



母と子のワンデーセミナーin 滋賀

講演：国際若石健康研究会世界本部 陳茂松執行会長

子供への活動



セミナーを開催しました。

世界四十八カ国に普及し、WHOより賞賛も受けている国際的リフレクソロジー「若石健康法」のトップ指導者である陳茂松会長を滋賀県野洲支部が招聘し、九月九日に地元の母と子の

「どどん、どん、どん...」足元から魂を揺さぶるような和太鼓の音。地元「近江むかで太鼓」保存会による太鼓演奏で滋賀県野洲で初めてのワンデーセミナーは始まった。

まずは、今回野洲でのワンデーセミナー実施にご尽力頂いたホリティー日弥乎の山寄有紗先生の挨拶。そして、いよいよ陳会長ご夫妻の登場。会場は大きな拍手に包まれる。陳会長聴衆の前に立たれての挨拶。優しい笑顔のなかにも、凛としたオーラを感じさせる、独特の雰囲気をお持ちである。続いて、日本若石の峯山眞弓代表の挨拶、はるばる県外からお越し頂いた若石プロの皆さんの紹介、そして、ホリティー日弥乎の卒業生の紹介。続いて、若石の説明であるが、その前にデモンストレーションとして舞台上に5人の方に上がっていただき背骨の反射区を刺激してもらう。八福踏板上乗る前と後とで身体の前屈の度合いの違いを見て、若石の即効性をみなに実感していただくねらいである。5人全員が、乗る前より後のほうが良くまがるようになった。会場は驚きと共に大きな拍手に包まれる。



▲主催者の山寄先生と司会の浅尾さん

< 中略 >

そして、いよいよ陳会長の登場。無痛診断デモンストレーションに、会場から何人か手があがる。その中で一人の女性が選ばれる。陳会長、女性の足をざっとみられる。いよいよ診断結果の発表。病状は守秘義務であり、ここで詳しく述べるわけにはいかないが、陳会長の指摘が全てあたっている。ここまできるともう神業である。会場一同感心するやら、驚くやら。質疑応答でも、陳会長の受け答えが大変分かりやすい。陳会長の若石健康法に対する熱い思いが伝わってくる。

抽選会では、「5本指ソックス」、「愛心棒」、「八福踏板」などが景品に用意された。あたった人、みな大喜び。一等の八福踏板上を当てた女性、「めっちゃ、うれしいです！」

最後は、ホリティー日弥乎 山寄先生のお父様である山寄徳三郎氏の挨拶。元滋賀県議会議長の重鎮である。85歳の高齢を感じさせない、きっぱりとした口調に、「若い我々がもっとしっかりせねば」という気持ちにさせられる。

会場の後片付けをする傍らでサービスで足もみを実施したところ、30-40人が殺到した。痛がる人、「気持ち良い」と言う人、反応は様々だが、みな幸せそうである。ワンデーセミナーをここ野洲で開催して本当に良かった、と心から感じた瞬間でもあった。

こうして、滋賀県野洲でのワンデーセミナーは無事、幕を閉じた。陳会長そして山寄先生に感謝。(浅尾)



▲午前中に行われた勉強会で陳会長の点穴実演。



▲「近江むかで太鼓保存会」による太鼓演奏。



▲マスターズ会員森富美子さん親子の発表。

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
①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~7月
○川口西老人会足もみ体験会	桶川	赤尾 典子	平成 18年 6月 14日
○美爽光館	岡崎	酒井 照代	平成 18年 7月 27日
○市民より紹介・募集公募者	桶川	赤尾 典子	平成 18年 7月 28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 28日
②みやけ内科小児科デイケア	倉敷北畝	中田 陽子	平成 18年 8月 3日
③母と子の足もみ教室	甲府	石井 淑子	平成 18年 8月 6日
○主婦の足もみ指導	江東住吉	金澤 南都子	平成 18年 8月 9日
○「足笑」での足もみ教室	日置	永田 雅彦	平成 18年 8月 27日
○お客様&お友達同士	岡崎	酒井 照代	平成 18年 8月 29日
○サロンのお客様	世田谷豪徳寺	山崎 三千代	平成 18年 8月 31日
○Smile Can	甲府	石井 淑子	平成 18年 9月 4日
○自宅サロンにて	仙台太白	大和田 幸枝	平成 18年 9月 29日
○ホームデコ松江及び安来	出雲簸川	赤木 里都子	平成 18年 10月 6日
○医療関係者を対象に	山武	宮崎 昭好	平成 18年 10月 7日
○サロン・リトルドックにて	下高井戸日大通	山崎 三千代	平成 18年 10月 13日
○お客様のご自宅で開催	大田久が原	後藤 由里	平成 18年 10月 19日

① ワンデーセミナーがきっかけで NPO 地球足もみ講座開催 / 赤尾 典子 (桶川/埼玉)



昨年、7月頃から市の福祉課に働きかけ、年々増加していく高齢者医療費の削減に少しでも役に立てばという事で、関係部署の方々にご理解を頂き、発足した「NPO足もみ健康講座」です。自分の健康は自分で守ろう！そして、家族の健康も一緒に守ろう！という事で、月に6時間コースを2回に分けて行って来ました。



1月19日の徐先生のワンデーセミナーが大変好評だったので、その後の市の広報及び社協だよりでの一般受講生募集で応募された方が大半でした。受講者年齢は32才の新婚の女性から、76才の現役で働いている男性まで20名の方が受講されました。その中から賛助会員の方が7名。いずれ若石プロをめざして進んでくださるよう、今後もフォローしていく予定です。

② みやけ内科小児科デイケア

中田 陽子 (倉敷北畝/岡山)

デイケア通所中の患者様を対象とした夏祭りが開催され、ボランティアとして参加しました。その中のイベントとして、足もみコーナーを担当しました。45名の参加者の中で、先着順で25名の方に10分間の足揉みを体験していただきました。足のむくみの強い方、腰痛の方、爪の変色・奇形の方など、高齢者のため問題を抱えている方が多かったです。とても好評で、今後も定期的に足もみをしていく予定です。



③母と子の足もみ教室開催!

石井 淑子 (甲府/山梨)

母と子の足もみ教室開催!に向けて、やってみる「気づき」を受け止め、次につなげる為に会場確保。

チラシ作製:(3パターン)おしゃれに、わかりやすく、色使い
対象年齢 : 3才~8才(その他の年齢の場合は要相談)
教材 費 : DO愛キット使用 2,000円

※お母様と一緒に来店された時の子供の会話がきっかけです。お受験や習い事、小さな体にいっぱいストレスをためている子供達、そんな子供達と普段忙しくてなかなかスキンシップがとれないママと一緒に足もみあって健康作り。

ママ ちゃんに足もみしてもらったら、なんだかお母さんカラダが楽になったわ! ありがとう。

子供 これでおうちでも出来るね。

楽しそうな会話が聞こえて来ました。後日、お母様から、あれから今日の出来事をパパにお話して、すぐにパパの足を得意げに触って、踏んで空手チョップと笑い声がいっぱいでしたと、伺う事が出来ました。Smile Can(スマイルキャン)のアルバムに又一ページ可愛らしい風景写真が仲間入りです。

○真岡市女性学級に参加して55名に「足もみ健康法」指導 飯沼 信子 (真岡市/栃木)

女性学級では学級生が意見・希望を出し合い、計画を立てているとの事。健康講和も人気が高く(年齢が50代後半~70代)「誰でも簡単にできる足裏健康法」として実技も交え、やらせて頂きました。開催日は8月23日(水)参加人数が55名と多かったこと。特に八福踏板的体験では「乗っただけなのに、え〜、何で?どうして?」と驚くことしきり。4名の予定が約半数の方達が押し寄せその時点で私の方が半ばパニック状態となりました。以降は自分の足やペアの足を見たり押したり、「聞こえませんか!」と、私のマイク使用を注意・手伝ってくれたりワイワイガヤガヤ楽しく時間が過ぎました。

終了後担当者は「皆、初めてだから案外わかっていないと思うよ、年だからね」に少しがっかり。でも何人かはテレビを視ながらでも自分の足を見て、さわっていることと信じています。



ボランティア活動

○東京都世田谷区健康づくり週間 主催/東京都世田谷区保健所

10月9日(祝)東京都世田谷区保健所で行われた「健康づくり週間」のイベントで「足もみボランティア」が行われました。東急世田谷線の三軒茶屋駅から田園都市線の駅に向かう連絡通路の一角で行われたイベントは13:00から始まり17:00まで行われましたが、8脚用意した椅子が常時満席となる盛況振りでした。足もみを初めて体験するという方もあり、「痛〜い」という声が聞かれることもありましたが、一貫して和やかなムードでした。

松野邦康さん78歳! 現役ボランティア活動で元気!

東京都江戸川区からご参加頂いた松野さんご夫妻。連続して揉みっぱなしでも、終始笑顔で、場を和ませるなんとも言えない雰囲気でした。



ご協力頂いた方
松野 邦康様 日本若石より
松野 静枝様 峯山 真弓
寺田 勝彦様 有井 武人
大日方 晴子様 柏村 学
有吉 薫様 坂大 智高



○ピンクリボン in 東京 東京都健康づくり応援団 主催/東京都庁

乳がんの早期発見・早期治療の大切さを呼びかける「ピンクリボン・フェスティバル」が10月1日東京都庁で行われました。夜には、都庁舎もリボンに形どってピンク色にライトアップされました。都民広場では、足もみ体験コーナーを設置し、足もみ健康法のアピールをしましたが、あいにくの小雨でしたが、都民広場でNPO地球足もみ健康法体験ブースが設置され、他のブースのどれよりも一番の賑わいをみせて、足もみ活動行われていました。しかし、足もみを受けた人は、一様に満足され、足もみ健康法の効果に驚かれました。ご協力頂いた千葉の植田範子さん・小西厚子さん、神奈川の米山鶴子さん、埼玉の佐藤貞子さん・山本紀子さんありがとうございました。

○集中豪雨被災者へのボランティア活動 八幡 重則 (岡谷/長野)

本誌の第11号に掲載して頂き、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「サンパでナイト」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がり、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。

復旧工事も遅々として進まず、被災地域への出入りも厳重に制限されている中、岡谷市の公用車で送迎され、130人程が避難されていた湊小学校に赴きました。

体育館へ案内され、避難生活の現状を初めて目にし、日常の生活とは、かけ離れたその様に、胸の痛みを覚えました。早速、体育館組と各教室組の2班に別れ、希望される方々に施術して差し上げ、合間に被災状況や避難生活の様子などをお聞きし、一刻も早く、我が家へ戻る事が叶うように、又日常の生活を取り戻せる様に、と祈らずにはいませんでした。被災者の中には家を土石流で押し潰され、今後の生活の目途さへ全く不明な、お気の毒な方もおいででした。足もみを初めて体験された古老の男性は「足もみをしてもらい、こんなに身体が楽になり、気持ちが良いものとは知らなかった」又、別のご婦人は「身体全体の血液が動き出した様な気がする」と感謝の言葉を頂きました。

僅か2時間の与えられた時間の中で、メンバーそれぞれは、心を込めて精一杯の力を発揮して、災害時に於ける足もみボランティアの貴重な体験しました。帰り際にはまだ施術の半分もやってあげられない方、順番を待って並んでいた方などにお詫びをし、避難生活から早く解放される様、また全員の方々に、安全で平穏な生活が戻ります様に、と祈りながら後ろ髪を引かれる思いで、現場を後にしました。

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(テキスト及び修了証書)
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: 東京都世田谷区蔵徳寺1-22-6-3F お問い合わせTEL: 03-5451-0092