



### 足もみボランティア募集中

東京マラソン2007/2月18日実施



足もみボランティア活動の会場は、「有明イーストプロムナード」です。東京都福祉保健局の望月氏によると、「約3万人のマラソンをゴールした人が、着替えてぶらぶらするプロムナードで、大変な人数になるでしょう。」とのこと。テント方式で、NPO 地球足もみは、3テント+順番待ち合いの2テントを特別に多く配分して頂いています。マスコミはもちろん、日本中、いや、世界が注目する「東京マラソン2007」足もみの大切さを訴える又とないチャンスです。当日の足もみボランティアにご協力頂ける方は、NPO法人地球足もみ健康法実践普及協会までご連絡下さい。【03-5451-0092 柏木まで】

### ボランティア活動

足もみのボランティアに参加された方は、異口同音に「楽しく、充実感を味わった」とおっしゃいます。



### ○2006、がんばろう！岡谷フェスタ / 八幡重則（長野県）

長野県岡谷市の夏の予期せぬ土石流災害により、夏場のイベントの総てが中止されましたが、この度、全市上げてのイベント『2006 がんばろう 岡谷フェスタ』と銘打ち、街なかフェスタが10月7日(土)に開催されました。私たちNPO法人 地球足もみ健康法実践普及協会のメンバーもその趣旨に賛同し、ボランティアとして参加しました。

当日は、足もみ健康法を広く、子供さんから大人まで、一般の方に体験し、知って頂くことにより、市民の健康づくりの一助にして頂ければ・・・と願い、世界大会で購入した赤いTシャツを着用し、富田先生と7人の仲間とボランティア活動を行いました。

午前11時から午後4時まで商店街の一角に大きなテントを用意して頂き、店開きしたところ、すぐにお客様が集まり、順番確保の為に整理券を配り、メンバー一同、一生懸命に足もみをさせて頂きました。昼食やトイレタイムを取るのもままならず、夕方4時の閉店までにお客様が70名くらい立ち寄り頂きました。

足もみの重要性、効果等、お客様とメンバーとの対話の中で和やかに語られ、秋晴れの好天に恵まれ、充実した楽しいボランティア活動の一日でした。



### ボランティア活動

地域密着のボランティア活動は参加者と主催者が、共に充実感に満たされるようです。

### ○ 高等学校の健康増進研究会 / 増田四郎（広島県）

昨年秋、「広島県立大和高等学校」から職員の健康増進研究会に講師としての依頼を受け、10月17日(火)に学校の教室を使用して実施しました。

校長先生をはじめ全教職員の参加で、約2時間の研修会を無事修了することが出来ました。校長先生をモデルにした「腰椎反射区の前屈実験」や全員参加の「足じゃんけん」、「足底筋の運動(タオル引き競争)」、「ゴルフボールでの足裏マッサージ」など、笑いの中で楽しくやる事が出来ました。

後半の体験には同行のスタッフ(女性3名)と一緒に予定をオーバーして先生たち皆さんの足を揉みましたが、「あまり痛がらない人」「ウー、アー、と痛がる人」教室は体験中の先生の表情に笑いばかりではありませんでした。

最後は皆さんに感謝の言葉をいただきましたが、「若石健康法」をこのような場所で紹介できた事に、私の方が感謝の気持ちで一杯でした。

### ○ 赤十字奉仕団世田谷出張所・足もみ講習会 / 久保田 聡（東京都）



日本赤十字奉仕団世田谷出張所上馬西分団より「足もみ講座」の依頼を受け、11月6日(月)上馬まちづくり出張所にて約20名の参加者で行われました。久保田聡校長より家庭で簡単に実践できる足もみ健康法が紹介されました。首や腰の実験を行ったり、タオルを足指でたぐり寄せるゲームをやったりで、楽しみながら実践できる足もみ健康法に参加された皆さんが関心を示されました。講座のアシストをして頂きました皆さまありがとうございました。(レポート/日本若石 柏村 学)

### ○ 飯能市健康祭り2006 & 大川学園医療福祉専門学校学園祭! / 福原 直記（埼玉県）

10月28日、学園祭、飯能市健康まつり、おかげさまで大盛況のうちに無事終了しました。横倉さんと横倉さんご紹介の荒井さん、並木さんには本当に助けられました。更に横倉さんのゆるぎないお客様との会話、やり取りは大変参考になりました。学園祭では約60名、健康まつりでは2時間枠にもかかわらず40名の参加があり、「いた〜い」「でも気持ちいい」と大好評を得ることができ、

1. どうしたらこの施術が受けられるのか?
2. 学校ではやってないのか?
3. クリームを売りたいのだが、学校で売っているのか?
4. NPO講座を受けたい
5. ワンデーセミナーみたいなものが学校で受けられないのか?

などなど、色々な意見が飛び交い、今後の課題も山積みです。近くにサロンを作ってしまうのもいいのかもしれませんが、

私は仕切り役及び営業に徹しました。忙しいながらもさわやかな一日でした。



### ○ 久喜市民まつり! 足もみボランティア / 山本 紀子（埼玉県）

秋晴れの10月15日(日)久喜市民まつりが開催されました。久喜市西口通りにいっぱいテントが並び、いろいろな催し物や品物の販売が盛りだくさんです。「シェーネ靴店」のテントの半分が「足もみ体験コーナー」です。

お天気にめぐまれスタートし、開始1時間で最終4時までの予約がいっぱいになってしまいました。あとは、丁寧に断りし、「NPO 足もみニュース」と「NPO 講座の案内」、「ワンデーセミナーの案内」、「施術割引券」の配布と施術です。それでも、テントの前には、次から次へとお客様が集まり、お断りに四苦八苦でした。お客様の大半は「やってみたくて・・・きっかけがなくてね!」という初めての方が多かったのですが、施術後の「わぁ〜、軽い軽い」「すっきりした」「きもちいい」「ありがとうね」などの声に参加者全員が、「楽しかった」「いろんな足と出会えてよかった。」と充実感の一日でした。



○ おきなわ・足もみ祭り 【 第四回官足法友の会 全国大会 10月21日 】



10月後半といえどもまだまだ暑い沖縄。清々しい青空と燦々と照り輝く太陽の下で「おきなわ・足もみ祭り」が開催されました。1日目は足揉み祭りとして、いろいろなイベントや催し物が行われました。健康遊歩道、親子足もみ教室、わらじづくりコーナー、何でも健康相談室など企画満載！まるでテーマパークといった感じです。中でも行本会長の講演会は大好評でした。また、官足法オリジナルグッズや沖縄の名産品の展示販売もあり、多くの品物が売り切れてしまいました。

2日目は沖縄観光へ。自然と融合した「ちゅうらうみ水族館」、世界遺産の「今帰仁城」、「名護パイナップルパーク」などを見学しました。

3日目も観光で、首里城へ行きました。琉球王国の歴史を感じさせる壮大さを満喫！最後に公設市場で沖縄のお土産を買い、後ろ髪を引かれながら、帰路に着きました。

○ 墨田ユートリア祭の足もみ体験コーナー大評判！ / 小宮 節子（東京都）

11月18日に墨田ユートリア祭（墨田区生涯学習センター）へ足もみ体験に初めて参加しました。文京区の茂木 崇先生のサークルの方にお手伝いしてもらいました。足もみ体験コーナーの評判がよく、3時に終了した後もやって欲しいという方が何人もいた（学習センター事務局より）そうです。学習センターの期待も大きく来年はもっと日程及び時間を長くとりたいと思います。

NPO 講座

「NPO地球足もみ講座」を通して足もみ健康法の楽しさと大切さを多くの方に体験して頂きたいと考えています。足もみ健康法を伝えて喜ばれること！それが私たちのこの上ない喜びになります。



活動内容	支部名	正会員	主な活動日
○パワーヨガの先生に	中野もみじ山	片山 泰子	平成 18年 10月 10日
○ご主人のケアとダイエット	千葉山武	宮崎 昭好	平成 18年 10月 16日
○足もみ処 好にて	真岡	飯沼 信子	平成 18年 10月 17日
○メソッドスクール本校にて	世田谷豪徳寺	山崎 三千代	平成 18年 11月 2日
○産後のむくみと冷え解消	出雲簸川	赤木 里都子	平成 18年 11月 3日
○若石足療 もんでチャイナにて	世田谷豪徳寺	平野 展大	平成 18年 11月 7日
○陳会長セミナー参加者など	野洲	山崎 有紗	平成 18年 11月 7日
○ホームデコ安来	出雲簸川	赤木 里都子	平成 18年 11月 10日
○ユートリア本館にて	千葉習志野	三橋 敏次	平成 18年 11月 12日
○若石足療 中野店にて	中野もみじ山	名嘉村 信広	平成 18年 11月 14日
○健康づくり応援団講演参加者	下高井戸日大通	宇津木 規子	平成 18年 11月 15日
○若石足療中野店にて	中野もみじ山	山崎 三千代	平成 18年 11月 15日
○コスモス会荒川さんの紹介	埼玉東	山本 紀子	平成 18年 11月 20日
○若石足療足もみ屋シャムロック	江東住吉	金澤 南都子	平成 18年 11月 24日
○美術館勤務の女性	出雲簸川	赤木 里都子	平成 18年 12月 1日
○紀足庵のお客様	埼玉東	山本 紀子	平成 18年 12月 2日
○dream H&Mのお客様	高崎新町	小林 久夫	平成 18年 12月 10日
○むくみ・冷えの改善を目指し	中野もみじ山	片山 泰子	平成 18年 12月 12日

子供への活動

次世代を担う子供たちにも足もみの大切さを伝えていきます。

○ 子育てサロンおひさまひろば「親と子の足もみ教室」/永井みゆき(京都府)

綾部市にある、中筋幼稚園内の子育てサロンより依頼を受け、11月中旬に、親子の足揉み教室を開かせてもらいました。綾部市はとても田舎なので呼びかけたところ、どれくらいの人に来てくださるのだろう・・・と、私たちも心配していました。

ところが、園だよりなどで呼びかけてみると予約の電話が毎日かかり、なんと定員オーバー（30組までにしようと思っていましたので・・・）開催するまでにうれしい反響でした。

当日は少々キャンセルがあったものの25組の親子さんが参加して下さいました。米村先生が子育ての事や、親と子のふれあいについて話された後、基本ゾーンの大切さ、その後 頭や腸とお子様にあわせた施術法を説明、そのたびにお母さん方は熱心に耳と目を傾け、自分のお子様の足をキュッキュッとマッサージ・・・するとそれまでバタバタと落ち着かなかったお子様が、お母さんの優しい手でマッサージされている時は表情もおだやかで、とても気持ちよさそうに寝転んでいる姿は大変微笑ましい光景でした。約1時間ほどの講座でしたが、終了後に回収したアンケートにはうれしい感想が記入されており、スタッフみんな大喜びでまずは大成功かな？といったところです。

地元の市民新聞から取材にこられ、紙面に記載されたあと お子様を持つお母さん方からサロンに相談の電話や実際に「足をみて欲しいのですが」と来られたりで、その後の反響もいい感じです。この小さな田舎の町に若石という名がこれからもどんどん広まればいいなあと思います。



○ 実践！子供の為のリフレクソロジー講座 / 井上洋子（千葉）



柏市内のアミューズ柏にて大人15名、子供5名（生後10ヶ月の赤ちゃん～7歳）の参加で行われました。「予防に勝る薬なし」我が日本国を背負って立つ子供の未来のために！足もみの実技を楽しく説明しながら、お父さん、お母さんも真剣に楽しく学び、親子の愛が通じる風景が微笑ましく感じました。現代病であるアトピー性皮膚炎、アレルギー、喘息 etc の症状にも詳しく、納得のいく指導をされていました。遠方より（長野県松本市）山越さん一家5人での参加されたのも子供の足もみに対する期待度の高さ故だと思われました。（レポート/日本若石 柏木真治）

福祉・介護活動

○ 「デイホーム下馬」足もみボランティア / 柏村 学（東京都）

去年に引き続き2度目となる日本フレンズ奉仕団の運営する「特別養護老人施設デイホーム下馬」での足もみボランティアが開催されました。デイホームのバザーに訪れた近所の方を中心にお一人15分～20分の足もみを500円で行いました。総数45名の方が、足もみを体験され、足もみによって得られた収益は、「社会福祉法人日本フレンズ奉仕団」に寄付させて頂きました。ボランティアにご協力頂きました皆様ありがとうございました。

NPO地球足もみ講座 受講生募集中



時間：6時間（1回の受講時間と受講回数は相談に応じます。）  
費用：4,800円（テキスト及び修了証書）  
講師：NPO法人地球足もみ健康法実践普及協会正会員が指導



協会ホームページ <http://www.npo-ashi.net>

NPO法人 地球足もみ健康法実践普及協会

本部所在地：東京都世田谷区豪徳寺1-22-6-3F お問合せTEL：03-5451-0092