

(社)三重県鍼灸師会の取組

○ 平成23年度の取組

(健康づくり一般)

- ・ 健康管理と自己健康チェックができる人の増加を目指す活動として、県主催の健康関連事業である第9回リーディング産業展(11月2～3日)、第6回子育て応援わくわくフェスタみえ(1月14～15日)、四日市健康フェスティバル(2月12日)に参加しました。各会場では「鍼灸健康相談、子供はり相談、介護予防元気度チェック、操体法体験、テーピング体験」などの各コーナーを設置して、健康への知識を伝え、広報誌、リーフレット、健康チェックシート、鍼灸ツボ情報カレンダーを配布し、健康への意識向上につながる啓発活動を行いました。
- ・ スポーツを正しく楽しく行うためのコンディショニングができ、ケガに対する知識を持つ人を増加させるため、2011中日三重お伊勢さんマラソン大会(2月11日)、第7回津シティマラソン大会(1月29日)へ協力団体として参加して「鍼灸ケア活動」を行い、参加選手だけでなく大会スタッフにも鍼、テーピング、ストレッチ等を行いました。また、サポート目的で見学に来場した鍼灸学生への指導も行い、健康情報パンフレット等を配布し、正しく楽しく安全にスポーツに取り組むための啓発活動を行いました。
- ・ テーマを「自然と農と健康」(講師：日本造園学会元会長・東京農業大学前学長・進士五十八先生)とし、自然環境との共生、日本の伝統生活文化の再認識などから生活習慣を見直す内容で県・市民公開講座(10月30日)を開催しました。

○ 平成24年度の取組

(健康づくり一般)

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、生活習慣の改善から結果が表れるまでには相当な時間を要します。健康に対する意識改革が図れる啓発を行う内容を継承して、(1)健康への関心と生活習慣を改善する人の増加、(2)自己健康チェックができる人の増加、(3)正しく楽しくスポーツを行う知識を持つ人の増加を目標とし、ヘルシーピープルみえ・21の基本的考え方を踏まえて、関係団体、県民の皆さまとともに密接な連携で取り組みたいと考えます。

■ 目標に向けた取組みの内容

- ・ 健康への関心と生活習慣を改善する人の増加

鍼灸臨床やイベント活動を通じて広報誌、リーフレット、鍼灸ツボ情報カレンダー等を配布し、健康への関心を高めるとともに、身近な生活習慣を改善していく意識づくりにつなげ、簡単な自己健康チェックから健康管理ができ、予防医学によって未病を治すことの意識を高め、健康増進へ繋がるような活動に取り組めます。

- ・ 正しく楽しくスポーツを行う知識を持つ人の増加

市民マラソン等にケアチーム「スポーツ鍼灸セラピー三重」を派遣し、ケガを

予防する正しいコンディション作りと、健全にスポーツを行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。