

## (社)三重県鍼灸師会の取組

### (健康づくり全般)

- ・ 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・市主催の健康関連事業である、第8回子育て応援！わくわくフェスタ（10月5～6日：松阪市）、四日市健康フェスティバル（12月1日）に参加しました。各会場では「鍼灸師による“総合健康相談”をはじめ、小児はりの紹介・体験、介護予防運動指導、操体法・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セルフコンディショニングができ、ケガの予防に対する知識を持つ人を増加させるため、第15回四日市シティロードレース大会（4月7日）、2013中日三重お伊勢さんマラソン大会（12月3日）、第9回津シティマラソン大会（2月9日）へ協力団体として参加して「鍼灸コンディショニング活動」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、見学に来場した鍼灸学生への指導も行いました。また、ランナーだけでなく多くの来場者に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。