公益社団法人 千葉県柔道整復師会 公益情報誌



2017年 Vol.6

第8回千葉県柔道整復師会杯争等 千葉県少年、森道大会 第26回日整全国少年柔道大会千葉県大会 第7回日整全国少年柔道形競技会千葉県競技会



離すもんか!



見事な形演武



応急救護

(特集) 千葉県少年柔道大会報告·······2
第8回千葉県柔道整復師会杯争奪千葉県少年柔道大会
第26回日整全国少年柔道大会千葉県大会
第7回日整全国少年柔道形競技会千葉県競技会
健康サポート 腰痛・・・・・・・・・・4
公益活動 第38回九都県市合同防災訓練千葉県会場に参加・・・・・・5
告知板・編集後記 6



柔道を通じて少年少女の健全な心身の育成に努め、 柔道整復師に対する理解を深め、柔道の発展に寄与する

第8回千葉県柔道整復師会杯争奪千葉県少年柔道大会第26回日整全国少年柔道大会千葉県大会第7回日整全国少年柔道形競技会千葉県競技会

平成29年7月17日(日)千葉県総合スポーツセンター武道館において、本会の公益行事である少年柔道大会が、県内400名の少年少女の参加により開催されました。

開会式で本会髙橋政夫会長は「たくさんの道場のご参加誠にありがとうございます、本大会は柔道を通じて、少年少女の健全な心身の育成に努めるとともに、参加者相互の親睦ならびに、柔道整復師に対する理解を深め、柔道の発展に寄与することを目的としています。選手のみなさんは素晴らしい指導者のもと、日ごろの厳しい稽古で培った実力を思う存分発揮し、相手への思いやりの心も忘れず怪我のないようがんばってください」と挨拶されました。

前年度優勝の大多喜町少年柔道クラブの選手宣誓の後いよいよ試合が開始、それぞれの学年で息詰まる熱戦が展開され、個人戦・団体戦・各学年の順位が決定しました。

形競技会では、選手及びギャラリーが熱心に見守る静寂の中、小学生とは思えぬ素晴らしい演武が行われ、それぞれの順位が決定しました。

試合中軽度の負傷が若干ありましたが、応急救護コーナーに超音波観察装置が用意され、 本会の救護員による適切な処置が行われていました。

表 彰 者

団体戦男子の部

優勝

中山柔道会

形競技会

優勝

取)役田 陽 受)河野瑛太 (流山市柔道会)

個人戦五年生の部

優勝

山下朋花(木更津柔道クラブ)

準優勝

成島琉輝 (錬心館岡野道場)

団体戦女子の部

優勝

我孫子警察署少年柔道クラブ

個人戦四年生の部

優勝

椎名 羚 (我孫子警察署少年柔道クラブ)

個人戦六年生の部

優勝

中野心太 (中山柔道会)

準優勝

北村弘成 (下志津柔道クラブ)

* 尚、形競技会優勝選手、個人戦4年生優勝選手、5年生及び6年生の優勝・準優勝選手が千葉県代表として、平成29年10月8日(日)講道館(東京都)において行われる全国大会に出場しました。



開会式



選手宣誓(大多喜町少年柔道クラブ)



団体戦男子 優勝



団体戦女子 優勝



個人戦4年生 1位~3位



個人戦5年生 1位~3位



一本!



個人戦6年生 1位~3位



形競技 1位~3位



全国大会代表選手

健康 サポート

「腰痛の機能的評価と病態別運動療法」

10月22日(日)、本会会館に於いて早稲田大学スポーツ科学学術院教授 金岡恒治先生をお招きし、上記のテーマにて学術講演会を開催致しました。

腰痛とは、ある意味捉えどころのない疾患であります。画像検査にて器質的な異常を認め、その病態が明らかににされる「特異的腰痛」(腰部椎間板ヘルニア、腰部脊柱管狭窄症等)の頻度は約15%。約85%は、画像検査において異常を認めない見えない腰痛「非特異的腰痛」です。その症状には、心理的要因も少なからず関わっています。

器質的異常所見を認めない腰痛は、脊柱への負荷に対して対応が充分にできていない「機能的障害」 といえます。

機能的腰部障害には、①椎間板由来 ②椎間関節由来 ③仙腸関節由来 ④筋筋膜由来が挙げられます。 身体に機能的安定性を与えている体幹筋群には、脊柱に直接附着する深層筋群(ローカル筋)と胸郭と 骨盤を繋ぐ浅層筋群(グローバル筋)に分けることが出来ます。立位で体幹の前後屈、回旋運動をする 際、ローカル筋(腹横筋、多裂筋)が充分に機能していないと、下位腰椎であるL4L5に挙動が集中し 障害が発生します。一方で、ローカル筋が充分に機能している場合には、腰椎・腹部が一つのunitとなっ て安定して機能します。なかでも腹横筋は、ドローインにより筋活動量が最大となります。

脊柱の安定した運動を行う為には、グローバル筋(腹直筋、内外腹斜筋、大中小臀筋、大腿二頭筋等) より先にローカル筋が収縮する事が重要ですが、体幹の安定性が不充分であるとグローバル筋が代償的 に過活動となり、筋筋膜性腰痛を発症させます。ローカル筋による各分節の安定化後に、グローバル筋 による脊柱挙動を行うと体幹がよりスムーズに作動し、腰痛の発生予防になります。

エクササイズにおいても、グローバル筋優位となる激しいトレーニングではなく、ローカル筋機能を向上させる体幹筋トレーニング(バックブリッジ、サイドブリッジ、ハンドニー等)が望まれます。それによって身体機能が高められ、疼痛は軽減していきます。今後、施術者は機能的障害を的確に評価し、病態別に介入していくことが重要となります。自分自身のバックグランドを活かした運動療法を処方できる能力が求められています。 (文責 学術部 山下)



学術講演会



学術研究発表者

公益活動

千葉県柔道整復師会は県下業界で唯一公益法人として 認可された団体です。



第38回九都県市合同防災訓練千葉県会場(茂原市)

九都県市合同防災訓練とは埼玉県・東京都・神奈川県・横浜市・川崎市・さいたま市・ 相模原市と千葉県・千葉市が互いに連携・協力して実施する防災訓練です。

平成29年8月26日(土)千葉県匝瑳市八日市場の、そうさ記念公園において標記の訓練が行われました。訓練は、千葉県東方沖を震源とする大きな地震が発生し、匝瑳市では震度6を記録するとともに建物倒壊や道路損壊が多数発生し、ライフライン機能もマヒしている。また、沿岸部では津波来襲の恐れも生じている。この地震により多数の家屋が被災し、住民は避難所での生活を余儀なくされる。という想定の基に、参加機関100機関、参加人員約5,000名で大規模に開催され、本会の公益事業の一環として、本会東部支部から応急救護員5名、広報2名、事務局1名及び時田事業部長が来賓として参加しました。

応急救護に携わった会員は、医師及び看護師と連携し、日常の施術業務を生かし迅速かつ適切に対応 していました。



〔柔道整復師による被災者の応急処置〕



(迫真の救助訓練)



〔公益社団法人千葉県柔道整復師会〕

県民公田郡渡会郷

ケトン体を知って健康に生



講師

宗田マタニティクリニック院長

宗田 哲男先生

【略歴】

1965年 北海道大学理学部地質学鉱物学科入学。 卒業後、国際航業入社、地質調査などに従事。

1973年 医師を志し帝京大学医学部入学。

卒業後、小豆沢病院、立川相互病院を経て、

1992年 千葉県市原市に 宗田マタニティクリニック開院。

2008年 II型糖尿病を発症。釜池豊秋、江部康二先生の

「糖質制限」に出逢い完治。

糖尿病妊娠、妊娠糖尿病の「糖質制限」による

管理で成果を挙げている。

近年は、妊産婦以外の糖尿病管理にも実績を 挙げ、日本のみならず海外での講演活動を 展開中。

【著書】

「楽しくなるお産ー自然分娩・母子同室のすすめ」(桐書房)、「ケトン体が人類を救う」糖質制限でなぜ健康になるのか (光文社新書)、「ケトン体ダイエットレシビ」(扶桑社)、 「ケトン体こそ人類史上、最強の薬である」(カンゼン社)、 まんが「ケトン体入門」(監修)(光文社)他多数

「糖質制限」と「ケトン体」

ケトン体は、からだの中の脂肪が分解されて エネルギーになります。ただし、糖質が入って くると働きません。

答えは講演会会場で

★クイズです(正解は1つ)★

次の①~④の中で、正しいことを言っているものが 1つだけあります。さて、それは何番でしょう?

- ①脳のエネルギーは、ブドウ糖だけである。
- ②赤血球のエネルギーは、ブドウ糖だけである。
- ③胎児が成長するには、ブドウ糖が一番大切だ。
- 4ケトン体が体内で増えると超危険だ。

平成30年

2月11日(日・祝日)

午後1時~午後3時30分

【開場:受付】正午~

京葉銀行文化プラザ

6階 欅 (収容人員396名)



千葉市中央区富士見1-3-2 JR千葉駅 東口 交番より徒歩2分 TEL 043-202-0800

【主催】公益社団法人 千葉県柔道整復師会 [協賛]公益社団法人 日本柔道整復師会 [後援] 千葉県 公益社団法人 千葉県医師会 【申込み・問合せ】 TEL.043-265-0356 メール syadanchiba@poppy.ocn.ne.jp









2020年8月 東京オリンピック、パラリンピックが開催されます。 日本選手の活躍が楽しみですね。千葉県出身の選手も数多く出場することと思います。

・スポーツを愛する人々も外傷(ケガ)や故障がつきもので1回は家の近くの接骨 に、軟品院を高診した経験があると思います。

院、整骨院を受診した経験があると思います。 家の近くの整骨院はスポーツのケガ以外でも日常の「ねじった」「ぶつけた」「のばした」等のケガを専門に扱う所です。医師の同意が必要ですが、もちろん骨折、脱臼も取り扱います。親切な先生がていねい、確実な施術をします。健康保険が使えます。身近な整骨院をご利用ください。

総務部長 山岡 昭

にわとこ Vol. 6 2018年1月1日

発 行 者

公益社団法人 千葉県柔道整復師会 千葉市中央区末広3-21-6

電話043 (265) 0356 会 長髙橋政夫

編集責任者

総務部長 山 岡

昭