

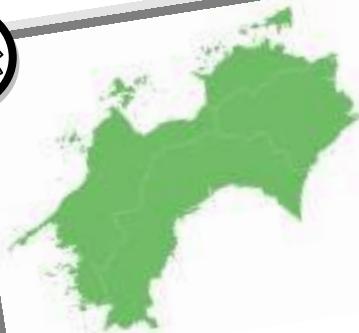


6月18日(金)に来日された台湾の陳茂松会長が、右記の日程にて四国3ヶ所で足もみ健康法講演会を実施されました。

四国では初めての講演会でしたが、どこも熱気に満ちた様子でした！

陳茂松会長 四国初の講演会 大盛況！

開催日	曜	開催地域	開催会場
6/19	土	徳島県徳島市	あわぎんホール
6/20	日	香川県高松市	アルファあなぶきホール
6/27	日	愛媛県松山市	ひめぎんホール



3年越しの夢が叶った！ 四国初の陳茂松会長講演会 実現までの道のり！

今回、何回も陳会長に伝えた感謝の気持ち。そんな感謝に包まれた今回のイベントでした。今回の四国イベント決定の発端は、下山礼子さん(徳島)の一言からでした。三年前の東京集中プロを卒業した下山さんが、「いつの日か陳執行会長が、四国に呼べたらスゴイですね」と打ち上げの時に峯山会長に話した言葉がそれです。それから、地道に初級プロ育成など普及活動を続けてこられました。そして、昨年は四国で初めての地方プロを主催。徳島県ばかりでなく、香川県・愛媛県の仲間と手を取り、今年の大イベントに向けて地域の力を結集して、徳島・高松・松山で一般向け講演会が開催されました。

足ツポで 子育て上手！ 家族の為の リフレ講演会



日時：2010年11月27日(土)

14:30 ~ 16:00

講師：ジョセフ・オイグスター神父

鄭英吉先生

参加費用：1,500円(参加者には足もみ棒 進呈)

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、家庭でも気軽に実践して頂き、健康維持が家庭でできる様にお手伝いしています。

■ 活動内容	■ 支部名	■ 会員名	■ 主な活動日
○ウェルネット	札幌豊平	川辺 きよみ	平成 22 年 5 月 8 日
○若石足療ところざわ	所 沢	本間 裕史	平成 22 年 5 月 22 日
○若石足療 OVERLAP	賛助会員	石川 里美	平成 22 年 5 月 26 日
○からだ工房ぷらぜーる	大 竹	山瀧 義弘	平成 22 年 5 月 26 日
○癒し夢サロンぷらいまる	賛助会員	浅田 かおり	平成 22 年 6 月 4 日
○サロン・共(トモ)	賛助会員	木村 文博	平成 22 年 6 月 4 日
○若石リフレクソロジーさんぽみち	西多摩	齊藤 めぐみ	平成 22 年 6 月 5 日
○気流空間 陽子はうす	倉敷北畝	中田 陽子	平成 22 年 6 月 10 日
○ビューティーフット	賛助会員	小西 かおり	平成 22 年 6 月 16 日
○榊原スポーツ	碧南	榊原 清江	平成 22 年 6 月 21 日
○若石足療 OVERLAP	賛助会員	石川 里美	平成 22 年 6 月 21 日
○佐賀メートプラザ	賛助会員	生田 かつ彦	平成 22 年 6 月 23 日

初級プロを修了した家族と力を合わせ足もみ講座開催！ 清野 恭子 (奈良県)

認定プロ取得後、第3子の出産・育児で活動していませんでしたが、奈良の実家に引っ越したのを機に、少しずつ活動を再開しています。その第一歩が主人への初級プロ講座。最初は身内だからと気楽に構えていましたが、実際に講座を始めてみると忘れていたことばかり。主人から突っ込みを受け、慌てて調べながら、教えることって、自分を成長させてくれるんだなあと感じました。そして今度は、アトピーの息子や慢性腰痛のダンナさんを持つ妹に初級プロを教えることになり、一層頑張らねばと心新たにしつつ、身内に足揉みの輪が広がっていくことを嬉しく思っています。



6月24日に、初めての簡単足揉み講座を開催しました。初級プロになりたての主人にも手伝ってもらったのですが、参加した皆さんから、とても良かったと言っただけで、二人で力を合わせてやり遂げたという達成感を得ることが出来ました。若石で、家族の健康だけでなく、絆までも手に入れられるかもしれませんね！！これからも新たな足揉み家族が増えることを願って、足と心の触れ合いを大切に、講座や施術を行ってまいります。

NPO 定時総会

が6月28日(月)にNPO地球足もみ健康法実践普及協会 協会本部で開催されました。総会では、年間の活動報告、予算の承認が協会側から行われ、その後に出席者の近況報告など交流が行われました。平成15年8月に東京都知事より正式に認証された「NPO法人地球足もみ」も本年で7年目を迎え、その活動もますます充実し、社会への貢献度、社会からの注目度、共にUPしてきております。今後も足もみ健康法の大切さを子供からお年寄りに至るまでしっかりと伝えていこうと誓い合っただけの閉会となりました。

 **NPO法人**
地球足もみ健康法実践普及協会
東京都世田谷区豪徳寺1-22-6-3F
お問合せTEL: 03-5451-0092
WEB <http://www.npo-ashinet>

**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会員が指導



佐原病院フェスティバルで足もみコーナー！ 外口徳美致(千葉県)

6月12日の佐原病院フェスティバル盛況のうちに終了しました。特に足もみコーナーは、午前中だけで行いましたが、45人揉むというにぎわいぶりでした。どんくりの会の会員と県内・他県からの応援もあり揉み手7名で行うことができました。ご協力ありがとうございました。緩和ケアでの足もみはどうか?などの意見も出てかなりの成果がありました。足もみは、交感神経の活性が低下し、副交感神経の活性化をもたらしてくれる。酸化ストレスを減少してくれるものと思います。緩和ケアでやれたらもっとすごい効果も期待できるかも知れません。実現できればすごいと思っております。



最近私は、糖尿病漫談だけでなく禁煙漫談も行っております。「タバコは勧められたらあやまちやいます、スイマセン」「これをつければきれいに見えるかしら不安に思っけるファンデーション、やっても やっても老けていくオイルマッサージ、女性のみなさん禁煙は究極の美容法です」。喫煙は、糖尿病にも向かいます。医師本人がタバコを吸っているながら禁煙を唱えても患者さんは心から聞いてくれません。足もみをする先生は、きてくれた方に足もみだけでなく禁煙もしましよと心から言ってあげてください。たばこを吸っても足揉みすればプラスマイナスゼロと思うのは甘い！ 人の健康を守るには自らタバコを止めましよう。



介護予防運動スペシャリスト&スポーツクラブインストラクター 資格同時取得講座

- 期日：2010年12月16日(木) 15:00~19日(日) 17:00
- 会場：ゆうぼうと (東京・五反田)
- 費用：7万5,000円(4日間合計)
- 定員：50名
- 主催：NPO法人地球足もみ健康法実践普及協会
日本若石健康研究会
- 共催：財団法人 日本スポーツクラブ協会(JSCA)
- 後援：官足法友の会
- 関連団体：健康日本21推進全国連絡協議会
財団法人 健康・体力づくり事業財団
東京都福祉保健局(東京都健康づくり応援団)
- 教授陣：関東学院大学教授 鈴木秀雄先生 (JSCA 理事)
了徳寺大学教授 ネルソン サチコ先生
了徳寺大学教授 稲次 潤子先生
東洋大学准教授 神野 宏司先生
- 資格名称：
スポーツクラブインストラクター 12/16(木)・17(金)
介護予防運動スペシャリスト 12/17(金)~19(日)



お問合せ・お申込みは、NPO法人 地球足もみ健康法実践普及協会・本部(世田谷・豪徳寺)
【 ☎ 03-5451-0092 】有井までご一報下さい。

「若石健康普及指導士」資格を有する人で受講希望の方は、お問合せ下さい。状況を確認させて頂いた上で、対応致します。

初回の『親子足もみ分科会』が開催されました！

7月1日(木)に『親子足もみ分科会』が開催されました。最初に会発足の趣旨と親子の足もみが必要とされる時代背景などが、日本若石から話をされ、勉強会では、呉若石神父の「児童足部健康法」のDVDが流され、鑑賞しました。その後に行われた体験者の発表は、内容がそれぞれにとっても素晴らしく、参加者からも好評を博しました。

- 1、 西野厚子さん：重症心身障害児(者)に対するリフレクソロジーの取り組み。DVDを使っての紹介。
- 2、 井上洋子さん・山口律子さん：小学校で現場教育に授業の一環として取り入れられた足もみ教室の紹介。
- 3、 清水陽太郎さん：軽快なリズムの足もみ童謡『足さん今日もありがとう』の披露



九州からのご報告！

■ 高校陸上部の生徒さんの足もみを実施！結果は、好成績！ 生田かつ彦(佐賀)

さっそくですが～13日(日)に福岡博多の森陸上競技場において 山本先生、石田先生、そして私、生田の3人で香椎工業高校陸上部の生徒さんたちの代表選手5名と控えの選手、顧問の先生3人の足もみに行きました。結果は揉んだ2人の選手は好成績を残せたようです。

■九州大学学園祭にリフレコーナー出展 山本利致(福岡)

九州大学の学園祭「2010年伊都祭」でリフレコーナーを出展しました。パネル展示、足もみ講座、リフレゲーム、足の遊歩道、リフレ体験(10分500円)等を実施しました。その他にも「これが九大生の勉強法だ!」・各サイエンスワールド等もあり、ステージでは、歌やダンスがあり、地域の露天も色々出て、子供からお年寄りまで楽しめるイベントでした。

リレーフォーライフ IN 茨城に参加して！ 平田 雪香(東京都)

リレーフォーライフのイベントに参加されたサバイバー、ケアギバー(ガン患者の家族、遺族、支援者)それにボランティアの学生さんの疲れた足を優しく優しく揉んできました。次々に予約チケットをもっている方が並び始めました。「気持ちいい～」「何だこれ～うっうっ痛い～」隣の人が痛っ気持ちがいい姿は結構共感しあえるのでしょうか？5席ある椅子に座って施術を受けている方がたは、笑みを浮かべて「うんうん！わかるわかる痛いでしょう～」とコミュニケーションを取り始めます。お客さん同士、また順番待ちをしているお客さんが一体となった雰囲気でした。今回は、本当に短いリフレの時間でしたがお客様の感想は....

「痛っ気持ちいい～」

「身体のおくからじわっときいてくる感じ」

「足が軽くなった」

「本当にありがとう」

と多くの感謝の言葉を頂きました。充実感ある時間でした。多くの方の足に触れつくづく感じるのです！！

細胞は生きている！そして細胞は叫んでいる！「僕、疲れ

ているんだよ。私つらいの我慢して頑張っているんだよ。だから毎日イイ子イイ子してね」という足からのメッセージ。そんなお話をお客様とすると「触ってあげるだけでもいいんですか？じゃあ出来るかな。やってみよ」何だか伝わった気がして嬉しかったです。自分の身体をいたわる気持ち大切にしたいです。



▲ 5月23日(日)つくば中央公園にて