



NPO ASHIMOMI NEWS Vol. 11

# NPO 足もみニュース

NPO法人地球足もみ健康法実践普及協会 URL <http://www.npo-ashi.net>



第11号  
2006年8月1日

新聞・テレビなどマスコミが大きく報じた地球 1000 人足もみ大会

## 地球規模の足もみ大会

5月15日(月) 北海道札幌パークホテルにて NPO 法人地球足もみ健康法実践普及協会と NPO 法人足揉み健康研究会の主催による「1000 人足もみ大会」が開催されました。ヨーロッパ、東南アジア、中国、台湾、南アフリカなど世界各国からも足もみファンが参加する国際的な大会でした。大会には、北海道知事や札幌市長のご祝辞も賜り、各新聞やテレビでの報道もされました。



2006年 平成18年 5月15日(火曜日) 第22848号(日刊)



2006年 平成18年 5月16日 火曜日 43140号 日刊



大会準備では一致団結  
札幌リラの会の皆さん



## 祝 辞

北海道知事 高橋 はるみ

全国、そして世界各地からお集まり頂いた皆様、北の大地、北海道によろこそ、心から歓迎致します。「北海道 1000 人地球足もみ大会」が、札幌市で盛大に開催されますことを心からお喜び申し上げます。北海道では、道民の誰もが心身ともに健康で心豊かな生活を送ることができるよう「すこやか北海道 21 ~ 北海道健康づくり基本指針 ~」を策定し、道民の健康づくりを推進しておりますが、昨年度、「もっと生活を楽しむことこそ最大の健康づくり」という観点から、この指針を改訂し、道民誰もが楽しく、主体的に実践して頂けるよう「すこやかほっかいどう 10 カ条」と、関係機関や関係団体が連携して健康づくりを支援する「北海道健康づくり協働宣言」を提唱しました。

私たち一人ひとりが健康的な生活習慣を身につけ、生涯を通じてこれを継続していくには、行政はもとより、地域、学校、職場、関係団体等が一体となって、健康づくりを実践していくことが何よりも大切と考えています。こうした中で、楽しみながら元気で健康になることをめざす「北海道 1000 人地球足もみ大会」が、北海道において開催されますことは、道民の健康づくりの推進にも大きなはずみとなるものと考えます。本日よりご参加される皆様には、健康で活力のある長寿社会実現のために大いに学んで頂き、この大会が実り多きものとなりますようご期待申し上げます。

最後に「NPO 地球足もみ健康法実践普及協会」並びに「NPO 足揉み健康研究会」の皆様の益々のご発展と本大会に参加される皆様方のご健勝、ご活躍を心から祈念申し上げ、お祝いの言葉とさせていただきます。

# NPO 講座

NPO 地球足もみ講座を通して足もみ健康法の楽しさと大切さを多くの方に体験して頂きたいと考えています。足もみ健康法を伝えて喜ばれること！それが私たちのこの上ない喜びになります。今こそ、学ぼう！習おう！伝えよう！



■ 活動内容	■ 支部名	■ 正会員	■ 主な活動日
○若石足療 下高井戸店	下高井戸日大通	山崎 三千代	平成 18 年 2 月 28 日
○受講者自宅開催	台東墨田	小宮 節子	平成 18 年 3 月 5 日
○那覇市「ているる」	東京友の会第二	吉田 潔	平成 18 年 3 月 17 日
②より多くの人に若石を	千葉成東	宮崎 昭好	平成 18 年 3 月 20 日
○ ボランティア関係	越谷北	藤原 郁子	平成 18 年 3 月 20 日
○プロフェッショナルフットケアサロン 那由他	那由他千代田	大岩 久恵	平成 18 年 3 月 26 日
○若石足療院マスタ	東広島	増田 四郎	平成 18 年 4 月 5 日
①ホームデコ 松江	出雲・簸川	赤木 里都子	平成 18 年 4 月 7 日
知人とその友人	横浜本牧	高柳 竜二	平成 18 年 4 月 12 日
○桶川市地域福祉活動センター	桶川	赤尾 典子	平成 18 年 4 月 14 日
○健康生活支援研究所	世田谷砧	寺田 勝彦	平成 18 年 4 月 20 日
○お客様とご友人	那由他千代田	大岩 久恵	平成 18 年 4 月 30 日
○サロン常連さんのご主人	下高井戸日大通	山崎 三千代	平成 18 年 5 月 19 日
○サロンのお客様	世田谷豪徳寺	山崎 三千代	平成 18 年 5 月 24 日
○看護師	大竹	山瀧 義弘	平成 18 年 5 月 27 日
○健康セミナー受講者	日置	永田 雅彦	平成 18 年 5 月 28 日
○桶川広報・社協便り受講者	桶川	赤尾 典子	平成 18 年 6 月 1 日
①アレルギー体質の主婦の方	出雲・簸川	赤木 里都子	平成 18 年 6 月 2 日
○墨田生涯学習センター	台東・墨田	小宮 節子	平成 18 年 6 月 4 日
○美爽光館	岡崎	酒井 照代	平成 18 年 6 月 6 日
○若石足療 下高井戸店	下高井戸日大通	山崎 三千代	平成 18 年 6 月 6 日
○健康生活支援研究所	世田谷砧	寺田 勝彦	平成 18 年 6 月 14 日
○受講者自宅開催	大田久が原	後藤 由里	平成 18 年 6 月 22 日
○美爽光館	岡崎	酒井 照代	平成 18 年 6 月 26 日
○受講者自宅開催	大田久が原	後藤 由里	平成 18 年 7 月 7 日
○リラクゼーションハウス dreamH&M	高崎新町	小林 久夫	平成 18 年 7 月 14 日
○桶川広報・社協便り応募者	桶川	赤尾 典子	平成 18 年 7 月 14 日

## ○ 子供にも足揉みを！ 陳 蓮珠 (オーストリア・インスブルク)

# 子供への 活動

リフレクソロジーに関する文献によれば、子供の反射区は発育が十分でないもので、8歳になるまでは子供にマッサージを施してはならないとされています。

1970年以來、私は子供たちに対して物理療法とリハビリを集中的に行ってききましたが、その結果、8歳未満の子供に対して若石健康法で診療することに特別な関心が膨らんできました。子供たちはすぐに積極的な反応を示しますし、したがって驚くほど協力的ですから、子供を診療するととても心が満たされますし、やる気もすごく出るものです。

## ① 元気に！ 楽しく！NPO 地球足もみ講座開催／ 赤木 里都子（出雲・簸川）

『わぁ～、嬉しいッ！これ、本当に私の足??』及いは、『結婚 15 年以來、私のくるぶしと対面したことの無い主人に、まず、はやく見せてあげたいデ～ス。』『とても、痛かったけど後から体中が温かくなって軽くなりましたよ。誰々さんにも、是非紹介してあげたいですね。』等々のコメント。

定期的に申込みのある NPO 講座終了後の、殆どどの受講生から耳に入る第一声です。直接のマスターコース希望者も多くありますが、若石の知識のない方にとって、NPO 講座に於いてのこのような印象を感じ取って頂くことが、マスターコースへつながる為のパワーの入れ時となります。これで、導入段階は完璧。その後は、ご自身から「もっと深くしてみたい！」という御希望又は、御質問が湧き上がります。

展開段階へは、自然に任せ、充分スムーズへと傾きます。又、次のコースへ進みたい意欲はあっても、時間的、経済的面等、実現不能だと思込んでいる方も多くありますので、臨機応変に設定を考慮して差し上げなければと思います。基本的な事ですが...。様々なケースの方が、面会に来られますが、若石健康法そして、精神世界を探求する「魂の科学」、ヨガ心理療法は、あらゆる分野におけるのスタート地点であり、最終地点であると思います。心身共にに関する色々なことの難問解決が、決定的可能となってきますから！又、今回が第三番目となります。ホリスティック新松江駅前クリニックの理事としての、私の立場も増えました。多方面に渡りましての若石健康人の輪は、楽しさと共に拡大してゆくことになるでしょう。全国のマスターズの先生方の変わりませぬ御指導を深くお願い致します！！



## ② NPO 地球足もみ講座で普及を！ / 宮崎 昭好（千葉成東）

横芝ひかり町・主婦・古西 智子 様 変形性膝関節症、膝の軟骨は殆どなくなって、もう人工関節しか手はありません...いくつかの病院で診ていただきましたが、医師の見立ては同じで、ここ数年間は、痛みも強く、苦しんでいたところ 80 才の姉にすすめられ、足もみをしました。2～3 回足もみをうけただけで、ギクシャクした歩行が非常に楽になり、周囲からも、歩き方が自然になったと声をかけられ、自分も本当に喜んでます。教えていただいた事を、復習しながら友人にボランティアとしてやって行きたいと思います。

八街市・ホームヘルパー・高畑 淑子 様 足は、第二の心臓と言うように、足もみで体全体が元気になれることに感動しました。まあまだ知りたくいと、覚えたいことたくさんあります。ありがとうございます。



後日談ですが、「たまたま、知った方は足もみの効果を理解できるが、殆どの方は知らないですよー、そんな人達は、どーすんのかしら...?」知ってることの優越感とまだ知らない方への配慮からでた自然な言葉。私たちはこの言葉をもっともっと深くかみしめねばなりません。

# ボランティア活動

■ 活動内容	■ 支部名	■ 正会員	■ 主な活動日
①日赤奉仕団	世田谷豪徳寺	柏村 学	平成 18 年 3 月 23 日
○1000 人足もみ大会	北海道	大会準備会	平成 18 年 5 月 15 日
②足の裏無料健康講座	豪徳寺	菊池武次	平成 18 年 6 月 14 日
③サンバでナイト	岡谷	八幡重則	平成 18 年 7 月 29 日

## ① 日赤奉仕団 / 柏村 学 (世田谷 / 豪徳寺)

3月23日(木)「23の日」として日赤奉仕団 下馬東分(世田谷区下馬)で「足もみ講座」が開催されました。家庭で簡単に出来る足もみ療法というテーマで実技をまじえながらの講座内容となりました。約30名のご参加があり、足もみの大切さを伝えることが出来ました。ご協力いただきNPO正会員の松野邦康・静江ご夫妻、小林久夫さん、中田陽子さん、ありがとうございました。



## ② 足の裏無料健康講座 / 菊池 武次 (世田谷 / 豪徳寺)

3~4ヶ月に一度、定期的に行われている世田谷区、宮阪区民センターの足裏健康法講座が6月14日に開催されました。地元の方々が約30名集まりましたが、ほとんどが足の健康法について体験がない方々でした。参加された方々は一様にその即効性に驚き、終了したあとも、担当講師に質問が相次ぎ、足もみ健康法の素晴らしさを実感されたようです。

## ③ 災害による「サンバでナイト」中止をバネとして / 八幡 重則 (岡谷 / 長野)

長野若石足療会のメンバーを中心に、夏の一日を、足もみボランティアに燃えようと参加を計画していた「サンバでナイト」が、既にメディアにより全国的に大きく報道された通り、不意の集中豪雨により、岡谷地区では予想だに出来ない激しい土石流災害が発生し、多くの死傷者や家屋流失等、甚大な被害に見舞われ、それ故、岡谷市は言うに及ばず、近隣市町村の夏のイベントの大部分が中止される事と成りました。目標を失い、意気消沈していた処「被災者の足を揉んでやろう」と、メンバーの一人から声が上がリ、検討した結果、避難勧告に従い被災地区の学校に避難されている方々の精神的、肉体的な疲労を少しでも癒し、和らげてさしあげようとの合意に達し、早速、災害ボランティアセンターや市役所の関係部署にその旨の申請書を提出し、災害発生から十日後の7月29日に避難場所にやっと訪問できる目途が立ちました。当日揃ったメンバーは、わざわざ遠方の愛知県岡崎市からおいで下さった酒井康夫、照代ご夫妻、岐阜県土岐市の林徹雄さん、長野若石足療会の丸山健一会長、植松吾貴彦、小口弥生、滝沢進の各氏と八幡の8名で慰問に伺うことになりました。

# NPO地球足もみ講座 受講生募集中



時 間 : 6時間(1回の受講時間と受講回数は相談に応じます。)  
 費 用 : 4,800円(テキスト及び修了書)  
 講 師 : NPO法人地球足もみ健康法実践普及協会正会員が指導



協会ホームページ <http://www.npo-ashi.net>

## NPO法人 地球足もみ健康法実践普及協会

本部所在地: 東京都世田谷区豪徳寺1-22-6-3F お問合せTEL: 03-5451-0092