



NPO ASHIMOMI NEWS 2014年 秋季号

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 44 号
2014年9月 1日

三浦雄一郎氏、「いきいき健康大使」に任命される



▲前・厚生労働大臣より任命書を授与される三浦氏(左)

世界で活躍し、名高い日本人として、冒険家の三浦雄一郎氏が昨年5月、80歳にして3度目のエベレスト登頂に挑戦し、見事に成功され、偉業を成し遂げられたのは記憶に新しいところです。

一方で、三浦雄一郎氏は、大腿部・股関節の大けがをされてから積極的に足もみに取り組み、若石マスターズのお一人、鈴木弘勝先生の指導の下、実践されていたといえます。お二人のご活躍は、多くの人々に希望を与えると同時に、足もみ健康法を実践するプロやファンにも大きな励みとなりました。



鈴木弘勝先生



Smart Life Project
事務局
2013年12月
資料写真より引用。



▲厚生労働省10階 厚生労働大臣室にて

「いきいき健康大使」

三浦雄一郎氏(中央左)
(プロスキーヤー、冒険家)

有森裕子氏(中央左2番目)
(女子マラソン五輪メダリスト)

平原綾香氏(左端)
(シンガーソングライター)

※ 『いきいき健康大使』とは、『国民の「健康寿命」の延伸』を目的とした厚生労働省による「健康づくり大キャンペーン」で国民一人一人への健康づくりに対する意識を変革していくために、各分野・各年代で健康に活躍している3氏を、厚生労働大臣が「いきいき健康大使」として任命された方々です。

鈴木弘勝先生と三浦雄一郎氏との家族ぐるみの親交

＜『だいじょうぶ』(P375～P376)より＞

スキーヤーで登山家、世界的な冒険家・三浦雄一郎さんには、先生の自宅に、家族ぐるみで食事会をしたりという付き合いをしている。特に冊子奥さんは、驚くほどの気配りをしてくださる。

三浦家の皆が治療に来てくれる中、雄一郎先生が事故で股関節がバラバラになる大けがをした。四ヶ月の重症で入院したが、約一ヶ月の足もみ治療と呼吸法を施し、完治するとすぐに、講演活動に、ゴルフにと精神的に行動したのには、世間の誰もが驚かされた。病院の院長も短期間で回復ぶりに驚いていた。俺が教えた波動の呼吸法を、素直に実践されたこともあるが、超人的な体力を維持していたからこそ早期に完治したのだろう。この時の治療記録は俺の一生の財産だ。



NPO 講座



NPO 地球足もみ健康法実践普及協会では、誰にでも簡単に学ぶことができ、安全性の高い「足もみ講座」開催を推進し、皆様のスマートライフを応援いたしております。

◆ NPO足もみ講座の主な活動リスト

活動内容	支部名	会員名	主な活動日
●平成26年度(3月～7月)			
フォリアージュにて 2名	協会本部(賛)	松田 恵美子	3月15日
○足もみくらぶにて	協会本部(賛)	勝部 智子	3月15日
○中萱公民館にて 2名	安曇野	上條 里子	3月18日
○Ka. nonにて 3名	福山北部	後藤 千奈	4月10日
○陽子はうす	倉敷北敷	中田 陽子	4月16日
○若石足療 リトルドック	下高井戸	宇津木 規子	4月18日
○若石健康サロン ユーユー	岡崎	前田 剛志	5月1日
○Ka. nonにて 3名	福山北部	後藤 千奈	5月11日
○自宅にて開講 2名	協会本部(賛)	前川 順子	5月11日
○若石健康サロンユーユー 2名	岡崎	前田 剛志	5月21日
○Ka. nonにて 3名	福山北部	後藤 千奈	5月29日
○Jakusekiリフレルーム	千葉 柏支部	井上 洋子	6月9日
○ポーテ・ディマージュ レイ 3名	協会本部(賛)	佐藤 ゆかり	6月26日
○I I Sole	協会本部(賛)	鶴飼 安希子	6月30日
○若石式足もみサロンとまり木	岡崎	滝川 奈央子	7月12日
○自宅にて開講 2名	協会本部(賛)	前川 順子	7月15日
○もみやま整体治療院 3名	協会本部(賛)	榎山 芳雄	7月17日

賛助会員登録して
NPO足もみ講座
を実施しませんか

 **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-ashi.net>

■受講時間：全6時間

■交付物：テキストブック・修了証・名刺

■受講費用：4,930円(税込)

また、NPO会員の教材+修了証書発行などの諸費用につきましては1,840円(税込)となります。本年4月の消費税改定以前の注文書をお持ちの方で、ご希望の方には、新注文書をお届けしますので、NPO事務局までご連絡ください。

開講時には、足もみ講座テキストをお渡しします。既定の講座を修了されますと受講者には、当法人より修了証書と名刺の交付物を発行しています。

足もみ講習実施をご希望の方は、各支部又は、協会本部までご連絡下さい。
公式WEB URL <http://www.npo-ashi.net>

<審議>

- ・第1号議案 理事・監事の選任の件
- ・第2号議案 平成25年度事業報告に関する件
- ・第3号議案 平成25年度収支決算に関する件

<報告>

- ・平成25年度諸データについて
- ・平成26年度事業計画について
- ・平成26年度収支予算について
- ・健康日本21推進全国連絡協議会と
スマート・ライフ・プロジェクト推進委員会について
- ・2014年 第7回介護予防運動スペシャリスト養成(資格認定)講習会開催について

26年度 定時総会報告

7月1日に実施。
開会の挨拶に続いて、諏訪俊行監事の挨拶があり、審議及び議決が行われ、出席者の報告・交流の後、散会となりました。

健康寿命をのばそう！ Smart Life Project

スマート・ライフ・プロジェクト推進委員会

Smart Life Projectとは

「健康寿命をのばしましょう。」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気で健康で楽しく毎日が送れることを目標とした国民運動。**運動**、**食生活**、**禁煙**の3分野を中心に、具体的なアクションの呼びかけを、プロジェクトに参画する企業・団体・自治体と協力・連携をしながら推進するプロジェクトです。



▶「スマート・ライフ・プロジェクト推進委員会」— 厚生労働省健康局内設置。事務局は「電通」。委員会登録は、公益団体（83 委員団体）と企業体（2000 社以上）で構成します（2014 年 8 月現在）。「NPO 地球足もみ」は、委員団体であり、「健康日本 21 推進全国連絡協議会」（139 公益団体／2014 年 8 月現在）の会員団体です。

健康日本21（第二次）→厚生労働省政策→外郭協議会「健康日本 21 推進全国連絡協議会」（公益団体ネット）国民健康づくり運動である“健康日本 21（第二次）”では生活習慣及び社会環境の改善を通じて、子供から高齢者まで全ての国民が共に支えあいながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現。その結果、社会保障制度が持続可能なものとなるよう、国民の健康増進の総合的な推進を図ります。

平成 26 年度 「健康寿命をのばそう！ コンベンション」に、「NPO 地球足もみ」出展

- 日時：2014年8月19日（火）16：00～19：00
- 会場：電通ホール（「電通」本社1F）
- 共催：スマート・ライフ・プロジェクト事務局（厚生労働省）
- 協力：がん対策推進企業アクション事務局（厚生労働省）
- 概要：① 有識者 4 氏による基調講演
② 公益団体・企業体合同の拡大交流会

今回の拡大交流会では、各公益団体や各自治体に加えて企業参加があり、ローソン・明治安田生命保険・ベネッセホールディングス・富士フイルム・ファイザー・サンスター・キッコーマン・大塚製薬・アートネチャー等々、参加者も130名余りを数えました。



▲ コンベンション会場全景

▲ 左から寺田勝彦氏・井上洋子氏

夏の風物詩「キツネ祭り」で足揉みボランティア報告 NPO 地球足もみ 岡谷支部 支部長 八幡重則(長野県)

岡谷市の夏のイベントの代表は何を於いても商店街のキツネ祭り、太鼓祭りである。キツネ祭りはキツネの嫁入りの故事に習い、男女の俄かカップルを募集したり、ある時期はタレントを起用したりしていたが、近年は実際の婚約者を起用し、本当に市民から祝福され、時の市長が仲人となり、お稲荷さんの前で式典を挙げるという現実的なセレモニーとなり、より人気度も向上した。

こんなお祭りに、私達信州の若石仲間が都合をつけて集い、祭りに繰り出した大勢のお客様の足もみをさせて頂き、もう10年近く継続している事になる。毎年お世話になる商業会の役員さん方には顔なじみの方も多く、何かと便宜を計って頂ける事に感謝している。

7月26日(土曜)キツネ祭り当日は、朝から快晴で猛暑日になる事を覚悟しながら、商業会から割り当てられた、大型テントの張られた指定場所に、足に関する標語、反射図表、チラシ、説明文等を賑やかに設置し、商業会で用意頂いた、立てカンバンも設置して開店準備が整った。開店時間の午後1:30には我らの仲間7人、全員が仕事着の真っ赤なTシャツを着用して来客に備えた。

毎年恒例ではあるが、もう何年間もお馴染みのお客様がまず駆けつけてくださり、再会の喜びを感じたり、多少体調異変を感じる方も見えたりで夫々の人生を感じ取る事もある。一度足もみを終えたお客様から「もう一度やって頂ける？」等のリクエストも有り、足もみ効果をしっかり認識されたお客様も増加して(継続は力なり)の手ごたえを感じ取る良い機会でもある。施術をしながら夫々メンバーの皆さんが蓄えた足もみについての知識や、健康に纏わる話題を提供することもお客さんには良い刺激になる様で、そんな面でもお客さんとの間隔がより親密になり、もみ手として充実感を感じるひと時でもある。資格取得に関してお客様からの質問も稀には有り、一通りの説明をしても、なかなか現実的な行動に結びつかないもどかしさも感じてはいる。

今年の足もみボランティア活動の今後の予定は、9月28日(日)開催予定の第33回駒ヶ根マラソン大会に、大会実行委員会から参加要請が届いており、3回目の参加となる。参加選手は全国規模で数千人参加のビッグイベントで有る。昨年是我等、長野若石仲間の10人前後が早朝より駒ヶ根市に集結し、大勢のランナーの足をもませて頂き、沢山の感謝の言葉頂いた。今年も昨年同様多くのランナーとの再会を皆で楽しもうと思っている。

10月11日(土)には岡谷市NPOボランティア連絡協議会のボランティア祭りが開催され、加盟各団体の発表や催し物もあるが、その中でも長野若石の足もみコーナーはダントツの人気コーナーであり、不動の地位を得ている。健康志向、高齢化社会等の要因も関わりがあるのだろうと思えるが、老若男女の皆さんに健康に寄与する足もみに関心を持って頂ける意味あいは大きいと思う。



2014年 第7回 介護予防運動スペシャリスト養成講習会開催報告

第7回「介護予防運動スペシャリスト」及び「スポーツクラブインストラクター」養成講習会が8月7日～10日(4日間)、東京・五反田「ゆうぼうと」を会場にして、受講生28名、教授6名の陣容にて開催され、滞りなく全員修了の運びとなりました。これより以後、修了者は1ヶ月程で課題レポートをNPO地球足もみ健康法実践普及協会へ提出し、(公財)日本スポーツクラブ協会(JSCA)にて審査され、晴れて両資格者の誕生となり、JSCAにおいて登録されることとなります。

JSCAの調査資料によると、「介護予防運動スペシャリスト」取得者の資格活用先は、下記の通りとなっています。

① 老人施設	21%	⑦ 公共施設	5%
② 地域健康教室など	18%	⑧ 自分自身の勉強	4%
③ 総合型地域スポーツクラブ	16%	⑨ 派遣講習	1%
④ 福祉施設など	8%	⑩ 高齢者健康講座	1%
⑤ 病院など	6%	⑪ その他	14%
⑥ 学校	6%	(計 100%)	



▲4日間の講習会を修了された参加者の皆さん

■期日：平成26年8月7日(木)～10日(日)

■会場：東京・五反田「ゆうぼうと」

■主催：NPO地球足もみ健康法実践普及協会

■共催：公益財団法人 日本スポーツクラブ協会