

つなぐ手

2018

平成30年3月

Vol.11

公益社団法人 富山県柔道整復師会

平成30年3月31日発行

主 記 な 事

- 平成29年度富山県総合防災訓練 …… 表紙・1
- クスリのアオキ・ヘルスアップセミナー …… 2
- 救急救命講習会 …… 3
- 突然のこんな症状の時には …… 4～5

- 第40回全国高等学校柔道選手権富山県大会… 7
- 氷見キトキトウォーキング・ふくみつ街中
リレーマラソン・となみ庄川散居村縦断マ
ラソン2017・富山マラソン …… 6～8



富山県総合防災訓練

平成29年度 富山県総合防災訓練に参加して

富山ブロック 一ノ瀬 充

日時 平成29年9月30日(土) 午前8時30分

会場 富山市アルペンスタジアム

本年度の富山県総合防災訓練は、呉羽山断層帯を震源とする、マグニチュード7.4の地震が起きた上、豪雨も重なり多数の建物倒壊や火災が発生したとの想定で、富山市4会場、立山町2会場にて133機関、約3,500人が参加し開催されました。

富山県柔道整復師会からは、メイン会場となる富山市アルペンスタジアムに吉村英男副会長、眞田克樹災害対策委員長をはじめ19名の災害対策委員が参加し、テント内で救護支援活動を目的に簡易担架での搬送、緊急応急処置の訓練を行いました。

災害対策本部による参加者全員で、全国瞬時警報システム（Jアラート）が鳴った場合の対応訓練が実施されました。

閉会式では、石井隆一富山県知事、森 雅志富山市長の挨拶がありました。災害時の救護支援活動が的確に、また円滑に行えるように防災訓練に積極的に参加し、学び体験して、災害時の支援活動に役立てたいと思います。



クスリのアオキ・ヘルスアップセミナーに参加して

日時 平成29年10月7日(土) 9時～14時

場所 富山国際会議場2F、3F

富山ブロック 瀬戸 貴裕

セミナー当日、接骨会館にて酒井事業部長、スポーツ委員長 前原征一理事、浜岡保之会員 金田英治会員、吉田大道会員、水野克彦会員、そして私の7名が集合し、柔道整復業務、接骨院啓発活動に向け、クスリのアオキ・ヘルスアップセミナー会場へと向かいました。

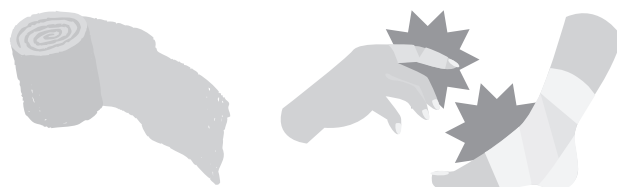
公益社団法人富山県柔道整復師会の会場は3Fとなり、富山大学第二内科所属医師やクスリのアオキ所属の薬剤師による健康相談コーナーに併設し、接骨院の先生による「健康相談コーナー」と「地域介護相談」の2つのブースを開設し当会並びに接骨院業務の啓発活動を行いました。

ブースには簡易ベッドを8台設置し、前原理事より本日の趣旨と対応についてのミーティング、

その後、各先生方同士で手技の方法やテーピングの仕方等の打合せをし、10時の開場となりました。健康相談コーナーでは疼痛の箇所、症状などを聞き、ストレッチの方法やご自宅でもできる運動処方、介護予防法を指導し、実際にベッド上にて身体操作法及び手技療法を交え対応いたしました。

11時頃になり、来場者数も増え、私たちのブースも順番待ちの方が出てくるほど盛況となりました。地域介護相談コーナーでは複数の方々のご相談に参られ、「介護の相談は役所に行かないと出来ないと思っていたが、ここで丁寧に教えていただき感謝します」と感謝と労いの言葉をいただきました。

延べ30名ほどの来所者が当ブースへお越しになり、様々な啓発活動を実施いたしました。退所時に「身体が軽くなった」、「痛みなく歩ける、ありがとうございます。」との施術者冥利に尽きるお言葉もいただき、参加者一同、心地よい満足感のもと散会いたしました。



平成29年度 救急救命講習会

日時：平成30年2月12日(月・振替休日)13時30分
場所：接骨会館3階

災害対策委員会委員 井田 栄二

公益社団法人富山県柔道整復師会 災害対策委員会救急救命講習会が、50名の会員方が参加し、開催されました。

講師に富山市消防局 富山消防署救急課 副主幹 石森雅則氏はじめ、応急手当指導員 黒埼実子氏、応急手当普及員 水葉真理子氏、岡島良廣氏、岡本隆史氏、田辺敏宏氏をお迎えし、講義、実技指導をしていただきました。

大野重浩委員の司会の下、眞田克樹委員長より開会の挨拶があり、次に林豊輝会長より挨拶がありました。講師の先生方の紹介があり、講習会に入りました。

開講にあたり、石森雅則氏より本日のスケジュール、諸注意等のお話があり、続いて黒埼実子氏が主として進行を担当され、講習会が始まりました。



黒埼実子氏は大変わかりやすく丁寧に講義され、併せて応急手当普及員の先生方が実技指導されました。実技実習は6グループ（8～9人ずつ）になり、成人の人形を使い心肺蘇生や人工呼吸の方法、AEDの使い方を主体として行いました。

（概要）

AEDを使った一次救命処置の流れ

○AED到着前の心肺蘇生

傷病者を発見した時は①**周囲の安全を確認**する、②**反応の有無を確認**する（大丈夫ですか？等と呼びかける）、反応がなければ近くの人に助けを求め、③**119番通報とAEDの手配**をする、④**呼吸の確認**をする（胸と腹部の動きを観察して判断）、呼吸がないと確認されたら、⑤**胸骨圧迫（心肺蘇生）**を行う、人工呼吸ができる場合は、⑥**胸骨**

圧迫（30回）と人工呼吸（2回）の組み合わせ（心肺蘇生）をAEDが到着するまで繰り返す

○AEDが到着後の心肺蘇生

AEDを傷病者の左側に置き⑦**電源を入れる**、⑧**電極パッドを装着する**（貼る際の注意点として、濡れていない等胸部を確認する。正しい位置に装着する、等々）⑨**心電図を解析する**（傷病者から離れる）、⑩**AEDの指示があれば電気ショックを実施する**（再度、傷病者に触れていないことを確認する）、実施後、除細動の成功、失敗にかかわらず直ちに心肺蘇生を開始する、⑪**心肺蘇生とAEDの手順を繰り返す**

その他、乳児の心肺蘇生法、窒息時の処置（気道異物の除去）のハイムリック法・背部叩打法、またケガ時の止血法、回復体位等々についても学びました。

質疑応答後、眞田委員長より謝辞があり、閉会しました。

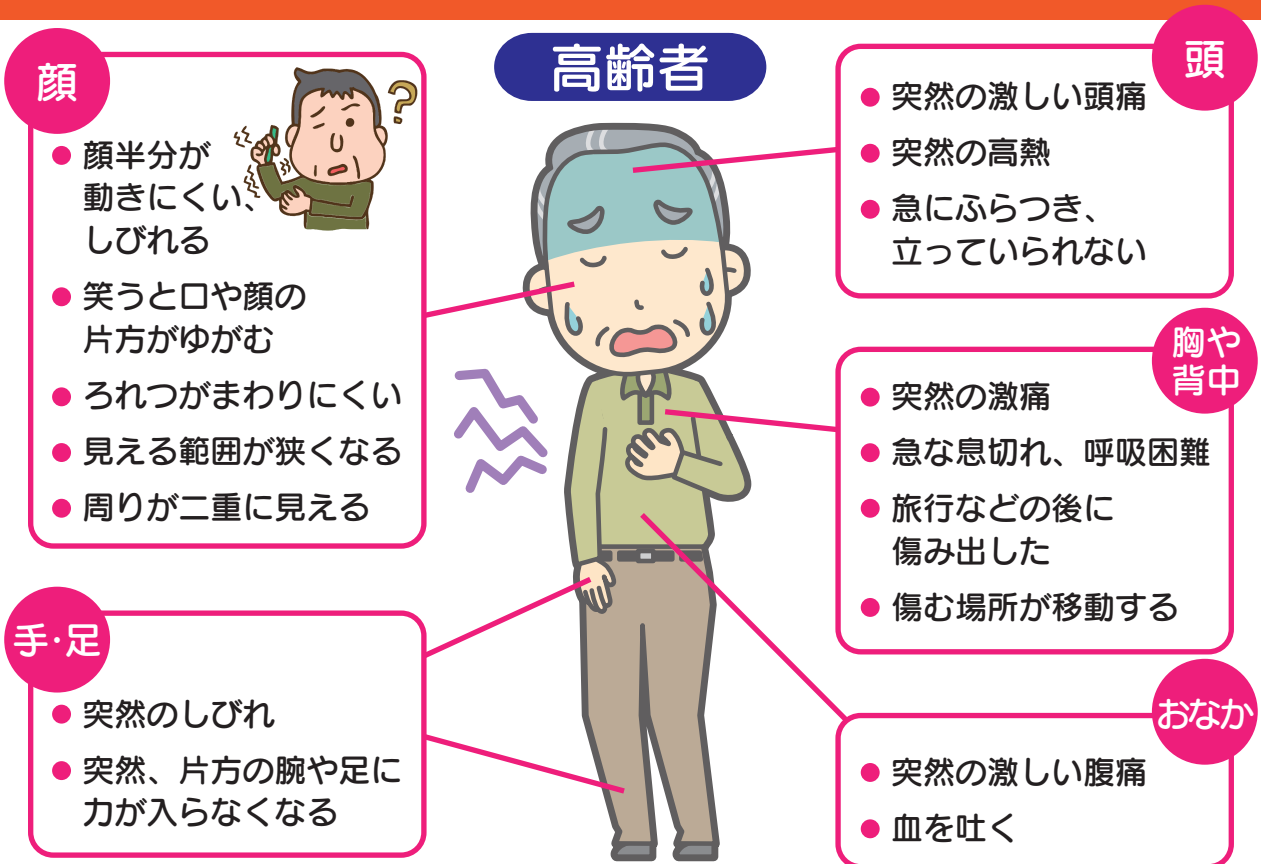
尚、本日の受講者には、富山市消防局より普通救命修了証が渡されました。

災害時はじめ、私たちの日常生活、スポーツの現場においても、交通事故、心臓疾患の発作など、突然生命の危機にさらされる事は珍しくありません。我々柔道整復師は医療従事者として緊急時の現場で役立つような正しい救命技能を習得し、また定期的に練習する必要があります。

終わりにりましたが、講師の先生方にはご多用の中、懇切丁寧にご指導いただき、厚く感謝申し上げます。



突然のこんな症状の時にはすぐ119番!!



意識の障害

- 意識がない(返事がない)又はおかしい(もうろうとしている)

けいれん

- けいれんが止まらない

けが・やけど

- 大量の出血を伴うけが
- 広範囲のやけど

吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

飲み込み

- 物をのどにつまらせた

事故

- 交通事故や転落、転倒で強い衝撃を受けた

◎その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合◎

高齢者は自覚症状が出にくい場合もありますので注意しましょう。

※迷ったら「かかりつけ医」に相談しましょう！

救急車の適正な利用をお願いします

顔

- くちびるの色が紫色
- 顔色が明らかに悪い

こども (15歳以下)



頭

- 頭を痛がって、けいれんがある
- 頭を強くぶつけて、出血がとまらない、意識がない、けいれんがある

胸

- 激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しそう
- 呼吸が弱い

おなか

- 激しい下痢や嘔吐で水分が取れず食欲がなく意識がはっきりしない
- 激しいお腹の痛みで苦しがる
- 嘔吐が止まらない
- 便に血がまじった

手・足

- 手足が硬直している

意識の障害

- 意識がない(返事がない)またはおかしい(もうろうとしている)

けいれん

- けいれんが止まらない
- けいれんが止まっても意識が戻らない

飲み込み

- 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

じんましん

- 虫に刺されて全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった



やけど

- 痛みのひどいやけど 広範囲のやけど



事故

- 交通事故にあった(強い衝撃を受けた)
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた



生まれて3ヶ月未満の乳児

- 乳児の様子がおかしい

◎その他、お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

こどもの救急電話相談は「#8000」へ

第14回 氷見キトキトウオーキング

日時 平成29年10月21日(土)
～22日(日)

場所 氷見市ふれあいスポーツセンター

高岡ブロック スポーツ委員 飛田秀明

氷見市の景観と歴史を堪能しながら歩く第14回氷見キトキトウオーキングが開催されました。この大会は、県内で唯一の日本ウォーキング協会の公認コースとなっており、参加者の方々は全国各地より来県され盛大に行われています。

当日は台風の影響で21日土曜日だけの大会となりましたが、完歩を目指して元気な参加者の笑顔が印象的でした。今回は氷見市会員の先生方6名のご協力いただき、ボランティア活動として、参加者のボディケアを主にストレッチや柔整マッサージを提供し、少しでもお役に立てればと先生方の敏腕を発揮していただきました。大阪から参加されていたご夫婦の方が「こんなボランティアを受ける事ができる大会は初めて経験しました。来年もきます！」と喜んで帰られたのが記憶に残りました。ボランティアに参

加いただいた先生方も良い経験になり、「やりがいのある活動だった」と嬉しい言葉を聞いて少しでも長く継続できる活動でありたいものです。21日(土曜日)の利用者の方は51名、負傷者も見られ応急処置を施しました。天候の影響もあり利用者は少なめでしたが、皆様から喜びの言葉をかけていただき、力が満ちる思いでした。

今回、22日(日曜日)に台風がきて異例となる大会中止の案内があり、22日の担当の先生方は準備だけの形となりましたが、後片付け等で大変お疲れになられたと思います。それでも来年の大会にも是非、協力をお願いしたいと思っています。ボランティア活動は現場の経験が仕事の糧にもなると考えられますので、若い先生方の参加を強く望んでいます。



第5回 ふくみつ 街中リレーマラソン

日時 平成29年9月17日(日)

場所 南砺市福光地域

T J A T 砺波ブロック 梅木一平

秋雨の降りしきる中 第5回ふくみつマラソン2017が9月17日(日)南砺市福光地域の中心街で行われ、112チーム1142人のランナーが1周約1.95kmのコースをタスキリレーでつなぎ、全長29.32km(15週)の福光の街中を駆け抜けました。当日は台風の接近もあり心配されていましたが、大きな被害もなく無事に開催されました。ユニ

ークな仮装などマラソン以外にも楽しんで参加されているのが印象的でした。

T J A Tチーム金田英治、矢木義門、澤田為次、松浦実、法邑智成、牛田恭司、私梅木一平が大会事務局の要請によりコンディショニングのボランティアとして参加しました。

朝7時より利用者86名のランナーに柔整手技、テーピング、アイシング、ストッレチ等を行いました。参加ランナーの皆さんにストレッチ、テーピング、柔整マッサージ等を行いサポートすることができました。中にはストレッチや走り方について熱心に質問されるランナーも多くみられ柔道整復師としてしっかりアピールができたと思いました。

今後も皆様に喜んでもらえる様に、活動していきたいと思っています。

となみ庄川散居村縦断 マラソン2017

日時 平成29年11月19日(日)

場所 砺波チューリップ公園

砺波地区 末永 明信

当日は気温も低く山は雪が降り 途中で雨風が強く大変な天候でした。『となみ庄川散居村縦断マラソン2017』が砺波市の砺波チューリップ公園を発着点として庄川水記念公園との間を往復して行われ、北は北海道、南は山口県から、参加ランナー3445人と過去最高の人数が、晩秋の砺波平野を駆け抜けました。ゲストランナーとして、元世界陸上日本代表の野尻あずさ選手が参加されて、走る前の軽い体操なども行われました。

この大会はメインのハーフマラソンから距離や性別や年齢ごとに20部門が設けてあり、2～3人で参加するファミリージョギング〔2キロ〕もあって参加しやすいようになっておりました。

私たちは、午前6時50分に会場に集合し準備を開始しました。受付を開始し参加利用ランナー101名に柔整手技やテーピング、アイシング、ストレッチ等を行いました。参加ランナーの皆様から「完走できて良かった」「最



後まで楽しく走れました」等の喜びの声をたくさん聞きました、なかにはお父さんの応援にきて、お母さんに連れられた3歳の男の子の肘の関節脱臼にも対処することができました。

今後とも皆様に喜んでいただける様な活動を続けていきたいと思ひます。

参加者名 (9名)

金田英治、平木篤、辻井康善、林政良、
林禎之、水上靖隆、中川雅晴、福田秀継、
末永明信



第40回 全国高等学校柔道選手権富山県大会

日時 平成29年11月18日・19日

場所 富山武道館

今大会は、来年3月日本武道館で開催される全国大会出場をかけたの公式戦です。若い血潮に溢れた白熱した試合に、柔道経験は学生時代の授業のみという私にとって、救護での参加とは言え、初めての大きな大会でした。

まさに、心技一体激しい熱戦に感動と興奮を覚

富山ブロック 深美 宏太

えるのも束の間、鼻出血、手指の裂傷で消毒、止血、テーピング等を先輩の先生方のご指導の下、半ば緊張して務めさせていただきました。的確な判断、スピーディーな処置、救護には手際の良さが必要だと痛感しました。

幸い大きな外傷、事故もなく無事に大会を終えたことに安堵すると同時に、貴重な経験をさせていただき、覚えることも多く大変勉強になりました。今後に繋げていきたいと思ひます。

2017富山マラソン

日時 平成29年10月29日(日)

場所 高岡市役所前～富山市環水公園

富山ブロック 牛島 政泰

富山県スポーツ事業の一環として高岡市役所前をスタート地点とし富山駅北(裏)にある環水公園ゴールの富山マラソンが開催されました。富山マラソンは今回3回目で初めての雨天となり、マラソンの部は13,779名、ジョギングの部1,090名、車イスの部は15名で合計14,884名のエントリーランナーには過酷と思われる環境でした。

富山県柔道整復師会TJATは大会のサポート役としてトレーナー要員で参加してきました。8時過ぎに総合体育館に会場入りし、経験のある方々の細かな指示でスムーズにブースの設営できました。

しかし、生憎今回は台風22号の影響で雨模様の中、多数のランナーたちの途中棄権も予想されましたが、スタートから3時間ほど過ぎたあたりから続々とゴールされました。並行して次第に柔道整復師会ブースではケアに訪れるランナーが見られ、お昼過ぎには15床あるベッドすべてが埋まり、順番待ちのランナーでいっぱいになり、ベンチに座る風景は施術者にとって、使命感を感じるものでした。



疲労性足関節捻挫や、体に負担をかけたことによる腰痛や背部痛など、様々な症状で治療時間に制限がある中、施術者たちの判断でマッサージやストレッチ、テーピング等の施術を施しました。私も普段あまり他の先生方の施術シーンを見ることも少ない中で、実に刺激的で楽しくもあり、施術した248名のランナー以上に今回の大会を楽しませていただきました。施術を受けた方々からお礼の言葉をかけられると、治療家冥利に尽きるものだとつくづく思いますし、今回初めて接骨院の施術を受けてみたという方もおられたことを考えると、地域に根差した接骨院の活動を知ってもらえる実に良い機会だったと思えます。午後5時過ぎに会場を後にしましたが、ランナーと触れ合えましたし、トレーナーとしての経験も積めました。また、大会の裏方で大変な事情も垣間見ることができ、とても良い1日を過ごせたと思っています。

* TJAT 参加者

- ・前原 征一 (高岡) ・井田 栄二 (新川)
- ・浜岡 保之 (新川) ・黒崎 洋昭 (富山)
- ・金田 英治 (砺波) ・原 誠 (新川)
- ・竹内 崇裕 (新川) ・古市 直子 (新川)
- ・水上 重一 (富山) ・高辻紀久夫 (富山)
- ・石腰 泰久 (富山) ・清原 正樹 (高岡)
- ・岩本 竜治 (高岡) ・前田 治郎 (高岡)
- ・辻井 康善 (砺波) ・梅木 一平 (砺波)
- ・牛島 政泰 (富山) 以上17名