

# さきたま

埼玉県鍼灸師会は厚生労働大臣免許保有者でつくる県内唯一の「はり師」及び「きゅう師」専門の公益社団法人です。

第222号

令和7年11月1日  
発行

公益社団法人 埼玉県鍼灸師会

会長 山口 智

事務所

〒330-0802 埼玉県さいたま市大宮区宮町2-3-1

第2大矢部ビル 2F東

TEL 048-645-0416

HPアドレス <https://saitama-harikyu.com>

事務所メールアドレス [saishinkai@gold.ocn.ne.jp](mailto:saishinkai@gold.ocn.ne.jp)

〈広報委員長〉 阿部 琴美

〈編集委員長〉 大谷 尚子

〈編集委員〉 岩倉 史

## 行事予定表

11月  
30日(日) 療養費等個別指導会

12月  
18日(木) オンラインサロンー彩ー  
28日(日) 療養費等個別指導会

## 埼玉県鍼灸師会の活動

### 浦和地区「元気アップ教室」

9月3日(水)にさいたま市大東公民館体育室にて、浦和区地域包括センター主催で毎年浦和地区に依頼される「元気アップ教室」で健康講話が行われました。

今回は、地域高齢者の健康意識向上と健康寿命の延伸を目的とした「ツボを知って健康寿命を延ばそう!」というテーマで1時間ほどお話をさせていただきました。前半は、東洋医学とツボと鍼灸について、後半は参加者の間を回りながら実際にツボを触って説明しました。

参加者は60名(男性10名、女性50名)で、暑さ厳しい日でしたが、予定していたほとんどの方が参加され、皆様の健康意識の高さがうかがえました。参加者からは「楽しく学べた」「日常生活にツボ押しを取り入れたい」など、好意的な感想が多数寄せられました。



### 熊谷地区「臨床研究会」

9月11日(木)午後7時から、おぎはら鍼灸院にて熊谷地区臨床研究会が開催されました。今回も熊谷地区のみならず他地区からの参加、育成学生の参加もあわせて14名で行われました。今回のテーマは「女性に多い疾患」で、荻原健太先生、小林修先生、大谷尚子先生、加藤政明先生から実技を含む症例報告がありました。



### 埼玉県鍼灸師会 第1回学術講習会

9月14日(日)大宮吳竹医療専門学校にて、第1回学術講習会が開催されました。テーマは東京吳竹医療専門学校 専任教員・三村直巳先生に「お灸の科学と臨床の実際」、お灸堂 院長・鍼柄薈啓先生に「楽しく据えるお灸の入口」「据えると緩むお灸の実技」、越石鍼灸院 院長・越石まつ江先生に「温度とリズムが大事、紫雲膏灸の実技」というものを、講演と実技の二部構成で行いました。



### オンラインサロンー彩ーの開催

8月21日(木)午後9時から行われたオンラインサロンー彩ーは、美容鍼灸サロンacune 代表 工藤綾乃先生にご講演いただきました。テーマは「美容鍼における施術者の接遇マインド」で患者様に心地よく過ごしていただく設備や対応のみならず、感謝の心が大切とのお話をいただきました。



### 狭山入間飯能地区「飯能市健康まつり」

9月28日(日)に飯能市保健センターにて「飯能市健康まつり」が開催されました。狭山入間飯能地区の先生が中心となり5名(育成学生2名)で鍼灸施術ボランティアを行い、合計69名(男性21名、女性48名)の方にはりきゅう体験をしていただきました。



### 日本鍼灸師会全国大会 in 茨城TSUKUBA参加

10月4日(土)、5日(日)に開催された日本鍼灸師会全国大会 in 茨城TSUKUBAでは講師及び司会として山口会長、河原監事、菊池学術委員長が登壇されました。

また、埼玉県鍼灸師会会員も実行委員として設営等のお手伝いをしました。



### オンラインサロンー彩ーのお知らせ

鍼灸の情報交換や技術・知識の研鑽を目的とした『オンラインサロンー彩ー』は研修会・講習会・臨床研究会を開催しております。

臨床研究会の参加方法はzoomによるリアルタイムの参加とFacebook上におけるアーカイブでの受講が可能です。リアルタイムで参加いただくと講師の先生に直接質問することができます。

さらに、東洋療法研修試験財団生涯研修制度2ポイントが取得できます。

テーマ:不妊治療に対する鍼灸治療

日 時:12月18(木)21:00~

講 師:俵IVFクリニック明生鍼灸院 副院長 木津 正義 先生

参加費:●埼玉県鍼灸師会会員及び育成学生…無料

●一般学生…500円

●一般鍼灸師…1,500円

参加方法:QRコードからご登録ください。

お問い合わせ先:[saishinkaihari9@gmail.com](mailto:saishinkaihari9@gmail.com)



### 健康まつり等の鍼灸ボランティア実施のお知らせ

令和7年11月~12月に予定されている健康まつり・マラソン大会等です。どうぞお立ち寄りください。

#### 「浦和区民祭り(健康ブース)出展」

日 時:11月2日(日) 9:30~16:00

場 所:浦和駅西口 さくら草通り(昨年と同じ場所です)

#### 「埼玉YMCAチャリティラン救護活動」

日 時:11月3日(月・祝) 9:00~

場 所:所沢航空発祥記念公園

#### 「第38回全国健康福祉祭(ねんりんピック)彩の国さいたま2026 サッカー競技リハーサル大会」

日 時:11月16日(日) 8:30~17:00

場 所:浦和駒場スタジアム

### 旬の食べ物を食べて元気になろう!

秋が深まる11月は、山の恵みがぐっと味わいを増す季節です。中でも「椎茸(しいたけ)」は香り高く、うま味たっぷりの旬を迎えます。椎茸という名は、スダジイ(椎)の木に自然発生したことによ来するといわれ、古くは平安時代の文献にも登場するほど、長い歴史を持つ食材です。

現在の主な産地は大分県、岩手県、宮崎県など。乾燥させた「干し椎茸」は保存がきき、戻し汁に豊富なうま味成分を含むため、和食には欠かせない存在です。

栄養面では、ビタミンDのもととなるエルゴステロールを多く含み、日光に当たることでその量が増します。ビタミンDはカルシウムの吸収を助け、骨の健康を守る働きがあります。また、食物繊維やβ-グルカンも豊富で、腸内環境を整え、免疫力アップにも一役買います。

東洋の食養生では、椎茸は「氣を補い、血を巡らせる」とされ、疲れやすいときや冷えやすい季節の養生にぴったり。出汁や炒め物、鍋料理に加えると、香りとうま味が料理全体を引き立ててくれます。

身近な食材ながら、栄養も味わいも奥深い椎茸。晩秋の食卓で、山の恵みをゆっくり味わってみませんか。

