


長 生



令和3年 4月号

目 次

会長の言葉	日本長生医学会会長	柴田政宏	
行事・地方医学会 中止のお知らせ			1
長生学園 第63期生 卒業式			
祝辞	長生学園 学園長	柴田節子	3
卒業を祝して	日本長生医学会 副会長	小野寺秋夫	5
送辞	64期生	北川椎菜	6
答辞	63期生	前田径彦	7
宗教編			
法話	得勝寺	本荘一治	8
医学編			
地域リハビリテーション その1	長生学園 講師	星虎男	10
長生医学編			
引く矯正法の底知れぬ可能性	山田剛也・新海良幸・菱山博亮		13
随想編			
長生学園の3年間	63期生	岩崎佳子	16
3年を振り返って	63期生	関根光代	17
1年を振り返って	1年 昼間部	小長谷映観梨	18
	1年 昼間部	潮木円香	18
	1年 夜間部	柏木伸二	19
	1年 夜間部	長谷川哲也	19
	2年 昼間部	大橋達哉	20
	2年 昼間部	村山輝隆	20
	2年 昼間部	石井麻紀子	21
	3年 夜間部	佐藤直子	21
長生知恵袋			22
帰ってきた ☆どちんのただいま徒然中☆ その6			24
長生会便り			
支部案内			25
お知らせ			27

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

首都圏一都三県で延長されていた緊急事態宣言が解除されました。ワクチン接種が始まってはおりますが、お花見シーズンに加え、歓送迎会の行われる時期でもあり、また新たに感染力の強い変異株への感染者が増加しているなどリバウンドが懸念されております。まだまだ気を許せない状況が続いております。引き続き十分な感染対策を行うことが望まれます。

長生学園では新入生を迎え新学期がスタートしました。高齢化社会で高齢者の方々の体と心をケアすることで健康維持に貢献したい、コロナ禍で外出の機会が減り筋力低下が問題となっておりますがこの様な方々の役に立ちたい等、それぞれに志望理由を持って入学されました。皆様が立派な治療師となり活躍できるよう教員一同しっかりと指導していくつもりです。

今月は灌仏会（花祭り）が取り行われますが、感染予防の観点から変則開催となりました。秋の報恩講もワクチン接種の進行具合や感染状況を考慮して行う予定でいます。

灌仏会は御釈迦様の誕生をお祝いする行事です。仏教は紀元前450年頃、インドで起こりました。釈迦入滅後多くの弟子が教えを伝え広め、長い歳月の流れの中で多様に発展しながら、日本へは500年頃、中国、朝鮮を経由して伝わり私共も仏教の教えに触れる事ができるのです。

仏教では、人生には逃れる事のできない苦（生老病死）があり、未来永劫、苦しみの中で輪廻転生を繰り返しながら悟りを開き仏になることを目指して「菩薩の道」を歩んで行くのです。この道は無限の距離があり一進一退することもあります。悟りを開くと浄土の世界に生れるということが本来の教えですが、親鸞聖人は、我々凡夫は悟りを開く事が難しくただ阿弥陀仏の本願を信じて、極楽往生への道を示されたのが「南無阿弥陀仏」全てを阿弥陀様にお任せする信心なのです。

手を合わせて合掌する、この時の気持ちはお願い申し上げるのではなく、私が生かされていることに感謝の気持ちで合掌することが、肝要と思っております。

合 掌

行事・地方医学会 中止のお知らせ

【長生ゴルフ】

中止致します。

福利厚生部 伊勢山昌広

【地方医学会】

5月 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

6月 東海支部医学会は、中止致します。

東海支部支部長 横山 裕治

9月 近畿支部・西日本連合会医学会は、中止致します。

近畿支部長 田中 隆之

西日本連合会長 片山 和彦

長生学園 第63期生 卒業式

3月6日、長生学園第63期生の卒業式が執り行われました。



優等賞

葛西 智子 関根 光代 吉川 英樹 前田 径彦 吉濱 明彦 近藤 大介

皆勤賞

石井 宏尚 上川 隆 皆川 博信 近藤 大介

祝 辞

長生学園 学園長 柴田節子



本日は、長生学園第六十三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44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
苦勞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。



卒業を祝して

日本長生医学会 副会長 小野寺 秋 夫



長生学園、第63期生の皆様、この度はご卒業おめでとうございます。心より御祝申し上げます。

又、この一年、学園長修伽先生はじめ教職員の皆様方には、感染予防という気遣いの多い日々の中で授業を行い、本日ここに無事に卒業式を挙行できました。誠におめでとうございます。

さて、卒業生の皆様には学園生活の集大成となる、この一年、目に見えぬ恐怖と不安の中、勉学と治療技術の習得、国家試験への対策と目まぐるしい日々を過ごされ、さぞやお疲れのことと思います。

国家試験も終わり緊張がほぐれ安堵しているようですが、これから、それぞれの職場に於いて臨床に入ります。学園での治療と違い、責任ある一人の治療師として施術しなければなりません。臨床の場は常に緊張しています。

その中で患者さんの一挙手一投足に集中し、診察して治療方針を立てなければなりません。学園で学んだ知識と技術を駆使し、笑顔と優しい言葉、相手を気遣う心を忘れずに患者さんに接してください。

皆様は本当に病んでいる患者さんに、まだ対応して居ないので不安があると思いますが、勇気を持って、まずは一般操作を丁寧に施し、そして、「治ってください、楽になってください」と思念しながら誠心誠意、治療して頂ければ必ずや良い結果が出ます。

私共の仕事は経験の積み重ねです。一人の患者さんが次のステップになります。一人一人の患者さんを大切に施術してください。

もし、治療法や技術的に困ったことがありましたら、経験豊富な先輩方に相談してください。また、全国に長生医学会があります、毎月勉強会、研究会が開催されています(現在コロナ禍で休会中です)

患者さんは大勢おられます。皆様方とのご縁を待っております。昨年秋ごろから、コロナ禍により外出を控え運動不足になり、ストレスの発散ができず疲弊し、不定愁訴の患者さんが増加しております。

又、私の治療院のある宮城県では、震災から十年を迎えようとしています。先月13日の福島沖の地震でフラッシュバックになり不眠、頭痛、息苦しい等と訴えて来られる患者さんもいらっしゃいます。

患者さんは多種多様です。沢山の患者さんと接して経験を積み重ね、技術に磨きをかけてください。そして患者さんに頼られ、慕われる先生に一日も早くなれます様、心よりお祈りして祝辞とします。

本日はご卒業、誠におめでとうございます。

送 辞

64期生 北 川 椎 菜



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63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

63期生 前 田 径 彦



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63期卒業生の為にこの様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。

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、令和の時代となり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、親鸞聖人さまが「六角堂」へ参籠されました折、救世観音菩薩さまから頂いた夢告について述べさせていただきました。中に疑念を抱かずにはいられなかった夢告がありましたが、ご縁をいただきました法然上人さまのお導きによって解消し、むしろ、この夢告は聖徳太子さまのすばらしい夢告であったと深く感動されておられた経緯について述べさせていただきました。

そうした中で、法然上人さまは、当時の天皇であられた後鳥羽上皇さまの補佐の役を勤められた九条兼実公が、その法然上人さまのみ教えに心引かれ、深く帰依されておられたと言われております。

その九条兼実公は関白の立場でしたからその立場を活かし、法然上人さまに貢献されておられるのです。

では、具体的にはどのような貢献があったのでしょうか。

それは、九条兼実公は関白の立場でしたから、お仕えされた天皇である後鳥羽上皇さまに、法然上人さまを皇廷にお招きし、是非、お釈迦さまのみ教えをお聞きしてみてください、と依頼されたと言われております。

後鳥羽上皇さまとしましてはお釈迦さまのみ教えを日本の国に弘興されたのは聖徳太子さまであられたこと、しかも、後鳥羽上皇さまにとっては聖徳太子さまは王族の祖先であり、しかも、聖徳太子さまは日本の国のお釈迦さまであるとされておられましたから、九条兼実公は天皇であられる後鳥羽上皇さまに、法然上人さまをお招きし、お釈迦さまのみ教えをお聞きしてみてください、と依頼されたと言われております。

そこで、そうした依頼を受けられた後鳥羽上皇さまは、法然上人さまの布教寺院を訪れるのではなく、むしろ、法然上人さまを皇廷にお招きし、聞法されたと言われております。

そうされた背景には、九条兼実公の依頼が大きくあったと思いますが、後鳥羽上皇さまにとっては聖徳太子さまは日本のお釈迦さまであると言われており、さらには、救世観音菩薩さまの化身である、とまで高く奉讃されておられる経緯の背景が大きくあり、そうした意味で法然上人さまをお招きされたのだと思います。

したがって、こうしたさまさまのご縁の背景から親鸞聖人さまは、法然上人さまからいただいたご恩、さらには、聖徳太子さまからいただいたご恩に対して感謝され、ご『和讃』の中では、次のように讃歌されておられます。

(一)、法然上人さまへの讃歌

「曠劫多生のあひだにも 出離の強縁しらざりき 本師源空いまさずば このたびむなしくすぎなまし」とあります。意味的には、

(久遠の昔以来、過去と未来の生活の間でも、迷いの世界を離れ出る、この強いご縁は全く知りませんでした。若し、恩師である法然上人さまが居られなかったならば、この生涯も空しく過ぎたに違いありません。)とあるのです。

この中で、「本師法然」ではなく、「本師源空」とありますが、何故なのでしょう。それは、そもそもは、「法然房源空」と名乗られておられたのです。したがって、鎌倉

時代までは「源空上人」だったのですが、その後、江戸時代から「法然上人」と名乗られるようになったと言われているからなのです。

その法然上人さまに出遇われた親鸞聖人さまは、そのお陰ですべての疑念が解消されたとの思いが強くなり、法然上人さまのお導きに感動され、このご『和讃』の中で、このように讃歌されておられるのです。

(二)、聖徳太子さまへの讃歌

さらには、聖徳太子さまに対してですが、親鸞聖人さまは、この六角堂での在り様を、ご『和讃』の中では次のように讃歌されておられます。

「太子の勅命歸敬して 六角の御てらを信受す 皇宮の有情もるとともに 恭敬尊重せしむべし」とあります。意味的には、

(聖徳太子さまがお示しくだされましたご指示に心から従い 六角堂に安置されました救世観音菩薩さまを崇拜し、皇宮の皆さまと共に うやうやしく尊び重んじて参りましょう) とあるのです。

まさに、聖徳太子さまは、お釈迦さまのみ教えを巾広く日本の各地に広めようとの思いから六角堂の建立は勿論、あちこちに、仏寺・仏堂を建立されておられるのです。

そうした中で、親鸞聖人さまは、この六角堂を重く受け止められ、崇拜されておりましたが、親鸞聖人さまにとって、勿論、聖徳太子さまへの報恩の思いは深くありましたが、さらに言いますと、その六角堂に安置されました救世観音大菩薩さまが化身の身となってこの世に出現されたのが聖徳太子さまである、と受け止められ、恭敬されておられた背景にさらに、大きくあったのに違いないと思っております。

したがって親鸞聖人さまは、さらに、ご『和讃』の中で聖徳太子さまを次のように

讃えられておられます。

「この像つねに歸命せよ 聖徳太子の御身なり この像ことに恭敬せよ 彌陀如来の化身なり」とあるのです。こちらも意味的には

(この六角堂に安置されました救世観音菩薩さまに帰命させていただきましょう 正直言いますと、聖徳太子さまは、この救世観音菩薩さまの化身であられるのです。

したがって、私共はこの観音菩薩さまをより深く恭敬いたしましょう さらに言いますと、聖徳太子さまは廣大無辺、お慈悲豊かな阿彌陀如来さまの化身でいらっしゃるのです) とあるのです。

そもそも、浄土真宗では、先にも述べさせていただきましたが、阿彌陀如来さまを安置される折には、基本的には「如来三尊像」さまと言いまして、阿彌陀如来さまを中心に安置され、その右側には救世観音菩薩さま、そして、その左側には大勢至菩薩さまが安置されておられるのです。

その安置の意味の背景ですが、そもそも、阿彌陀如来さまとは、智慧豊かな、しかも、お慈悲豊かな如来さまであると言われていられるのです。その智慧豊かな如来さまを表わしておられるのが、この大勢至菩薩さまであり、さらに、お慈悲豊かな如来さまを表わしておられるのが、この観世音菩薩さまであると表わされているのである、とお示しくだされているのです。

したがって、そうした意味で、聖徳太子さまはお慈悲豊かな観世音菩薩さまであると言われておりますが、基本的には阿彌陀如来さまのご化身である、と強調されておられるのです。

では、どうして、聖徳太子さまは、お釈迦さまのみ教えである仏教にご縁をいただいたのでしょうか。次回、説明させていただきます。 合掌

地域リハビリテーション その1

長生学園 講師 星 虎 男



●地域リハビリテーションの意義と目的

リハビリテーションの理念は、「社会的自立」「普通の市民としての生活ノーマライゼーション」を最終目標にして、人間的復権を図ることである。

地域リハビリテーションとは、地域社会と家庭という場において「社会参加」と「生活自立」「QOL」(Quality of Life: 人生の質、または生活の質)の向上を課題として、住み慣れた地域で普通に生活できるようにする活動の総体である。このためには、保健、医療、福祉の緊密な連携が必要で、地域社会と社会全体の理解と協力が欠かせない。

一方、地域リハビリテーションに対する概念は、諸機関によっていろいろと定義されているが、その中でも方向性を示す厚生労働省地域リハビリテーションシステム委員会の定義と、日本リハビリテーション病院協会地域リハシステム検討小委員会の定義を紹介する。

1) 厚生労働省地域リハビリテーションシステム委員会の定義

地域リハビリテーションとは、特に地域に存在するさまざまな社会資源を障害者本人、家族、地域社会が使い、または作り出し、地域社会の主流に障害者が再び主体的に融合できる「社会再統合」のためのリハビリテーションである。

2) 日本リハビリテーション病院協会地域リハシステム検討小委員会の定義

地域リハビリテーションとは、障害を持つ人々が住み慣れたところで、そこに住む人々とともに一生安全に、生き生きとした生活が送れるよう、医療や保健、福祉、および生活にかかわるあらゆる人々が行う活動のすべてをいう。その活動は、障害者や高齢者のニーズに対して、身近で素早く、包括的、継続的そして体系的に対応しうるものでなければならない。活動が実効あるものになるためには、個々の活動母体を組織化する作業がなければならない。家族や自分自身の問題として捉えることが必要である。

●地域リハビリテーションの対象、特性

地域リハビリテーションの対象者は、「社会参加」「自立」「QOL」に何らかの問題が生じている高齢者や障害者である。障害を持ったり、高齢になると社会的活動から遠ざかる傾向になり、家に閉じこもりがちになる。そのため、結果的に心身の機能が低下して生活自立性の低下とQOLの低下を招く。

閉じこもりの要因としては、①身体的要因(脳卒中、片麻痺などによる身体的機能低下)、②心理的要因(活動や社会参加に対する意欲低下)、③環境要因(住宅や地域の

環境、介護環境などへの不応)があげられる。

在宅で生活している障害者は、自宅を生活の基盤としている。したがってわが国で現在、もっとも地域リハビリテーションサービスを求めているのは、いろいろな原因で在宅療養を余儀なくされた重度の障害者、寝たきりの高齢者である。それらの対象者は自宅にひきこもり、社会に出たがらない傾向があるため、いろいろなアプローチを通して、社会参加を促すことが大切である。そのためには、対象者の生活スタイルの変更を適切に支援する技術的援助と、マンパワーを中心とした種々の福祉サービス体系の整備など、医療、保健、福祉関係のチームでの連携が欠かせない。

●地域リハビリテーションの課題

地域リハビリテーションが基盤としているのは、地域・在宅での生活であり、病院や施設における入院・入所の生活とは異なるものである。したがって、そこでは所属する地域・在宅生活に見合ったリハビリテーションサービスや福祉サービスが求められているため、地域リハビリテーションの果たす役割と課題は、地域の特徴に左右されるところがある。

保健・医療・福祉の制度が整っている欧米諸国と、医療機関さえも未整備な発展途上国とでは、明らかな違いがある。たとえば、入院治療期間の短い欧米諸国では、機能的には回復期に退院することが多いため、初めは生活より機能回復訓練などの医学的リ

ハビリテーションがより重視される。また、発展途上国では入院したくても病院が不足しているため、やむなく地域においてリハビリテーションが実施されねばならないところもある。そこには、理学療法士などの専門職も少なく、CBR (Community-Based Rehabilitation) プログラムにおいても、短期に養成されたスタッフが担当する場合も多い。

わが国では、国民皆保険制度がとられ、疾病の発生から急性期、回復期の期間を医療機関に入院して過ごすことが多い。このため、地域リハビリテーションでは、退院後の慢性期の維持的リハビリテーションが主体であり、機能の回復というよりも機能の維持、生活障害に対する種々のアプローチが中心となる(生活リハビリテーション)。

また、わが国では社会的入院といって、急性期・回復期を過ぎた患者が、適切なゴールがないため、やむなく入院を継続する場合がある。特にその傾向は高齢者に強く、医療保険制度の立場からも問題が多かったが、介護保険制度の制定がそれらを解決する契機になった。

●地域の範囲

高齢者・障害者が安心して暮らせるのは何といても長年住み慣れた地域で生活することである。地域リハビリテーションを「地域・在宅を基盤に生活している障害者の所属地域における、最適な生活スタイルを獲得するための手段」と考えると、地域の範囲は次のようになる。すなわち、障害

者のリハビリテーションには、原因疾患の急性期治療から始まり、回復期の訓練を経て地域活動へ復帰するための医学的、心理的、社会的な包括的アプローチが必要となる。日常生活や社会的活動のレベルを維持するための援助のすべてが必要である。

また、地域での医療やリハビリテーションを充実させるためには、専門機能を持つ医療機関や、合併症などの治療をはじめ気軽に診てくれるかかりつけの医師の存在が欠かせない。さらに、保健所や福祉事務所、介護高齢福祉課などの地域の行政の協力、介護支援事業者、サービス提供事業者、地域ボランティアなどさまざまなスタッフの連携とネットワークづくりが必要である。

介護保険制度下では、このようなネットワークシステムが特に重要視されているが、必要なマンパワーの不足、財政的な問題、地域住民の理解不足などが原因で必ずしも十分機能していない地域がある。各地域において、障害者のニーズを十分捉えて必要

な社会支援を開発し、その地域の特性に応じて統合的、包括的な地域リハビリテーションが実施されることが望まれる。

●地域リハビリテーションの具体的な取り組み

1) 社会参加の促進

ひきこもりがちな障害者、高齢者に対して社会参加を促進することにより、心身の活動を活発にし、生活の自立性とQOLを向上させる。

I) 機能の維持

在宅での機能訓練を通して、筋力の維持や、変形、拘縮などの合併症の予防を行い、可能な限り機能の維持を図る。

II) ADLの自立

さまざまな機能訓練を通して、身体的機能の維持を図るとともに、利用者の家庭での具体的な日常生活に結びつく訓練、すなわち生活リハビリテーションが必要である。

つづく

引く矯正法の底知れぬ可能性



山田 剛也



新海 良幸



菱山 博亮

山田：新型コロナウイルスの流行以降、筋肉の緩みづらい人が相対的に増えている印象でした。単純な運動不足に加え、運動や肉体労働由来の緊張は「縮みながら固まっている硬結」が多いのに対して、外出自粛生活者、リモートワーカーの筋緊張は、「引き伸ばされながら固まっている硬結」が多いように感じました。

通常の手のひらを当てて揺すっていく緩めかただと後者へのアプローチは今ひとつ難しかったのですが、ふと思ひ立ち、引く矯正法の動きを、緩みづらい筋線維・腱に（線維の方向に沿って）仕掛けていくと、リモートワーカーの患者さんたちの手強い筋硬結が、ずいぶん素直に緩んでくれています。

おそらくは引き伸ばされたまま固まったタイプの硬結に対して少し深い筋層を狙って引く矯正を行い、さらに少しだけ引き伸ばすことで伸長反射が起きて筋肉が緩み、奏功したのかな？と考えております。

拮抗筋を逆の手で支えながら硬結に対し引く矯正をじわじわと行い、拮抗筋側、支えている手にピクリと反応を感じたら離す、

みたいな感じで行うことで、刺激量を調整しています。

同じような硬結に対してはこんなアプローチもあるよ、など、忌憚なきご意見、お待ちしております。

新海：伸ばされて固まった筋肉、の考え方は私もよく使います。

縮んで固まった筋肉は、伸ばす、揉むで緩みますが、伸ばされて固まった筋肉はあまり効果が出ませんね。私の場合「拮抗筋を伸ばす事により、伸ばされて固まった筋肉をたるませてあげる」という考え方です。

たるませてあげた後は、緊張を取り、血行を良くすれば弛みますし、痛みは軽減します。

山田：私の考えですが、たるませた方の筋肉は弛ませる必要がありません。

ほっておいても時間と共に弛むからです。

ただ、痛みや過敏さはしばらく残るのでそれを取るだけです。

具体的には軽くさする、ゆらす程度です。

縮んでいる拮抗筋をいかに伸ばすか、弛めるか、に重点をおいています。

やはり普通の伸ばす・揉むは効きづらい

ですよ。

新海先生、「たるませてあげた後は緊張を取り」と書いておられる部分、たるませた筋の中にひそむ緊張をとるのには、どんな操作をなさることが多いでしょうか？

よろしければ、ご教授願えれば幸いです。

新海：私の考えですが、たるませた方の筋肉は弛ませる必要がありません。

ほっておいても時間と共に弛むからです。

ただ、痛みや過敏さはしばらく残るのでそれを取るだけです。

具体的には軽くさする、ゆらす程度です。

縮んでいる拮抗筋をいかに伸ばすか、弛めるか、に重点をおいています。

山田：なるほど、相反性抑制で十分に弛ませてしまう、ということですね。

わたしも同じようなイメージで弛めることが多いものの、拮抗筋の狙い方・形の作り方が甘いのか、深めの筋層や骨の際、筋腱移行部あたりの硬結が残りやすいのがちょっと悩ましいところでしたが、もしかしたらほっておいても弛むものに余計な手出しをし過ぎていたのかもしれない。

新海：相反性抑制と言うんですか！

どうもイメージ先行で治療してしまうので、この考え方に名前がある事を初めて知りました。ありがとうございます。

私の場合、拮抗筋に対しては伸ばす（ストレッチ）を多用します。

逆に揉むことはあまりしません。揉むとポイント的には弛むのですが、筋全体的で見ると弛み方がバラバラになりやすいです。

例えば、表面近くは弛んでも芯部や最深

部が弛まないとか。かと言って一所懸命に揉んでしまうと、ソコだけ筋繊維が潰れてダメージが残ります。

後で痛くなる原因になりますから、強く揉むことは避けています。

それともう一つ。「筋収縮」と「筋萎縮」に対するアプローチの違いがあります。筋収縮（スパズム）は、揉むかさするで弛めば筋肉は伸びます。

しかし筋萎縮は弛んでも伸びません。

拮抗筋同士が同じ長さなら、どちらにも筋緊張は発生しません。

拮抗筋のどちらかが短くなる（筋萎縮を起こしている）場合、もう一方の筋肉はバランスを合わせようと頑張って縮みます。

じゃないとその関節が曲がったままになってしまいますから。

結果、その筋肉は疲れて血行不良になり、緊張が取れず硬結が出来てしまう、と考えています。なので、その拮抗筋にのみかかるストレッチを用いる、という治療法を使っています。

菱山：なかなか興味深いですね。

「引き伸ばされながら固まっている硬結」なるほど、言われてみれば！！

引く矯正によって、好結果につながって良かったですね。

長生三本柱の一つ、脊椎矯正で、骨が正規の場所に収まることによって、深層の筋肉にも届き、全体的な筋肉も緩んで正常な働きになると思います。

以前、大先生に“矯正は骨を正しい位置に戻すばかりでなく、筋肉を緩める目的で

も使う “

と教えていただいてから、馬鹿の一つ覚えではないですが、骨格模型を目指すような感じで矯正をして正していきます。

引く矯正で好結果が出たとのことですが、脊柱伸張法もかなり効果的です。

背中や腰がアンバランスに硬いのが良くなります。

また八の字や膝頭、座位・伏臥位での頸椎矯正などの矯正音が出るような矯正も、緩みます。患者さんはボキッと行ってスッキリするのですが、気持ちの問題だけでなく、矯正の時の刺激が、確実に筋肉も緩んでいます。

山田：“矯正は骨を正しい位置に戻すばかりでなく、筋肉を緩める目的でも使う “

……という証言は我が意を得たり！とうれしくなりました。ありがとうございます。

菱山：引く矯正法、伸張法の動きで、筋肉に直接アプローチして伸ばす感じでも効果ありますし、骨を動かして正規の場所にするだけでも、筋肉のアンバランスが取れて、結果硬くなった筋肉が緩むと思います。

山田：骨格系への矯正にしても、筋系への直接のアプローチにしてもいける！ということですね。脊柱伸張法は、うまくハマると一気に緩み、体幹～下肢のつながりまで整うように思いますが、極端に運動不足の患者さんには揉み返的な症状が出そうなのが不安でちょっと使用を控えていました。

山田：今日もリモートワークで身体をやられた幼なじみが治療を受けに来ましたが、

「自分でゴルフボールでグリグリやっても

膏盲が痛いばかりで良くならない」という肩甲骨内側の硬結が、まさに「引き伸ばされながら固まった硬結」でありました。

肩甲骨の際を狙って引く圧をかけたらスッと緩み、幼なじみ相手に良いところを見せられて、ハッピーでした。

硬くなったから縮んでいる……ではなくて、引き伸ばされながら硬くなっている、というのがもともとデスクワーカーには多かったのですが……。

最近増えているのは、そのままさらに引き伸ばされた側の筋肉の線維にも拘縮が生じているような感じですね。

新海：肩甲間部にボール状の硬結では無く、縦長の棒みたいな硬結が出来てる患者さんもいますね。通勤が無くなって、立って歩く事が少なくなると、猫背で背筋が伸びたまま固まっている人が多くなってきた気がします。

菱山：引く矯正法、伸張法の動きで、筋肉に直接アプローチして伸ばす感じでも効果ありますし、骨を動かして正規の場所にするだけでも、筋肉のアンバランスが取れて、結果硬くなった筋肉が緩むと思います。

山田：骨格系への矯正にしても、筋系への直接のアプローチにしてもいける！ということですね。

脊柱伸張法は、うまくハマると一気に緩み、体幹～下肢のつながりまで整うように思いますが、極端に運動不足の患者さんには揉み返的な症状が出そうなのが不安でちょっと使用を控えていまし

長生SNSより転載

随想編

長生学園の3年間

63期生 岩崎佳子



3年前私は、この学校の卒業生の主人の
治療院の仕事のお手伝いをしていました。

「私も身体の勉強をできたらいいね」とた
またま話したのが、長生学園に入学するき
っかけとなりました。

そこから、国試、卒業式を迎えるまでは、
あっという間でした。膨大な知識の医学の
勉強をどのように取り組んでいけばいいか、
試行錯誤の毎日でした。3年の最後の最後に
ようやく各科目の勉強が繋がり、各々の勉
強の意味がわかり、やっと全体像が見えて
きました。そして3年の終わりになって、よ
うやく自分のやりたいマッサージの方向性
が見えてきたというところで卒業となって
しまいました。

50すぎでの勉強は、私自身、身体の不具
合がいろいろな箇所に出始めており、周囲
の人も何らかの不調を抱えている人が多く
なっていました。運動のしすぎで膝が痛く
なったり、五十肩になる前触れのような痛
みを感じていたり、特に各論は、実感を持
って取り組むことができました。

長生の先生方は、第一線で活躍されてい
らっしゃる先生で、医学の深みのある授業
をして下さいました。そして、年齢的にも

記憶力がおぼつかない
私達学生に、繰り返し
繰り返し、わかりやす
く説明して下さった授業はとても貴重な
ものでした。

年齢も20代から60代までと、幅広いクラ
スマートと一緒に協力し、学べた毎日も得
難い経験でした。

90年の伝統ある長生医学は、自然治癒
力を発揮させることにより、こころとから
だを健全に保ち、健康で長命で幸福生活
を願う医学です。

私は卒業後は、さらにこの長生療術を深
めていくために、引き続き臨床実習室で学
ばせて頂くことになりました。

修伽先生は折に触れ、「この学校に入った
のも縁です。お父さん、お母さんがいて、
あなたのまわりの人の助けがあってこの学
校に来たことを忘れずに、感謝の気持ち
を持てる人でいて欲しい」「施術をするときは、
『してあげたではなく、させて頂く』と気
持ちを忘れないように」とお話しして下さ
いました。この言葉を胸に刻んで、一人前
の治療家へ向けての道を歩んでいきたいと
思います。

3年間を振り返って

63期生 関根光代



卒業式では、生後1ヶ月半の娘を想い後ろ髪を引かれつつも、号泣しながら復学を決意した時の事が思い出されました。

夢中で駆け抜けてきたのか、他の記憶は殆ど無く、ただ、家族や先生方、温かいクラスの仲間や先輩、保育園の先生など多くの方々のお陰でこの日を迎えられた、という感謝と安堵の気持ちで胸がいっぱいになりました。

私が施術家を目指したのは、心身ともに疲れ切り、初めてマッサージを受けた時に心がフワッと解けていくような感覚をおぼえ、人の手の凄さに驚いたことがきっかけでした。大変な状況下で頑張る方々をみてきて、この手で皆が明日もまた少し頑張れるようお手伝いしたい、と思い進路を決めました。やるからには身体のことをしっかりと勉強してからでないと相手に失礼だという思いと、医療系国家資格が資格取得に必要なリンパ浮腫セラピストのを知り、独自の治療技術を修得できる長生学園の門を叩きました。

在学中は、現代医学や東洋医学についてここまで必要があるのか

と驚くほどの内容を教えていただきました。お陰でその知識や考え方が日常で役に立っています。また先生方の患者様への思いから医療従事者の心構えも学びました。実技についてはより多くを学び吸収したいと思いました。経験を積むため2年生の後半から個人的に始めた施術練習は、やってきて良かったです。

今後は、現場でどんどん経験を積んでいきたいと思う一方、娘との時間を大切にしたいという気持ちも強く、就職は簡単ではありません。でも私には思いがあるので諦めません。施術家として、修伽先生が常々お話をくださった、感謝の気持ちを持ち謙虚であることの大切さを忘れず、「良くなりますように」と思いながら患者様に手を当てさせていただこうと思います。そして、娘に寂しい思いをさせず施術できる環境をつくることも目標に、また走り出そうと思います。3年間ありがとうございました。

1年間を振り返って

1年 昼間部 小長谷 映観梨

私は、この1年間を通して様々な事を学ぶ事が出来ました。

第一に、人と関わることの大切さや、あいさつを徹底することの大切さなどを、長生の実技授業を通して改めて教わりました。

毎日クジを引くことによって、初めて話す人や2回目ぐらいに話す人など、変わった感じで毎回新鮮さがありました。また、施術をする際に声掛けを行うことや、施術時の絶対に行ってはいけない事などを細かに知ることが出来、とても為になりました。

たまに修伽先生が来校された時には、施術の根本的な順序や姿勢、操作方法など丁寧に教えて下さり、普段の授業で分からなかった事などを聞いて理解することが出来

たと思います。

脊椎矯正や第2頸椎押し込み法の授業の時

は、脊椎矯正は一向に正解が分からなくて何度もやり方を変えたり、自分なりにやってみると言うことをしました。第2頸椎押し込み法を初めて行った時は、とても感動しました。

私は日頃から第2頸椎が右側に行きやすいので、この方法をやって真っすぐになった時は、本当に感動しました。

2年生になっても長生の授業を行う際に人とのつながりを大切にしていきたいと思っています。



1年 昼間部 潮木 円香

プラーナ。この不思議な力を知りたくて入学した。

実技の授業がある時は、毎日楽しみで、あきることなく望めた。学科での疲れがふっとんだ理由は、間に実技があったから。それはまぎれもない事実である。1年を通して学び、長生の実技は色々な方に施術できるものばかりで、習ったことは何度も家族の肩を借り、練習をしていた。

肩こりがひどく、がたいがいい人から、細身で深部が凝っている人まで出来る手技なので、将来、卒業後も行えろと考えた。

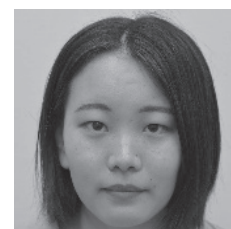
特に印象に残った事は、下肢の手技で、この手技を終えると、肩がなぜか軽くなり、体全体も軽くなったからだ。これなら肩こりがひどくあまり押せない方でも、下肢の方

から少しずつ緩めていく事が大事だと学んだ。

痛い所だけ治療してはいけない事を学んだ

ので、下肢や手の施術を今後も行っていきたい。

長生学園は、独自の方法で教えて下さるので、貴重な経験をしている。貴重な経験と言えば、やはり、長生ならではのプラーナではないだろうか、手と手を触れなくても温かさが伝わる不思議な力は、学ぶ価値は大いにあるだろう。実際に、振動法などを通して、プラーナを学び、手から出るエネルギーを感じる事が出来た。プラーナは感じる事が大事なので、患者さんに施術する時も、元気な状態で行い、多くの人を健康へと導きたい。



1年 夜間部 柏木 伸二

ちょうど1年前の3月に、長生学園を受験した頃のことを思い出しました。

その頃私は、退職を間近にして第2の人生をどのように過ごすか悩んでいました。いろいろ考えた末に、新しいことに挑戦することを決意し、あん摩マッサージ指圧師になるため、長生学園の門を叩いたのです。

入学前は学校に通って授業さえ受けていれば、あん摩マッサージ指圧師になれるだろうと甘く考えていました。しかし入学してみると、学科、実技ともに学習することが盛り沢山。

しかも今まで聞いたこともない専門用語ばかりです。想像を超えた苦勞の1年間でした。

その中で助けになったのが国家試験に受からせよう、そしてプロとしての実技を身に付けさせようという先生方の熱心な指導と、全員で国家試験に合格し、立派な施術者になろうというクラスの仲間の励まし合いです。

今では長生学園に通う事が、私の生活を充実したものにしてくれています。あと2年間なんとか頑張っけて通い続けたいと思っています。



1年 夜間部 長谷川 哲也

この年齢(56歳)になって勇気をもって入学を決め、いきなりコロナで入学が6月になり、さらに不安の状態です学校生活が始まりました。

フルで仕事をしていて、時間的にかなり厳しかったですが、今までで一番勉強をしたと思えるほど勉強しました。ここまで頑張れたのは、同じような状況で、同じ目標を持って頑張っているクラスメートの存在です。勉強を教え合い、実技を練習し合い、これがなかったらどんなにつまらない学校生活になっていたか分かりません。本当にありがたいクラスメート達です。

少しでも上手くなりたく、振動法を毎日15分やり、自宅では妻や子供に練習台になって

もらい、月2回母と娘の所へ行って練習台になってもらい、とにかく出来る事を精一杯やってきた1年です。

2年3年はさらに授業も大変になると聞いています。今のペースを落とさず、卒業まで突っ走っていきます。とにかく吸収できるものは全て吸収する思いです。2年生もどうぞよろしくお願ひします。



2年 昼間部 大橋 達哉

後期の特に後半、新型コロナウイルス感染予防のために、他の科目ではリモート授業が始まり、実技の科目である「長生」でも課題学習の時期があり不安でしたが、気付かせてもらえる収穫があったと感じています。

自分の頸椎に触れ、左右の偏位などその状態を報告する課題のとき、当初私はかなりグリグリ触れてもC2～7の識別も偏位の認識も出来ませんでした。多く触れるうちに識別できるようになってきました。しかし家族の頸椎ではまだまだ正確に識別

できません。グリグリ触ると痛がられてしまいます。長生館の先生のように、さっと頸椎の異常を認識できるのはまだまだです。

今後は人の頸に多く触れ、人の頸でも各頸椎を認識できるようになる。それらの異常を認識できるようになる。これらの一連の流れをスムーズに行えるようになる、等を目標に課題を一つずつ克服していきたいとはっきり思うようになりました。



2年 昼間部 村山 輝隆

この1年間は特別な1年になりました。

何方にとっても制限がある中で学んだことは、不満は当然として湧いてきますが、同時に袋小路に追い詰められた事で、工夫なり信念なりを見つめ直したりする必要も、通常より出てきたのではないかと存じます。

施術の面ですが、私にとっては自身の身体の硬さをこれまでより少し克服出来たため、膝頭の矯正等、身体の柔軟性を必要とする施術に抵抗感が減少しました。

足首の硬さ等、克服したいと思いつつも諦めていた事を改善でき、自身の施術に少しずつ自信が持てるようになりました。

近い将来、この自信を育みつつ施術で還元していく事が長生学園に報恩することに繋がれば幸いです。



2年 昼間部 石井 麻紀子

学年が上がってコロナでの自宅からの新学期スタートに、少し動揺しました。でも、みんな同じ状況なので、気持ちを切り替える様に前向きに考え、毎日を過ごしていました。

学校へ行くようになり、仲間の顔を見たときは、ホッと、頑張らなくてはどういう気持ちになりました。

テストをなんとか乗り越え実技がない授業、コロナを持ち込まない、自分の行動が隣の

人の命を奪いかねないという話しなどにプレッシャーを感じながらなんとか2年生の終りを迎えます。

来年の国試が近づいてきている実感も湧いてきて一日一日を大切にしていきたいと思います。

3年生になるまでに、解剖、生理、経絡の復習をして新学期を迎えたいと思います。



3年 夜間部 佐藤 直子

後期は自宅学習が続き、その中で緊急事態宣言が延長され、この先どうなるのか不安でしたが、実技を再開していただき本当にありがとうございました。人に触れ、気持ちいいと言ってもらえる喜びを改めて感じる事ができました。また、これまで矯正は難しい、出来ないという思いがありましたが、管長がわかり易く説明してくださり、毎回簡単そうにされている姿を見て、私にも出来るのではないかと、やれそうだと大きく意識が変わってきました。

この1年を振り返り1番印象に残っているのが柴田先生の手の温もりです。先生に触れられると体の深部まで温かさがふわっと伝わり、この感覚を言葉に表現するのは難しいのですが、今まで感じたことのない癒しがそこにあり、とても気持ちが良かったです。

先生のような施術者を目指します。いつも親身にいろんな角度から教えて下さり、ありがとうございました。



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46弾～嬉しい「やってみた」報告～



嬉しいお知らせが到着しました！
なんと！先日、読者から反響のお電話を頂きました＼(^o^)/
52期の伊藤陽裕先生です。
12月掲載の逆子治療がうまくいって、患者さんから喜ばれたそうですよ！

おお！それは嬉しいお知らせですねえ。



ひゃっほう！記事作りを手伝った甲斐があるってもんです！ゞ(*´▽`*)ノ



やったー！
大村先生と横山先生の長生を伝えたい熱い気持ちから始まったこのコーナー
反響があるとまた新たな力が湧いてきますね！
もう、これは、ご本人にどんな感じだったのか詳しくお聞きしたい！
善は急げ、突撃となりの晩ごは…もとい、突撃インタビューしました。

伊藤陽裕先生のお話(抜粋)

今まで、逆子に対して、8ヶ月で足小指外側の至陰(しいん)と内踝三横指上にある三陰交(さんいんこう)にお灸をしていたが、9ヶ月に入るとなぜか効かない。
今回の患者は、9ヶ月に入っていたので、記事の治療を試すことにした。
胸椎7番、8番につまりがあったので、上記の治療に加えて、胸郭を開く意識をもって9番から6番まで膝頭で持続的(10秒)に圧を加えていった。そして赤ちゃんへの語りかけもするよう勧めた。
すると、2回の治療で、逆子から戻ったという報告があった。



胸郭を開く意識や、胎児の語りかけ、知恵袋を忠実に実践されてますね。

背骨の状態を診て、考えて実践してるところがまた素晴らしいですね。
僕の治療の考え方として、症状を治そうとするのではなくて、背骨の形が悪いからその症状が出てしまうものと捉えます。
逆子なら、逆子になってしまう体勢をしてないか？(2人目の妊娠で上の子の世話で前かがみが多いなど)逆子が戻れない体勢になってないか？(座り方や運動不足など)それを元の背骨の形に戻すことで結果的に逆子が戻った、と捉えます。



伊藤先生は、鍼灸の資格もお持ちなのでお灸の治療をされていたのですが、今回、記事の逆子治療に対する考え方に納得され、共感されたそうです。
胎児への語りかけについては、患者さんがおおいに納得されたそうで…というのも、2歳になるお子さんにかかりきりで、“お腹の子”に気がいっていなかったことに思い至って、お子さんと一緒に「頭はこっちだよー」とお腹を撫でながら声をかけることを実践されたのだそうですよ。

なんとも素敵なお話。ご家族でお産に向かうって大切ですね。
こういうお話聞けると嬉しいなあ。語りかけはホントに大事。





そうですね。
インタビューしていて、胎児への語りかけは精神療法なのだと感じました。



胎児を撫でていることを考えると、プラーナ療法でもありますね。
逆子治療はお母さんへの脊椎矯正、胎児への精神療法、プラーナ療法と
長生の3本柱がそろってうまくいったのでしょうか。

長生の凄さを実感しますね。
これからも、ここで先達から教えて頂いたことを伝えていけたら良いなあ。



こういうフィードバックはとても嬉しいですし、やる気にも
繋がるのでどんどん送って欲しいですね♪



それと、36週からは先ほどの治療に加えて「妊娠から産後のケア(2016)」
(医道の日本社)掲載の治療法を参考に、安産・血流改善目的で、大腿内側の
硬くなっている部分を弛める施術もするそうです。
内腿には婦人科の治療に効くと言われている脾経や腎経もあります。
理にかなった治療をされていて、素晴らしいと思います。



長生の教科書に逆子の治療は掲載されていませんが、在学中、修伽先生に「逆子
は、胎児をお尻の方から時計回りの方向(でんぐり返しの要領)にゆっくり回すこ
と。2~3回で必ず治りますよ」とご教授いただいたのを思い出しました。
その際、**大腿内側の操作は流産の危険があるから気を付けるように、と。**



え？**大腿内側**・・・ですか？ うわっ、大腿外側だと思ってましたf(^-^);
長生早見表では、腰椎2番は分娩と書いてあり、外側大腿皮神経が腰椎2番
ということを結びつけて、記憶違いしていたようです！

僕は、妊婦さんでも細心の注意を払いながら足の一般操作はしていますよ。
だいたいの方が安定期に入ってから来られるしね。



患者さんとの信頼関係があるからこそ、できることですね。



逆子の治療は、このように先人たちから直接、身口意*1で伝えられ、臨床の中で
各々アレンジが加えられたのだと思います。
こうした無形の財産をご紹介できたのは、とても意義のあることです。
各支部で開催されている研究会は、まさしくこのような教科書に載っていない
スキルを知るチャンスですからね。早く再開されると良いですね♪

*1身口意(シンクイ): 仏語。動作を行う身と、言語表現を行う口と、精神作用をなす心。人間の一切の活動。(インターネット抜粋)

みなさまからのご意見・ご感想・ご質問は随時受付中です。これからもどしどしお寄せください。
とつてもお~つても記事作りの励みになります(*' ω' *)
名前が出ちゃうのは恥ずかしいという方は匿名で掲載させていただきますのでどうぞご安心を。
〒230-0052 横浜市鶴見区生麦1-7-10 E-mail:tani@chousei.jp
長生医学会事務局「知恵袋」係

帰ってきた

☆どちんのただいま徒然中☆その6

ども。もう新年度になりましたねえ。今年の卒業式や入学式はどうだったのでしょうか。

去年の息子の卒業式は休校真っ只中のために、保護者も在校生もなく、先生と卒業生だけの短く寂しい卒業式で、入学式も、校庭で校長の話と先生の話聞くだけで名前なども呼ばれず最低限の資料を配られて教室に入ることもなく終了。ある意味絶対に忘れない思い出です(笑)。

さて、前回の記事を書いた後、何かネタがないかなーと、昔のファイルを漁っていたら、文章だけ書いて、漫画のネタに詰まって放置されていたものがいくつか出てきました。せっかくなので、文章だけでも載せてみようと思います。今回は3年ほど前の話です。どうぞ。

今更ながら発達障がい児のママの第3弾です。

彼女は、本人曰く「ねばならない人間」です。彼女が「世間」に向き合うとき、「失敗してはならない」「失礼になってはならない」と一事が万幸、びっくりするほど些細なことに対して、不安と緊張に苛まれて日々を送っています。

信頼する人の言葉を守り、ネットや文献で調べては記録し、様々な講演会で常に勉強し、理想を目指し、しかし上手くいかないもどかしさにまた反省…と、とてもストイックな人生を送って、それゆえに苦悩しています。

そんな時にワタクシと出会ったわけですが、このゆるゆるで、根拠のない自信を無駄に持つ「どちん」という生き物に、どうしたわけだか安心感と信頼感が生まれたようで、私の言葉はすんなり入らしいのです。

ある朝、ひよんな流れで「失敗したって、嫌われたっていいじゃない。こんなにいっぱい人は居るんだから、全員と仲良くなるなんて所詮無理。そのままを受け入れてくれる人だけでいいんだよ。」

とメールしたところ、夕方来た返信に「メールのおかげで、今日はお話の内容そのものに集中できました。」と書かれていました。普段は話の内容より相手に対して“失礼のないように”“嫌われないように”ばかり気になって、ここで放り出されたらこれから先がなくなってしまふ…という恐怖心が先に立っていたのです。

そのことが私には衝撃的過ぎました。

彼女には「会話を楽しむ」こと、「自分の想いを伝える」ことがそんなに難しいことだったのか…と改めて彼女が大変な想いで人生を送っているのだと痛感しました。

先日、別のママ友に会った際「彼女、最近明るくなってきたよ。力が抜けてきたというか♪」と嬉しい反応がありました。他の人たちも感じていることで、最近の出来事がなにかしらプラスに働いていることを実感しました。少しでも力を抜いて、子育てを…反抗期をも楽しんで、少々の障がいもプラスに変えて、壁にぶつかったら体当たりじゃなく、回り道や抜け道を使ってなんとか切り抜けてほしいなと、そのためにほんの一言、力が抜ける言葉をかけてあげられたらいいなと、切に願うどちんなのです。

気になる話題・知って得する情報募集中!

〒230-0052横浜市鶴見区生麦1-7-10

長生医学会事務局「どちん係」

Eメールアドレス:tani@chousei.jp



長生会便り =支部案内=

令和3年度 中央支部行事予定

月/日	会場	10:00 ~ 13:00	午後はありません
4/25	長生寺	「ビデオ上映会」 (膝の操作・程野保夫先生) (梨状筋症候群・渡辺光章先生)	感染状況により変更となる場合があります
5/23	長生寺	横山恭寛先生「診断法」	
6/27	長生寺	土肥二郎先生「腰部・下肢」	
7/25	長生寺	多田佳宏先生「膝・足関節治療法」	
9/26	長生寺	村山幸喜司先生「基本操作法」	
10/…	長生寺	第29回三支部合同医学会（北関東支部担当） ・中央支部の研究会はありません	
12/5	長生寺	忘年会中止	
1/23	長生寺	役員会の為、研究会はありません	
2/27	長生寺	未定 (9月頃にはご連絡致します)	
3/27	長生寺	定例総会	感染状況により変更となる場合があります
○本部行事			
4/4		花祭り・長生上人誕生祭	
7/11		長生寺にて盂蘭盆会	
11/12~14		長生寺にて講習会・第99回医学会・ 報恩講・修伽先生米寿のお祝い	
1/19		長生寺にて新年会	

令和3～5年 役員一覧

【中央支部】

支 部 長 渡辺ひろき
 副支部長 小野寺 啓 菊池 豊
 実行委員 吉川 康弘 西田 明生 菊池 豊
 会 計 小野寺 啓 小林 範行
 システム 山下 隼人 長井 明美
 書 記 櫻井 俊伸 天本啓一朗
 会計監査 白井 功一 野澤 靖幸

千葉茨城支部 2021年(令和3年)度 行事予定

日本長生医学会 千葉茨城支部

月	日	曜日		行事予定	会場(時間)
2021年					
9	5	日	支部	定例研究会①	長生寺(10:30～16:00)
10	17	日	三支部	三支部合同医学会	長生寺(10:30～16:00)
12	12	日	支部	定例研究会②	長生寺(10:30～16:00)
2022年					
2	13	日	支部	定例研究会③	長生寺(10:30～16:00)
3	13	日	支部	定例研究会④, 総会	長生寺(10:30～16:00)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、5月・6月の定例研究会は中止とします

<<定例研究会について>>

時 間： 午前10時30分から午後4時

支部会費： 年間 13,000 円

研究会費： 1回 1,000 円

会場情報： 総本山 長生寺

<住所> 神奈川県横浜市鶴見区生麦1-7-10

<TEL> 045-521-7486 ※会場への問い合わせはご遠慮ください

連絡先： 支部長 澤 理江 090-1044-6649

近畿支部・西日本連合会合同医学会 中止のお知らせ

西日本連合会長の意見も踏まえまして、近畿支部で行いました総会において協議した結果、昨年末から第3波の感染も拡大し今後も第4波の感染拡大が懸念される、ワクチン接種も行き渡るのにもまだまだ時間がかかると思われる等、不安材料が多く安心安全に合同医学会を開催する事は困難ではないか。

との意見で一致し、賛成多数で今年の合同医学会を中止する事に決まりました。

五十周年の記念が第五十回の記念に変わった上にまたの延期となりましたが、時間が多くなった分いろいろ考えて、楽しんでいただけるような合同医学会になるようにさせていただきたいと思っております。

みんな笑顔で集まれるその日まで、感染には十分に気をつけてお過ごし下さい。

合 掌

近畿支部長 田中 隆之
西日本連合会長 片山 和彦

お知らせ

令和3年度長生会費の払込みについて

令和3年3月17日、大田上池台郵便局、（東京都大田区上池台1-6-3 東急池上線、長原駅近く・環七沿い）にて保険を含む長生会費19,250円の振り込みをされた方、住所氏名不明のため、入金処理が出来ません。

会員証・領収書が届かない等、お心当たりの方は、至急日本長生医学会までご連絡下さい。

令和3年4月2日 印刷

令和3年4月5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