



健康寿命をのばそう!
Smart Life Project

三重の健康づくり総合計画ヘルシーピープルみえ21への参加
一般社団法人 三重県鍼灸師会は、スマート・ライフ・プロジェクトと、
みなさまの健康・体力づくりを応援します。



三重県鍼灸師会は
ランナーを
応援しています。

お伊勢さん
マラソン

津シティ
マラソン

四日市シティ
ロードレース

社団法人 三重県鍼灸師会が「スポーツ分野の鍼灸治療とサポート」に
取り組む専門チーム。皆さんがケガをしないよう「コンディショ
ニング、予防、疲労回復、健康管理」のお手伝いをしに、県内の
スポーツ競技会に派遣しています。

コンディショニング講座を開催しています。

コンディショニング講座を開催しています。

コンディショニング講座を開催しています。

社団法人 三重県鍼灸師会 TEL. 059-227-3345

◆「スポーツ鍼灸セラピー三重」とは？

結成15年目に入ったスポーツ分野の鍼灸治療とサポートに
取り組む専門チーム。皆さんがケガをしないよう「コンディショ
ニング、予防、疲労回復、健康管理」のお手伝いをしに、県内の
スポーツ競技会に派遣しています。

◆ どんな活動をしているの？

市民マラソンなどのスポーツイベント会場で「“鍼”をメイン
にテーピング・ストレッチ等」を行うとともに「正しいコンディ
ショニング作りの大切さ」を指導して、安全で楽しくスポーツが
行えるようにサポート活動に組んでいます。また、市民ランナー
の皆さんを対象にコンディショニング講座を行っています。



◆ ケアを行っている県内のレースは？

- *四日市シティロードレース 【四日市中央緑地陸上競技場】
- *中日三重お伊勢さんマラソン【三重県営総合競技場】
- *津シティマラソン大会 【津市安濃中央総合公園】

◆ 2014-2015 参加施術所

- 【桑名地区】 岡田治療院 【四日市地区】 いしばし鍼灸院、
一見鍼灸院、仲野整体整骨本院、仲家治療院、丸山鍼灸科
- 【鈴鹿・亀山地区】 岩本接骨院、楠原漢方院 【津地区】 川内鍼
灸科、たすく治療院 【伊賀・名張地区】 一鍼灸院
- 【松阪地区】 三田接骨院、新谷鍼灸整骨院 【伊勢・鳥羽地区】
つきよみの森 鍼灸院、東洋医学 でぐち鍼灸院

◆ スタッフの感想

ビギナーからベテランのランナー、鍼灸治療の経験のない方
から、毎年利用していただく方などスポーツと健康を考えるみ
なさまのケガ防止と楽しいスポーツライフを目指して健康増
進に結びつけられるよう、サポーターとして貢献して参ります。
ケア活動ブースに、お気軽にお立ち寄りください！

市民マラソン・ケア活動の予定・会員施術所は、 [本会HP](#) をご覧ください。

一般社団法人 三重県鍼灸師会

〒514-0004 三重県津市栄町2-325 三重県鍼灸会館
TEL: 059-227-3345 FAX: 059-226-3221
<http://mie.harikyuu.or.jp>



三重の健康づくり総合計画ヘルシーピープルみえ21への参加
一般社団法人 三重県鍼灸師会は、スマート・ライフ・プロジェクトと、
みなさまの健康・体力づくりを応援します。

◆ 鍼灸師による「総合健康相談」とは？

県・市主催のイベントに“健康相談コーナー”を設けています。そこでは、鍼灸を通して、皆さまの健康をサポートさせていただくとともに健康への意識向上につながるような内容でご相談に応じています。

◆ どんな相談ができるの？

鍼灸師による「総合健康相談」をはじめ、「刺さないはり”小児はりの紹介・体験」「鍼灸の紹介・体験」「介護予防運動指導」「テーピング&操体法」などのコーナーを設けて、自己健康チェック、健康管理が出来る人の増加を目指しています。

◆ 県・市主催の健康イベントとは？

- *子育て応援！わくわくフェスタ 【三重県内各地】
(わくわくフェスタ 平成27年 11月14~15日
東長島スポーツ公園(紀北町)開催決定)
- *四日市健康フェスティバル
【三重北勢健康増進センター】

◆ 2014-2015 参加施術所

- 【桑名地区】 岡田治療院 【四日市地区】 一見鍼灸院、
慶福針灸、仲家治療院、丸山鍼灸科、鍼灸治療院 游癒
- 【鈴鹿・亀山地区】 岩本接骨院、楠原漢方院
- 【伊賀・名張地区】 上島鍼灸院、一鍼灸院、森整骨鍼灸院

◆ スタッフの感想

「刺さないはり”小児はりの紹介・体験」のコーナーを目的に本会ブースを利用される方が多くなりました。初対面のこどもが「ちゅん・ちゅん・さ〜」と小児はりを体験していると、ニコニコしてくる笑顔をみてパパやママは「そんなに気持ちいいの？」と驚かされている姿を目にして私たちスタッフもうれしくなります。今後も幅広い年齢層へ健康の大切さを伝え、鍼灸医学の普及活動を行ってまいります。

健康イベントの予定・会員施術所は、本会HPをご覧ください。

一般社団法人 三重県鍼灸師会

〒514-0004 三重県津市栄町2-325 三重県鍼灸会館
TEL: 059-227-3345 FAX: 059-226-3221
<http://mie.harikyuu.or.jp>

子育て応援！わくわくフェスタ
小児はり体験コーナー

「小児はり」ってなあに？
スバリ！「刺さない」はりです。
小児はり「夜泣き」「夜尿症」に効果があります！
ここからだの成長を助け、健やかに育つお手伝いができます。
小児はり体験のほか「健康相談」や「はり体験」などのコーナーもありますので、お気軽にお立ち寄り下さい。

明るく、元気に、健やかに
子供・子育て家庭の皆さんの
鍼灸師による総合健康相談
社団法人 三重県鍼灸師会・ユマニテック医療福祉大学校 鍼灸学科

