

第1回 要介護予防運動スペシャリスト養成講座 大盛況!

6月28日より4日間、第1回となる「要介護予防スペシャリスト養成講座」が開講されました。関東学院大学の鈴木秀雄教授を始めとして、蒼々たるメンバーが教鞭を執る貴重な講座でした。参加者も官足法の皆様も含め77名と介護予防問題に対する関心の高さが垣間見られました。(詳しくは中面をご覧ください。)



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おります。「足もみは地球人類の宝もの」子供からお年寄りまで実践できる方法です。

活動内容	支部名	正会員	主な活動日
生徒さんご自宅にて	仙台太白	野木 栄子	平成 19 年 5 月 9 日
もんでチャイナにて	豪徳寺	工藤 公子	平成 19 年 5 月 15 日
ホームデコ松江にて	出雲簸川	赤木 里都子	平成 19 年 6 月 1 日
トータルヘルスケア 統合医療研究所にて	出雲簸川	赤木 里都子	平成 19 年 6 月 19 日
B F 研究所にて	野洲	山崎 有紗	平成 19 年 6 月 23 日
梅香堂	賛助会員	張 秋容	平成 19 年 7 月 2 日
若石リフレーム	千葉 柏	井上 洋子	平成 19 年 7 月 20 日

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

市民大学で講演 / 湯浅 厚代 (千葉県)

一昨年一般的な健康のとらえ方を学べたらと思い「市民大学校 健康生活学部」の講座に参加しました。(月2回の約一年)その事が縁となり、今回の1時間半の講座を依頼されました。「足からみた健康、自分でできる足もみ健康法」と題して、足もみの歴史、私の出あった若石健康法について短時間で説明をし、参加者20名に自分の足をもんで頂きました。『参加した方々より「自分の足をさわり、湯浅さんに押しってもらいながらの講座は忘れられないものになりますね。又、足は軽くなったし、楽しかった」と話されていましたよ』と市の担当者より連絡を頂きました。

受講者感想 / 赤木 里都子 (島根県)

他人にしてもらうより、自分でと思い参加しました。自分の足裏をこんなにまじまじと見ることもなく、今日は面白い発見でした。痛いけどあとからあとから気持ちよい感覚が出て来て、不思議な体験です。全身が温まり、今までの目の疲れ、肩凝り、冷え症が嘘のようにになりました。もっと深く勉強して悩んでいる知人たちにも喜んで貰いたいと思いました。本当にありがとうございました。【冷え症あり無力感・脱力感を感じている主婦の方より】

ボランティア活動

各種イベントで足もみ健康法の素晴らしさを伝えています。

「トヨタのお店で若石健康法体験実施」 / 小林 久夫 (群馬県)

以前、勤めていたネットヨタ埼玉本庄店の店長より連絡があり、今度お客様大感謝祭として、大きなイベントを6月16日(土)17日(日)でやるとの事で、ついでには何か変わったものを取り入れたいので、足もみコ-ナ-を出店してもらえぬかとの依頼がありました。車を見にくる人が足もみ?とあまりピンとこなかったのですが、ぜひこの事なので、若石を広めるにはいい機会かなと思い、家内と二人で参加しました。

当日、お店に行ってみるとビックリ! 通常のイベントと違い、まるでお祭り会場状態、外にはホットドックやクレープの無料販売キッチンカーがあったり、ショールームには車は1台もなく大きなウサギのバルーン(子供が中に入って遊べる)や輪投げ大会スペース、新型カーナビの展示(背の高いきれいなコンパニオンのお姉さんがいたが、忙しくて足もみしてもらえなかった.....残念)、フリードリンクコーナーなどがありました。

そして足もみ体験スペースは、キッズコーナーのすぐそばで、回りは子供だけ、足もみ体験してくれる人が本当にいるのか不安でしたが、なんと始めにお客様をよんでくれたのはその子供たち、私たちのブースのかたわらに設置したローラースケートに興味深々、これなに?と聞いてわかるわかる足をのせ「すぐつた!」「いた~い!」気持ちいいなど大騒ぎ! なかには靴のまま乗ろうとした子がいてビックリしましたが、それにつられて遠巻きの様子を伺っていた大人たちが寄ってきて足もみをうけてくれました。

いつものボランティア体験者は、割と年齢層が高い人が多いのですが、ここではとても元気な小学2年の女の子から始まり、体育会系でも帯帯を何本も切っているマッチョな若者、ちょっと人生に疲れたような気味の中年男性、家計のやりくりがチをこぼす主婦、C型肝炎をわずらっている気の優しいおじさん、さらには店長夫人まで実にさまざまな足ができました。初日の最後は1日中ピンクのウサギの着ぐるみ姿でジャンケンゲームで頑張っていたお手伝いの保険会社の23歳のお兄さん「すみません、疲れたのでもんで下さい」とハナハナ状態で汗ビシヨリの足をだしてきたのは思わず笑ってしまいました。

また家内はおもに子供担当! キッズコーナーの子供達の足をかたっぱしから揉んでいき、面白かったのは、お母さんがさんざん叱ってもらったとをきかなかった女の子が家内が足を揉みだすとソファにおどろく座ってニコされるかまじなっていたのは印象的でした。今回のイベントでは、子供からお年寄りまで、そして健康な人、病気がちな人などたくさんの方に足もみしてもらえて、とても嬉しかったです。以上をうべきものがありました。

足もみという事にあまり関心のない人でもアプローチのしかたによっては興味をもってもらえるんだとわることがわかりました。これからも人の集まる場所若石健康法をもって出陣したいと思えます。



福祉・介護活動

福祉や介護の分野でも予防介護の観点からフットケアが注目されています。

老人ホームでボランティア活動 / 飯沼 信子 (栃木県)



2007年6月2日(土)に「おさゆの日(5/30)」足もみボランティアを行いました。

特別養護老人ホーム「きたはら」で第3回目(但し、年一回のおさゆの日ボランティアです)となります。

今回は、足浴等見守りを施設職員の方がお手伝い下さり、足もみは、息子と2人で行ないました。(約2時間で10人)初体験の息子は不安もあったようですが、「ありがとう」の言葉に助けられた様子。終了後は施設の昼食をおいしくいただき帰宅しました。