

社団法人 三重県鍼灸師会の取組

平成21年度の取組と成果

- (1) 環境改善が健康増進と密接に関わることを認識する人の増加を目指し、ホームページに掲載するとともに、四日市市民健康フェスティバルや市民マラソン、リーディング産業展みえ2009等の会場でリーフレットを配布しました。
- (2) 正しくスポーツを行うためのコンディショニングができ、スポーツに楽しく取り組む知識を持つ人の増加のため、第12回四日市シティロードレース大会(4月)には協力団体として参加し、また、お伊勢さん健康マラソン(11月)、第5回津シティマラソン(2月)においても、鍼灸・テーピング・ストレッチ等のコンディショニングを行いました。スポーツ健康情報パンフレットを配布し、正しく安全にそして楽しくスポーツに取り組めるための啓発活動と、参加選手だけでなく家族や大会スタッフに対してのケア活動を行い、サポートと見学を目的として来場した鍼灸学生への指導も行いました。
- (3) 簡単で身近な健康チェックができる人を増加させるため、平成22年3月14日(日)に行われた四日市市民健康フェスティバルへ参加しました。今回で15年連続参加となり、会場には「鍼灸健康相談」「線体法体験」「テーピング体験」「子供のはり相談・指導」「介護予防のための元気度チェック」の各コーナーを設置して、健康への知識を伝えました。また、初参加のリーディング産業展みえ2009では企業内健康管理についての普及啓発活動を行いました。

平成22年度の取り組む数値目標

健康に対する考え方は、生活習慣の多様化により個々さまざまであり、その改善と改革から結果が表れるまでには相当な時間を要します。前年度の取組み内容を情勢によって項目ごとにアレンジし、(1)環境改善に対する意識を高めることが、健康改善に関わることを認識する人の増加、(2)正しく楽しく安全にスポーツに取り組むための知識を持つ人の増加、(3)健康への自己管理と自己チェックができる人の増加を目標とし、連帯感を持って健康に対する意識改革が図れる啓発を行う、という内容を継承しつつヘルシーピープルみえ・21の基本的考え方を踏まえ、関係団体、県民とともに密接な連携で取り組みたいと考えます。

目標達成に向けた取組の内容

- (1) 環境改善の意識が健康改善に関わることを認識する人の増加
平成14年度から取り組んでいる活動で、鍼灸臨床を通じて患者の皆さまとともに、さまざまな「重症の環境」に意識を向けて改善するため、「県民とともに環境改善の大切さを考えた草の根運動」を継続したいと考え、ホームページ等で案内します。
- (2) 正しく楽しく安全にスポーツに取り組むための知識を持つ人の増加
市民マラソン等に「スポーツ鍼灸セラピー三重」をチームとして派遣し、市民スポーツにおける正しいコンディショニング作りと、健全にスポーツを行なうことができる知識を持つ人の増加を図れるよう取り組みます。

(3) 健康に対する意識改革と自己健康チェック・健康管理ができる人の増加

生活習慣の激変による病気の実態、予防の重要性に取り組むための対策を広く啓発するため、イベント会場で配布するリーフレットやホームページ等で情報発信を行い、予防医学への関心を高めます。本会会員が在住する地域住民の方々とともに簡単な自己健康チェックと健康管理ができる人が増加し、疾病を未然に防ぐことができ、健康増進へ繋がるような活動を行い、心と体のバランス調整による自然治癒力の強化を目指し、「国民総半病人」時代から脱却できるような内容で啓発活動を続けてまいります。