼台から逆さまに落ちて…」「10歳の時に逆立ち失敗してその角度で落ちた」など、面白いようにすべての人が即答しました。
常に脳がその角度でダメージを受けた事を記憶していて、それが不安や恐怖の元となってネガティブな思考になるようなのです。そのため、脳の位置や形が元に戻ると不安や恐怖が消えてポジティブ脳になります。



それは画期的ですね。
先程の大学生は、本人に記憶がなかったので母親に確認を取りました。
そうそう、東京の生活が落ち着いたならそちらに連絡が行くと思いますので
どうぞよろしくお願いいたします。



そうしたケースは、お母さんが即答するパターンが多いですね。
おそらく大学生の脳の歪みが不安や恐怖を覚えていて、パニック症状が出る
のかも知れません。喜んで治療させていただきます。

新長生医学P227には、顔面・頭部の一般操作として、上眼窩・下眼窩、下顎、
前頭骨、側頭骨、耳の周囲、鼻の操作法、脳頭蓋縫合部、大後頭神経刺激法など
頭部の操作法が数多く紹介されているので、参考にしています。



頭の位置を整えることは、体幹軸の安定に直結し、静脈うっ血の減少や関節
可動性も改善するのでとても有効です。

私たちの治療は、日々試行錯誤を重ねることで、長生上人の跡を追っている
のを感じますね。

長生会便り =本部案内= ☆「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



=支部報告=

北海道連合会

令和2年5月30日午前8時10分を合図に真宗長生派札幌教会で予定されていた「花祭り並びに長生上人ご命日法要」が無事に執り行われた事をご報告させていただきます。

実は初めての試みで新型コロナウイルス感染症が猛威を奮っている中で感染防止と人命最優先の観点から本年度の事業計画も相次いで中止決定との判断が相次いでいましたが、何と北長連のIT担当の浅井先生から初めての試みですが、ネットを使いオンラインで賛同して頂ける先生方で、御命日に合わせて正信偈の奉唱を執り行いましょう！の声掛けがあり、同時刻にパソコンとスマホの前で着座しての全道各地で正信偈奉唱が実現しました。

後程、心の痞えが取れたよ。ありがとう。安心しました。などの安堵と称賛の声が多数寄せられ、花祭りのご命日法要等の催事がいかに私達の心の奥深くに染み込んで心の支えになり、安心 感謝 幸福の気持ちを呼び起こしさせてくれている事を実感させて頂いた朝になりました。

北長連では本年度、執行部役員だけでも短時間集まり審議しないと前に進めないよ！との声もありましたが、IT担当の浅井先生からの提案で「web会議室」も開設して頂きネット上で審議、討議を重ね会の運営に努めています。

この度のネット法要の開催も前代未聞の出来事で終わらせるのではなく今の時代には全く当然の事で、100年に1度と例えられている事態にも柔軟に対応出来る北長連で在りたいと考えています。

真宗長生派総本山長生寺を北長連の会員の先生方は札幌教会を通して護持させて頂ける事を愛しみ毎日を安心して過ごせる事に感謝致します。

合 掌

お詫びと訂正

9月号長生医学編、浅井 威先生の「新型コロナウイルスを体験して」において、「北長連だより」からの転載記事です。の一項が抜け落ちました。関係する方々にご迷惑をおかけいたしました。

おしらせ

長生 SNS はじめませんか？

こんにちは！**これを読んでくださったあなた！**
そうあなたです！！長生 SNS ご利用いただいていますか？
この機関紙を読んでくださっている方は、各支部会に所属されている方がほとんどだと思いますが、**支部会になかなか参加する機会が持てない**という方いませんか？



日本長生医学会唯一の「公認」コミュニティサイト

そこで！！有志会員が長生 SNS を立ち上げました！！（もう何年も前ですが…(^▽^;)）
長生 SNS は、会員同士が気軽に交流できる、日本長生医学会「公認」のコミュニティサイトです。現在、日本全国の若い方から大先輩方まで100名近くの方が、登録しています。



せっかく入会しているのに、交流しないなんてもったいない！！

せっかくの機会に、全国の会員と交流してみませんか？日本長生医学会には、様々な先生方がいらっしゃいます。治療のことはもちろん、それだけでなく、趣味の話や個人的な日記、治療室の面白話などがそここに転がっています。（ここでの話題が発祥で、ひよんなことから「**どちんのただいま治療中**」のコーナーができました）

登録制をとっているので、登録メンバー以外には非公開設定です。登録できるのは、長生医学会会員と長生学園在校生、そして長生寺と長生学園の教職員などの関係者だけです。安心してご利用ください。



登録方法はこちら↓↓

- 0 Facebook アカウントがない方は、まず Facebook の登録をしてください！
- 1 日本長生医学会HPを下へ下へ…一番下の  のバナーをクリック
- 2 日本長生医学会 SNS ヘジャンプしたら、  をクリック
「リクエストが送信されました」が表示が変わり、管理者が承認すると登録完了です。
（管理者が長生会名簿を見て確認しますので、お時間がかかることも…ごめんなさい）
*長生 SNS のページを「ブックマーク」や「お気に入り」に登録すると便利です。

みなさまのご登録をくびをなが〜くしてお待ちしています。

日本長生医学会広報部

学園便り

令和3年度(第66期生)長生学園学生募集要項

入学試験日程

試験区分	出願期間(当日消印有効)	試験日
一般入試《A日程》	2020年10月12日(月)～2020年10月28日(水)	2020年11月1日(日)
一般入試《B日程》	2020年11月16日(月)～2020年12月2日(水)	2020年12月6日(日)
一般入試《C日程》	2021年1月7日(木)～2021年1月20日(水)	2021年1月24日(日)
一般入試《D日程》	2021年2月1日(月)～2021年2月17日(水)	2021年2月21日(日)
一般入試《E日程》	2021年2月22日(月)～2021年3月9日(火)	2021年3月13日(土)

※一般入試(B、C、D、E)は、それ以前の入試で定員にたった場合には行いません。

※最新の入試状況はホームページで閲覧いただくか、直接お問い合わせください。

長生学園 オープンキャンパス開催日程 予約制

2020.10/24(土) 各日 13:30～16:30

学校見学(要予約)開催日:(月)～(土) 14時～16時の約1時間専任教員が個別にご案内します。

・申し込みはWEBサイトもしくは、長生学園事務局03-3738-1630【受付時間9:00～20:00】

★ 試験会場 ★

厚生労働大臣認可
宗教法人総本山長生寺付属



長生学園

〒144-0055 東京都大田区仲六郷2-35-7

TEL 03-3738-1630 FAX 03-3738-1768

URL <http://www.chousei.ac.jp>



令和2年9月26日 印刷

令和2年9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