

笹川保健財団 地域啓発活動助成

2021年 9月 10日

公益財団法人 笹川保健財団

会長 喜多悦子 殿

2020年度地域啓発活動助成
活動報告書

標記について、下記の通り活動報告書を添付し提出いたします。

記

活動課題

医療従事者と共に「お灸のセルフケア」を学ぶ場をつくる

活動団体名： 金沢漢方医学研究会

活動者（助成申請者）名： 岩橋 麻子

1. 活動の内容・実施経過

【お灸教室】

■2020年10月9日(金) がんサロン「はなうめ」お灸教室

「なんでも相談～鍼灸編～ みんなのお困りごとを東洋医学の知恵で！」

参加者：7名（ZOOM参加者4名、現地参加者3名）※スタッフ：6名

スタッフが事前にサバイバーの方たちから悩み事のきき取りを行い、それに合わせたツボや東洋医学の知恵を教えた。現地参加人数を制限しZOOMを使ったことで、自宅で安全に過ごしながら、お灸を学べたことが好評だった。

■2021年1月6日(水) がん体験者に贈る無料お灸教室

「セルフケアに活かすお灸の上手な使い方」 参加者：2名（現地参加者2名）、※スタッフ：3名



新型コロナウイルスの感染防止のため、少人数入れ替え型のお灸講座を開催した。少人数のため、本当に悩んでいる症状を話しやすいと好評だった。

■2021年3月11日(金) がんサロン「はなうめ」お灸教室

「季節の変わり目 東洋医学で元気にやり過ごす！」

参加者：9名（現地参加者7名、ZOOM参加者2名）※スタッフ：6名

良質艾・粗悪艾・棒灸・電気温灸器・台座灸・太陽、こりスポットを体験してもらおう。

色々な種類のお灸と、かんたんに使えるツボ刺激シールを体験してもらい、それぞれの臭いや体感温度の違いを感じ、自分に会う方法を探してもらった。電気温灸器は煙に敏感な方にも安心して楽しんでもらう事ができた。

■ 2021年7月26日(月) お灸教室

「古くて新しいお灸の魅力」

参加者：40名(現地参加者) ※スタッフ：5名

お灸教室
『古くて新しい
お灸の魅力』

日程：7月26日(月)
午後2時～午後3時

場所：メリィホスピタル
3階会議室

- 午後2時～午後2時10分
「お灸で免疫力がアップするの？」
小川恵子先生
広島大学病院 漢方診療センター長
- 午後2時10分～午後3時
「お灸の歴史と使い方」
津田昌樹先生
はり灸 夢恵堂 院長 東方会副会長

Supported by
SASAKAWA Health Foundation

広島大学病院 総合内科・総合診療科
漢方診療センター



広島大学病院に異動後、はじめてお灸教室を開催した。初回であることから今後の活動基盤をつくるため、対象者は医療従事者とした。「2回のワクチン接種を終え2週間経過している事」などの条件で参加者を募集させて頂いたが、予想を大幅に超える40名が参加、お灸に対する関心の高さが伺えた。メリィホスピタルでのお灸教室は初めての試みであったそうだが、病院を挙げて全面的に協力していただき大変盛況、収穫の多い教室となった。

【手技講習会】

講師：津田昌樹先生、参加者：鍼灸師 4 名

- ・2020 年 9 月 29 日（火）19 時～21 時（金沢市・二十人坂鍼灸院にて）
- ・2020 年 11 月 24 日（火）19 時～21 時（金沢市・二十人坂鍼灸院にて）
- ・2020 年 12 月 22 日（火）19 時～21 時（金沢市・二十人坂鍼灸院にて）
- ・2021 年 2 月 16 日（火）19 時～21 時（金沢市・二十人坂鍼灸院にて）
- ・2021 年 3 月 9 日（火）19 時～21 時（金沢市・二十人坂鍼灸院にて）
- ・2021 年 3 月 16 日（火）19 時～21 時（金沢市・二十人坂鍼灸院にて）
- ・2021 年 7 月 20 日（木）15 時～17 時（富山県・真生会富山病院にて）
- ・2021 年 7 月 22 日（木）15 時～17 時（富山県・はり灸 夢恵堂にて）

2. 活動の成果

医療従事者にお灸教室を行うと、現代人の生活様式や体質に合わせたお灸の仕方、効果や安全性を伝えることができる。お灸は現代医学では対応しにくい症状にも対応でき、また精神的なリラックス効果をもたらすなど、現代医学を補うものとして期待されている。しかし、それを知らなければお灸は無いのと同じか、むしろ知らないことが灸に対する無理解や否定につながってしまうことも多い。

私たちの活動を通してお灸の効果を体験した医療従事者は、現代医学で手詰まりになった時、「お灸をしてみたら？」という新たな選択肢を手に入れる。薬を増やさなくても自分で体調管理ができるようになれば患者さんも自信がつく。また、がんサバイバーなど体調の思わしくない人に「何かしてあげたいけれど何ができるかわからない」という思いを抱える人にとっては、簡単に相手を助けてあげられる方法となる。金沢大学附属病院では地道な活動が徐々に医療従事者やがんサバイバーに浸透し、鍼灸に紹介される患者さんも増加してきていた。またお灸教室は普段の仕事とは違う楽しい交流になるようで、鍼灸に関連した臨床試験に参加してもらう際には大変理解を得やすくなった。

3. 今後の課題

広島大学病院に異動したため、お灸教室を開催するための人材の確保など、今後の基盤をつくるのが現在の課題となっている。現在、近隣の鍼灸学校の先生方や鍼灸師とすこしずつ交流を持ちながら、次回のお灸教室を検討し、より地元密着型のお灸教室を作っていける様計画している。

4. 活動の成果等の公表予定

現在のところ発表を行う予定は無い。