

街の元気 ● みんなの元気を応援します

VIVACITY

ビバ
*
シティ

公益社団法人 石川県柔道整復師会

2013
December
Vol.

06

特集
サポート接骨石川(SSI)活動報告
ハツラツと健やかに人生を楽しむお手伝い

尾山神社ライトアップ

[柔道整復師倫理綱領]

国民医療の一端として柔道整復術は、国民大衆に広く受け入れられ、民俗医学として伝承してきたところであるが、限りない未来へ連綿として更に継承発展すべく、倫理綱領を定めるものとする。

ここに柔道整復師は、その名誉を重んじ、倫理綱領の崇高な理念と、目的達成に全力を傾注することを誓うものである。

- 1、柔道整復師の職務に誇りと責任をもち、仁慈の心を以て人類への奉仕に生涯を貫く。
- 2、日本古来の柔道精神を涵養し、国民の規範となるべく人格の陶冶に努める。
- 3、相互に尊敬と協力に努め、分をわきまえ法を守り、業務を遂行する。
- 4、学問を尊重し、技術の向上に努めると共に、患者に対して常に真摯な態度を以って接する。
- 5、業務上知りえた秘密を厳守すると共に、人種、信条、性別、社会的地位などにかかわらず、患者の回復に全力を尽くす。

街の元気 ● みんなの元気を応援します

viva city
ビバ
シティ

2013

December

vol. 06

C O N T E N T S

1 特集 サポート接骨石川 (SSI) 活動報告

- ①猿鬼歩こう走ろう健康大会
- ②KOMATSU全日本鉄人レース
- ③野々市じょんからの里マラソン
- ④石川県防災総合訓練

7 Member's Voice

この1冊 中田 健市

新入会員紹介

9 第37回 厚生労働大臣旗争奪日整全国柔道大会

10 トピックス

サポート接骨石川(SSI)活動報告

ハツラツと健やかに 人生を楽しむお手伝い

サポート接骨石川(SSI)は、公益社団法人石川県柔道整復師会会員によるボランティア組織です。ここではSSIが行うさまざまな活動の中からスポーツイベントで実施するケアサポートを中心にご紹介します。

サポート接骨石川(SSI)活動①

猿鬼歩こう走ろう健康大会

平成25年9月22日(日)、「第27回猿鬼歩こう走ろう健康大会」が、能登町柳田運動公園で開催され、本会会員で組織した「赤十字奉仕団・サポート接骨石川(SSI)」がケアサポート活動を行いました。大会当日の早朝、活動に参加する18名が柳田体育館に集合。朝7時前から受付に選手が並んだため開始時間を大幅に早めてケアを行いながら、堂本支部長の最終ミーティングを行い準備を進めるという活動スタートになりました。

■今大会の活動状況

3連休の真ん中という日程の中、県内外からランニングやウォーキングに1,011人が参加し、北國新聞で「うめめ日記」を連載中の柳田出身の写真家 梅佳代さんがゲスト出場。さらに



静かだったブースが一転、受付に人が溢れる。



梅佳代さんと
記念撮影！



能登のあちらこちらから「ゆるキャラ」も集合し、27回目となる大会を盛り上げました。

ブースに訪れた選手にはアイシングやテープ、ストレッチなどを行いましたが、ハーフマラソンがスタートした後はパッタリと人の流れが途絶え、梅佳代さんと一緒に写真を撮らせてもらったり、「ゆるキャラ」達を眺めたりと静かな時間を過ごしました。しかし、ハーフマラ



ソンのランナーがゴールする10時30分頃を境に状況が一変、続々と選手が詰め掛けてたちまち受付に人が溢れ、ベッドもいっぱいになつたため長椅子までベッドにして、風の通らない体育館の中で全員汗だくになりながら奮闘。予定時刻はオーバーしたものの、ブースを訪れた希望者全員のケアサポートを終えました。

「いつもありがとうございます」と笑顔でブースを出て行く人々を見ていると、11回目を迎える我々の活動が定着し、喜ばれていることが実感できました。さらに「ボランティア活動を通じて地域社会を住みよくしたい」と願う赤十字奉仕団の意義が、少しでも理解していただけ

ケアを受けた皆さんに… 直撃インタビュー！

ハーフマラソン完走 24歳女性(七尾市)

練習中からずっと気になっていた肩が楽になりました。知っていたら走る前にケアをしてもらっていたのに残念です。次は絶対、競技の前に来ようと思います！

ハーフマラソン完走 46歳男性(かほく市)

フルマラソン完走を目指し、腕試しのつもりで参加しました。景色はよかつたけれどハーフも甘くなかった！帰れるか心配でしたが、ケアのおかげでなんとか家まで帰れそうです。

歩こうの部3キロ 81歳男性(七尾市)

去年もここで楽にしてもらったよ。この一年で腰が曲がって、ちょっと歩きにくくなつたけど、できれば来年も参加してここへも来たいね。

〈施術データ〉

参加選手数	利用率	ケア人数(170名)	
1,011名	16.8%	男 102人	女 68人

たらと願っています。

最後に、この活動が地元の能登支部の会員だけでなく、各支部の会員の応援や遠くから来られる協力業者の方々など、たくさんの人々に支えられていることを深く感謝いたします。

来年からは、「のとキリシマツツジ」の開花時期に合わせて5月中旬の開催に変更になることが発表されました。歴史あるこの大会を盛り上げるために、これからも頑張ります。

9/21^(土)

トレーナーブース設営と準備研修会を実施

大会前日の午後3時より、会場となる柳田運動公園・柳田体育館でケアブース設営を行いました。

体育館には能登支部会員を中心に8名が集合、16台のベッドや大量の衛生材料などを会員のワゴン車や軽トラックで何度も往復しながら運び込み、ブルーシートを敷きつめ、入口に大きな看板を立て懸けるなどの作業を行いました。

ブースが完成した後、午後5時からはテープelingやストレッチなどサポートに関する準備研修会を行い大会に備えました。



トレーナーブースの完成です！



【サポート活動参加者】

堂本義邦・錦川孝彦・山田俊志・二又俊孝・干場和規
中野秀人・濱亮輔・赤池敬順・大森宣養・坂下竜彦
大森莊養・百谷実・山田誠・山本久人・渥口誠
波佐谷兼潤 以上 16名(能登支部)
西川典孝・東勝一 以上 2名(金沢南支部)

【協力業者】

直本工業(株) 藤原邦高
※順不同・敬称略



サポート接骨石川(SSI)活動②

KOMATSU全日本鉄人レース

平成25年9月29日(日)、小松ドームにて第32回KOMATSU全日本鉄人レースが行われ、加賀支部会員を中心にサポート活動を実施しました。トレーナーサポートを始めて18年目となる今年の大会には、(公社)石川県柔道整復師会会員でつくるサポート接骨石川(S S I)、金沢大学トレーナー部K A T T、北信越柔整専門学校の碓井貞成校長はじめ講師・学生など約50名が参加しました。

■今大会活動の状況

大会前日の28日は午後2時30分より、開会式を横目に見ながらブースの準備をしました。碓井校長が視察にみえられる中、K A T T、柔整学校講師の皆さんのお手伝いをいただいて、衛生材料やベッドの搬入、イスや机の配置な



早朝5時半からメンテナンスを開始。

朝7時30分、鉄人の部から競技がスタート！



どを完了。夜には、45名が参加して「がんばろう会」を開催し、翌日一緒に汗を流す仲間同士、交流を深めました。

レース当日は、早朝5時30分の開始から午後2時まで、約300名の選手にメンテナンスサポートを行いました。利用率も50%を超える毎年参加されすっかり顔なじみになった選手と再会したり、「トレーナーブースがあるので安心してチャレンジできます。本当にありがとうございます」といった感想を聞くと、ブース自体が定着していることを実感します。

今年は、骨折・脱臼といった大きなケガもなくスムーズな運営ができました。参加、ご協力いただいた皆さんに感謝いたします。



〈施術データ〉

参加者	完走者	ブース利用者(306名)		ブース利用率
		レース前	レース後	
597名	536名	96名	210名	57%

たくさんの方に応援をいただきました。ありがとうございました。

〈レース概要〉

- 鉄人● 144名エントリー (完走 117名)
バイク 40km ≫ 登山 10km ≫ バイク 20km ≫ ラン 20km
- ロング● 125名エントリー (完走 116名)
第1ラン 6km ≫ バイク 60km ≫ 第2ラン 20km
- ショート● 232名エントリー (完走 207名)
第1ラン 6km ≫ バイク 60km ≫ 第2ラン 6km
- チームリレー● 32チーム 96名エントリー (全員完走)
第1ラン 6km ≫ バイク 60km ≫ 第2ラン 20km



9/12(木)

鉄人レースに向けて事前講習会を開催

柔道整復師の資格を持ちファイテン株式会社専属トレーナーを務める知野享先生を講師にお迎えし、「トップアスリートのボディケアについて」というテーマで約1時間30分にわたる講義を受けました。

知野先生は数々のトップアスリートのケアサポートをされており、横綱・白鵬やフィギュアスケートの小塚崇彦選手を施術した体験をまじえながら、腰・膝・上肢・背筋・足部のケアについて説明されました。また、中足骨(リスフラン関節)に付着しているインナーマッスルの疲労を改善できる手技や、独自の理論に基づく頸部・腰部・肩関節のストレッチをいくつかのグループにわけて練習しながら講義が進められました。

当日は本会会員34名、金沢大学アスレチックトレーナー部員14名の計48名と予想を上回る参加があり、大変活気のある勉強会となりました。目前に迫っている鉄人レースでのトレーナー活動はもとより、日々の臨床でも即実践できる手技や理論を学ぶことができました。



予想を上回る48名が受講し、体験に基づく知野享先生（写真上）の話に聞き入った。

サポート接骨石川(SSI)活動③

野々市じょんからの里マラソン

平成25年10月20日(日)第32回野々市じょんからの里マラソン大会が開催され、県内外から1,227人のランナーが参加しました。あいにくの雨模様で開会式や一部の競技が中止となりましたが、地元高校の吹奏楽部が軽快な音楽で会場を盛り上げ、参加ランナーたちは力強くスタートしていきました。

■今大会の活動状況



ブース設営の後、事前講習会を実施した。

前日の19日(土)には、ブースの設営や事前研修会を行い、翌日に備えました。

大会当日は、7時ごろから選手がブースを訪れ始めました。スポーツの秋ということもあって各地でマラソン大会が開催され、今大会の前にもいくつかの大会に参加された選手も少なくなく、レース前にはテーピングやストレッチを希望する選手が多くみられました。

今回のサポート活動では、自分でストレッチを施すのが難しい部位に関しては会員が行う一方、可能な部位は選手自身でストレッチできるように指導するという試みもあり、会場の野々市体育館には入念にストレッチを行う選手の姿が多く見られました。またテープを持参して「テーピングの巻き方を教えてほしい」と指導を求める選手の姿もあり、SSIの新しい活動の方向性を見いたしました。

今年は雨のためか例年より大会参加選手もブ



あいにくの雨の中、1,227名のランナーが飛び出して行く。一コース利用者も少ないという結果になりましたが、大会を終えすがすがしい表情で帰路につく選手の顔から走ることの楽しさ、そしてその選手たちを陰ながら応援できる喜びを改めて感じることができました。



選手たちを陰で支えていた喜びを実感できた活動だった。



金沢南支部長賞を手渡す
山下純二支部長。



〈施術データ〉

参加者	延べ利用者数(52名)	
	レース前	レース後
1,227名	16名	36名



サポート接骨石川(SSI)活動④

石川県防災総合訓練

「第54回石川県防災総合訓練」が、平成25年11月2日(土)白山市内6か所(湊小学校・キリンビール北陸工場跡地・蕪城小学校など)を会場に行われました。

訓練は「午前9時に石川県西方沖を震源とするマグニチュード7.8の地震により震度6強を観測し大津波警報も発令された」との想定のもと行われ、県内83機関から約13,000人が参加しました。本会からは金沢南支部会員4名が「石川県柔道整復師会赤十字奉仕団」として参加し、避難所である蕪城小学校体育館で訓練に臨みました。



視察に来られた谷本知事に訓練の説明をする山下支部長。

訓練の内容は、負傷した被災者への救護・ケア活動の実施で、捻挫・脱臼・骨折等の負傷想定者を対象に、日常使用するラップや雑誌、段ボール、養生テープ、風呂敷などを利用して一般参加者に解説をしながら応急処置を施すというものです。途中、防災本部団旗の先導で谷本正憲知事が視察のため来場され、我々の応急処置、救護・ケア活動や連携に関心を示され、山下純二金沢南支部長が説明する際に激励の言葉を頂戴しました。また、場内は多くの避難者と地区自主防災委員や災害時の応援企業、地域ボランティアの方々で溢れ、他参加団体とも意見や情報の交換を図ることができました。

ここ最近は、震災だけでなく、かつて経験したことのない規模の台風や豪雨などによる想定



県防災訓練に参加した皆さん（左から木山隆久会員、東勝一会員、白山市担当職員、山下純二会員、西川典孝会員）。

外の災害も各地で発生しています。このような大規模な防災訓練の重要性を強く感じる機会となりました。



身近な日用品を使った応急処置の方法を実演し一般参加者に説明。

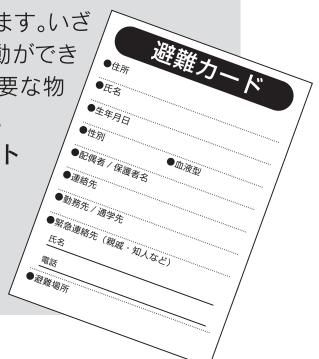


チェックシートの準備からスタート

災害に直面した時の備えを常日ごろから心がけておけば、少しでも被害を軽減できます。いざという時にあわてず適切な行動ができるよう、チェックシート等で必要な物や事柄を確認しておきましょう。

- 1 非常用持出品チェックシート
- 2 備蓄品チェックシート
- 3 常時携帯品チェックシート
- 4 避難カード

避難カードを用意して家族全員が持とう。



Member's Voice

この一冊
『BORN TO RUN』を読んだ！
触発されてはだしランニングを実践、その効果を実感！
学術部長 中田 健市

マラソンランナーの9割は毎年ケガをする

「人間の体は走るようにデザインされている」というこの本のメッセージは、アメリカのアマチュアランナーに大きな影響を与えました。その論拠とは…。

200万年前に人類の脳は飛躍的に大きくなりました。原始人が高タンパクの動物の肉を食べることが可能になったからです。最古の石器誕生がわずか20万年前ということからして、それ以前の約200万年の間は武器なしで狩猟をしていたということになります。人類は発汗作用をもつことで長距離を走ることが可能になり、その特徴を活かして武器のない時代は獲物が倒れるまで集団で追い回して狩りをしていたのです。そして「人類は走ることにより進化した」との仮説に行き着きます。

1970年以前は、ランナーの足の痛みは今のように大きな問題となっていました。ランニングシューズは適切に走るための技術を商品化したものですが、実際にはシューズのせいで足が何かほかの動きをしてしまう。それが原因でケガすることになるのです。このことに気づかせてくれたのは、著者が「走る民族」タラウマラ族を取材してからです。実際にシューズを脱いだら足の痛みはさっぱり消えたといいます。マラソンランナーの9割は毎年ケガをするのに、超長距離を走るウルトラランナーほどケガは少ない。必要に迫られて、優しく軽やかに足を運ぶようになるからであると。



全米20万人の走りを変えた、ニューヨークタイムズ・ベストセラー。「どうして私の足は走ると痛むのか?」という疑問の答えを探すなかで筆者は世界でもっとも偉大な長距離ランナー、タラウマラ族に行きつく。その過程でわかつたことは…。

【BORN TO RUN】
走るために生まれた～ウルトラランナーvs人類最強の走る民族～
著者●クリストファー・マクドゥーガル
訳者●近藤 隆文

足裏は敏感なセンサー

私自身、はだしで走ってみるとシューズに押し込められていた窮屈感から開放されました。前足部の5本の指が広がり、横・縦のアーチがバネになって潰れることで、足部が大きくなることを確認しました。芝生では踵接地は可能ですが、アスファルトではそうはいかず、踵骨に

素足ランニングのポイント

- リラックスして、体を前傾させながら走る
- 膝を軽く曲げる
- 足を回転させるイメージ
- 着地はかかとではなく指の付け根から
- 土踏まずまでの部分で
- 地面を蹴ったりすり足にしたりしない



衝撃がのしかかるため自ずと全足底接地を心がけることになります。また全ての足裏センサーが働き、ランに参加する筋の固有感覚に働きかけ、効率のよい振れないフォームに修正されます。足裏は、熱せられたアスファルトからは熱と心地良さを感じ取り、白線からは滑らかを感じ取る。時にツラの皮より厚く、時に生殖器の粘膜より敏感に状況を感じとるセンサーが足裏なのかもしれません。

はだしでのランニングを経験すると、オーバーブレース・オーバーテーピングは慎むべきと感じてしましますし、下手なインソールはもちろん、ランニングシューズの選び方まで、私のランニング障害の施術に対してもいろいろと示唆を与えてもらいました。

新入会員紹介

よろしくお願いします！



金沢北支部

平成25年7月23日入会

高橋 真哉

(たかはし しんや)

生年月日 昭和57年4月23日

出身校 米田柔整専門学校

住所 金沢市松村3-326

接骨院名 こころ接骨院

電話 076-256-0170

特技・趣味 アルペンスキーエ

学術部だより

KTテープをテーマに勉強会 オリジナルの貼り方も体験

平成25年7月18日(木)午後8時30分より柔整会館2階会議室にて学術部勉強会を開催し、「KTテープ」について学びました。

KTテープは、誰でも簡単に貼れて軽くて丈夫でカラフルな伸縮テープの一種です。前半は講師の伊藤超短波株式会社・荒井慧さんからKTテープの特徴や他の伸縮テープとの違いについて説明を受け、参加者はコスト等について質問をしていました。後半は佐藤裕之会員による実技が行われ、KTテープを実際に使用して参加者同士でマニュアルにはないオリジナルの貼り方等



会員以外も含めて約40人が参加。

を体験していました。終了時間を忘れるほど充実した内容で、テーピングという明日から使える技術を習得できた勉強会となりました。

また今回は、実験的にフェイスブックで告知を行った結果、40人を超える参加がありました。会員以外の柔道整復師からの参加依頼もあったことから、会報以外の告知の方法について可能性を模索できたのではないかと感じています。



佐藤裕之会員の指導で実際に貼ってみる！



第37回 厚生労働大臣旗争奪日整全国柔道大会 北信越ブロック西部A・B 健闘 3位入賞!

平成25年10月14日（月・祝）、講道館で日整全国柔道大会が開催されました。石川、福井、富山で編成された北信越ブロック西部A・Bチームは連覇を狙いましたが、惜しくも準決勝で敗れ、ともに3位となりました。

北信越ブロック西部Aは、初戦で強敵九州に厳しい戦いを強いられ、代表戦の末辛くも勝利。2回戦の南関東戦も接戦の末、2-2の内容勝ちでした。準決勝は宿敵東京ブロック、1-1の同点でまたもや代表戦へ。しかし惜しくも敗れて3位に終わりました。

一方北信越西部Bは、初戦の北海道に1-0で勝利し、続く2回戦も東北を2-1で破り準決勝へ。準決勝では今大会優勝した近畿に惜しくも



各ブロックを代表する選手がズラ～り!すごい迫力。



北信越ブロック西部A・Bチームの皆さん。



当会の田中選手が選手宣誓。

1-4で敗れ、Aチームとともに3位に入賞しました。

優勝は逃したもののA・Bチームともにすばらしい戦いを繰り広げ、出場選手一丸となっての3位入賞は見事な成績でした。

なお、当会から田中寿人選手が優秀選手賞を受賞しました。

石川県を代表して
闘った選手に拍手!!

優 勝	近畿ブロック
準優勝	東京ブロック
3 位	北信越西部B 北信越西部A



試合結果

〈1回戦〉

西部A①-1 九州 西部B 1-0 北海道

〈2回戦〉

西部A②-2 南関東 西部B 2-1 東 北

〈準決勝〉

西部A 1-①東 京 ④ 西部B 1-4 近 畿

	北信越西部Aチーム	北信越西部Bチーム
監督	西川 典孝 石川	佐々木西盛 福井
大将	北浦 健司 石川	八本木通秋 福井
副将	小倉 弘行 石川	川口 稔 福井
中堅	城賀 忠信 石川	畠山 太輔 石川
次鋒	田中 寿人 石川	山崎 昌司 富山
先鋒	宮越 将太 富山	野川 浩毅 福井

Topics

-トピックス-

トピックス①

木山時雨会長が(公社)日本柔道整復師会副会長に就任 有志が集い祝賀会を開催



万感の想いを語る木山会長。

見渡す限り快晴の平成25年8月11日(日)、本会の木山時雨会長が(公社)日本柔道整復師会の副会長に就任したことを祝う会を開催しました。会場のホテル金沢には、約100名の来賓、会員がお祝いに駆け付け、盛大なものとなりました。

まず、世話人代表の嶋谷清本会副会長が、木山会長が(公社)日本柔道整復師会の副会長に就任するまでの経緯を述べ、来賓の田中博人県議会議員と西徹夫本会顧問弁護士からご祝辞をいただきました。続いて、事務局からの花束贈呈を受け挨拶に立った木山会長は、今までの苦労や柔道整復師のおかれている現状、未来に向けた展望、希望などを熱く語りました。

川本力雄本会相談役が、長きにわたり本会の理事、副会長として木山会長とともに歩んできた思い出や本会の将来への熱き想いを込めて乾杯。その後、金石で活躍する「ゴールデンストーンズ」が演奏する古き良き時代のヒットメド

レーをBGMに会はおおいに盛り上りました。

最後に川上利昭本会監事が万歳三唱で締めくくり大盛会となりました。



ゴールデンストーンズの演奏をバックに熱唱!



田中博人県議会議員



川本相談役のご発声で乾杯!



西徹夫本会顧問弁護士



川上監事が万歳三唱で会を締めくくつた。

トピックス②

チャレンジ・マイハート 恒例の草刈り奉仕活動を実施



酷暑が続く平成25年8月18日(日)、午前6時から野々市市社会福祉法人「サニーメイト」で草刈り奉仕活動が行われました。

早朝から強い日差しが照りつけるなか、会員、家族計26人が参加。各々自宅から鎌や草刈り機などを持参し、恒例の奉仕活動に汗を流しました。タオルで汗をぬぐい、時々腰を伸ばしながらの作業でしたが、施設の方々や会員同士で会話を楽しみながらスムーズに進み、約1時間半で作業は終了しました。

今年で13回目となりますが、その13年間で自然と役割分担ができ、歓びを感じながらの



持参の草刈り機で作業もはかどる

奉仕活動は、会員にとっても組織にとっても大きいなる宝だと思います。作業終了後には夏の青空の下、参加者全員の愉快な笑い声が響いた奉仕活動でした。



笑顔があふれる愉快なボランティア仲間。

トピックス③

第22回「健康フェスタいしかわ2013」にブースを出展



ボランティア活動のようすをパネルで紹介。

ブースの準備をする事業部の面々。



平成25年10月26日(土)から2日間にわたり石川県産業展示館1号館で開催された「健康フェスタいしかわ」にブースを出展し、救護ボランティア活動をはじめ、SSI活動、文化講演会、柔道推進活動等をパネル展示しました。本会ブースに足を運ばれ興味深そうに閲覧される方々に、柔道整復師の存在を強くアピールできたものと思います。

このイベントは「県民健康祭」として親しまれてきましたが、今年から「健康フェスタいしかわ」へと名称も一新。各医療関係団体が集結するなかで、“医療の中の柔道整復師”をアピールできたと思います。

今後も公益社団法人として「あなたの町の接骨院」を標榜するにふさわしい有意義な活動を展開していきたいと思います。

編 集 後 記

❖最近ますます、名前を思い出せなくなりました。「『暴れん坊将軍』が終わって別の時代劇をしてたよ」「何をしてたの?」「えーと、あの、ほら…昔、錦之助が出てたアレ」「だから何?」「あの、白いお父さんのアレ」「えっ?時代劇なんでしょ?」「いや、あの、ほら、大五郎のアレだよ。あつ、わかった『子持ち侍』」「『子連れ狼』でしょ!何、そのシシャモみたいな名前!!」…子持ちシシャモかあ。だいたい合っていたんだけどねえ、惜しかったなあ。

(中野 記)

❖家の前の公園で、災害時の非常サイレンの取り付け工事がはじまりました。我が家から10メートルほど先にできたこの警報器が作動したらと思うとぞつとします。何が起こるか予想のつかない時代に移りつつある今、人を思いやるこころだけは大切にしたいと思います。

(小松 記)

❖急に編集後記を書けといわれても何も思い浮かばないなあ。卒後40周年同窓会で久しぶりに会った旧友、博士号を持つ某大学学長の肩書きを持っていた。ふとした会話から共通の友人がいることがわかつたが、こちらは業界で知りあった友。旧友とは小学校の同窓になるが、親の転勤で音信不通だったとのこと。早速連絡先を教示したところ、先週その近所へ出張していてびっくり。来月もそこへ出張予定があり目出度く再会の運びと相成り候。すべて円滑につながっていますね。

(橋本 記)

❖世界で最も多い血液型はO型でそのルーツは約4万年前にアフリカで生まれたクロマニヨン。彼らは狩猟民で、血液型はすべてO型だったといいます。その後狩猟民とは異なる消化管をもつた農耕民が現れA型が出現。そして乳製品等を食べる遊牧民が現れB型が登場。最後にAB型が現れたそうです。血液型は食文化に深く関わっていたようです。食生活が入り乱れる今、新しい血液型の出現があるかもしれません。

(太田 記)

❖今年でデビュー40周年を迎えた歌手 さだまさしさんが7月、日本武道館で4000回目のソロコンサートを行いました。「これも4000回足を運んでくれたお客様のおかげ、4000回もなんで歌ってきたのか、それはあなたがそこに座ってくれたからです」とさださんは感謝の言葉を述べていました。この『viva city』は発刊2年目、今回で第6号です。今歩き始めたばかりですが、一人でも多くの方に読んで頂けるように頑張ります。

(木藤 記)

❖四足歩行の100m競争をテレビで見た。優勝はギネス世界記録保持者で記録は16.87秒。彼によると去年より約1秒短縮したそうで、この調子でいけば7年後の東京オリンピック100mに出場できるかも?と笑っていた。そこで変わったギネス記録がないか調べてみた。目からミルクを3m飛ばした男性、ビールグラス19個を持って40mも運んだ女性、ハイヒールで100mを14.53秒で走る女性、17本のスプーンを顔にくっつけた人等々。もしかして私も何か挑戦できるかも…。

(唐木 記)

❖現代人は運動量が減り筋肉が衰え、基礎代謝が落ち、体温(腸内温度)が下がり、結果、免疫力が落ちているそう。といえば、私事ながら一旦咳が出だすと数か月止まらないことも。いまさらながら腹巻きをして寝なさいとうるさく言われてたことを思い出す。外出する時は、臍の下にある丹田にカイロを貼って出掛けましょう。脚への血液と身体に戻る血液を同時に温めて身体中ポカポカ。身体を大事に頑張っていきましょう。

(五十嵐 記)



ビバ・シティ 第6号 (平成25年12月20日発行)

■発行所／公益社団法人石川県柔道整復師会

石川県金沢市広岡 2 丁目 3-26

TEL076-233-2122(代) FAX076-233-2196

E-mail ishiju@spacelan.ne.jp

■発行者／木山 時雨

■編集者／佐藤 裕之・錦川 孝彦・中野 秀人・小松 英夫・橋本 大衛

太田 信幸・木藤 正幸・唐木 均・五十嵐 久智



撮影 加賀支部 佐藤 裕之会員
使用カメラ:Nikon D3100
撮影データ:f/5.6 EX3.5"
ISO100 焦点52mm
使用レンズ:TAMRON Di II 18-270mm

[尾山神社ライトアップ]
尾山神社は前田利家公を祀る神社で、現在の社殿は明治6年、廃藩置県の後も祭祀を続けてきた旧加賀藩士により建立された。また平成10年には利家公の正室お松の方も合祀されている。現在は、金沢市の総社的神社として崇敬されるとともに、金沢の名所の一つともなっている。
毎年冬のこの時期、尾山神社の参道に金屏風をイメージしたパネルを並べてライトアップをする「光の回廊」が行われ、幻想的な黄金の光で訪れる人の目を楽しませている。



公益社団法人 石川県柔道整復師会

石川県金沢市広岡2丁目3-26
TEL076-233-2122㈹ FAX076-233-2196
E-mail ishiju@spacelan.ne.jp