



徐士傑先生ご紹介



- 1994年 国際若石健康研究会・専訓班 師資培訓班(指導者養成コース)を修了
- 1996年 台北本部スタッフとして就任 世界各国の受講生に実技指導を担当
- 1997年 点穴班・無痛診断班を修了 台北本部講師(手技指導担当)に就任 指導室責任者を任せられる
- 2000年以降、毎年、日本で指導者養成 指導を受けた施術者が全国で活躍中

台湾で施術者として、世界中のプロ施術者への指導者として活躍されている徐士傑先生が来日し、一般の方を対象に『足もみ健康法講演会』を右記の全国各地で催します。家庭で取り入れられて、病気の予防や健康増進にも役立つ「足もみ健康法」に触れてみませんか。

足もみ健康法講演会 2010年4月イベント日程			
開催日	曜	開催地域	講座会場
4/10	土	埼玉県さいたま市	J A 共済埼玉ビル
4/11	日	埼玉県所沢市	所沢パークホテル
4/12	月	群馬県高崎市	高崎市総合福祉センター
4/14	水	宮城県石巻市	石巻文化センター
4/15	木	宮城県仙台市	仙台市青年文化センター
4/17	土	北海道札幌市	札幌エルプラザ
4/18	日	北海道旭川市	北洋ホール
4/20	火	東京都立川市	立川市民会館(アミュー立川)
4/21	水	東京都世田谷区	北沢タウンホール
4/25	日	大阪府大阪市	御堂会館ホール

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。

■ 活動内容	■ 支部名	■ 会員名	■ 主な活動日
○吹田市立山田ふれあいセンター	野洲	高山 真一	平成 22 年 1 月 23 日
○美爽光館	岡崎	酒井 照代	平成 22 年 1 月 25 日
○若石健康サロン ユーユー	岡崎	前田 剛志	平成 22 年 2 月 23 日
○デイフィット亀有店	賛助会員	高岡 茂夫	平成 22 年 2 月 14 日
○若石足療中野店	中野もみじ山	柏村 三千代	平成 22 年 2 月 16 日
○若石足療 Ashiro-in アシロ	十勝	橋本 裕美子	平成 22 年 2 月 20 日
○榊原スポーツ	碧南	榊原 清江	平成 22 年 2 月 18 日
○墨田センター	台東墨田	小宮 節子	平成 22 年 2 月 20 日
○協会本部	豪徳寺	徳村 幸子	平成 22 年 2 月 25 日
○スクール本校からの紹介	賛助会員	津田 泉	平成 22 年 3 月 14 日

NPO地球足もみ講座&NPOシニア大楽!

2月28日NPO講座無事終了いたしました。5名の方は今回は 休み時間も取らないでがんばりました、しかも足裏図をコピーしてきて もむ順番を熱心に書き込むほどの熱心さでした。最後に終了証と名刺を渡しました。今後この5人のかたが研修目的で来院するときは研修生として特別講義つきで2800円の1時間足もみ実践コースを用意しました、と発表したところ、大喜びの風でした。
また、3月2日のNPOシニア大楽(500名の講師派遣団体)幹部勉強会で足もみのミニ講演も無事終わりました。 高岡茂夫(東京都)

NPO新現役ネットで足もみ健康塾を立ち上げました!

今般、NPO新現役ネット(理事長、岡本行夫 会員15000名)の中で~足もみ健康塾~を、私、青木満雄、高岡茂夫の3人で立ち上げました。(毎月セミナー開催予定) 藤本謙一(埼玉県)



足もみ健康塾

歴史ある東洋医学と西洋医学を癒合させた若石(じやくせき)健康法を中心に健康、美顔、美容等の情報をセミナーを通じてお届けします。

生協のご依頼『今日から簡単にできる足裏健康法講座』の活動! 澤田 英実(東京都)

1月29日生協のワークショップ委員会からの依頼で『今日から簡単にできる足裏健康法講座』を行って参りました。参加人数約30名「エリアニュースにて募集をした所、すぐに定員近い申し込みがあり、行って参りました。「さらに募集を掛けて抽選にするか、若干の余裕をもって締め切るか迷いました。」と役員さんが、おっしゃっていた通り、今までに無いほど皆さん興味深く、真剣に話を聞いて下さいました。2時間の講座でしたので、内容は難しく無く、施術も簡単施術よりもっと簡単にしたものをお伝えしましたが、私の言葉をかなり細かくメモしている方が本当に大勢いらしたのには驚きました。また、アンケートには是非3~4回の連続講座をして欲しいという意見が多く、興味の深さが感じ取れました。 タワーホール船堀という施設は都営新宿線の船堀駅前という最高な立地条件にあり結婚式場や映画館も併設される大きな建物で、貸しホールや会議室もたくさんありとても綺麗で立派な所でした。12年前私が初めて生協の講座を行った時は多摩地区の掘っ立て小屋の様な会館だったな~と思うと「こつこつ頑張ってきて今日があるんだな~」と嬉しくなっていました。単にたまたま会場が立派だっただけなのに・・・(笑)
私が片道2時間かかる所にお住まいの方達をフォローする事は不可能なので、関心のある方には本部や近くのマスターズさんを頼るよう伝えてきました。マスターズのネットワークを活用し皆さんで協力し合って普及活動ができれば素晴らしいですね。『生協の講座で知りました』と江戸川&墨田区エリアの方から問い合わせがあったら、皆さん、宜しくお願い致します。



NPO法人
地球足もみ健康法実践普及協会
東京都世田谷区豪徳寺1-22-6-3F
お問合せTEL: 03-5451-0092
WEB <http://www.npo-ashinet>

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会員が指導

2010年

第4回 要介護予防運動スペシャリスト資格取得講習会

受講生！
募集します

文科省所管 財団法人の 2つの公的資格を 同時取得しませんか!?

長寿社会国の日本は今、要介護者人口が年々増加しています。
あなたの周りに高齢者はいませんか？介護予防は必要ありませんか！



(財)日本スポーツクラブ協会が制度化し推進する「要介護予防運動スペシャリスト資格取得講習会」の受講は、医療・介護福祉系とスポーツ・運動系の有資格が前提ですが、『若石プロ』が受講する前提条件として、JSCAの『スポーツインストラクター』（公的資格）の講座を受けて頂きます。有資格者と同じステップに立つための資格取得講座を済ませ、次の本講座「要介護予防運動スペシャリスト養成講座」受講への踏み台とします。つまり、2つの公的資格を同時に取得して頂くことが出来るということになります。

2010年度講座 開催要項

- 期日：2010年12月16日(木) 15:00 開講予定
- 17日(金) 1
- 18日(土)
- 19日(日) 17:00 閉講予定

- 会場：ゆうぼうと（東京・五反田）
- 費用：7万5,000円(4日間合計)
- 定員：50名
- 主催：NPO法人地球足もみ健康法実践普及協会
 日本若石健康研究会
- 共催：財団法人 日本スポーツクラブ協会(JSCA)
- 後援：官足法友の会
- 関連団体：健康日本21推進全国連絡協議会
 財団法人 健康・体力づくり事業財団
 東京都福祉保健局(東京都健康づくり応援団)
- 教授陣：関東学院大学教授 鈴木秀雄先生 (JSCA 理事)
- (予定) 了徳寺大学教授 ネルソン サチコ先生
- 了徳寺大学教授 稲次 潤子先生
- 東洋大学准教授 神野 宏司先生
- 資格名称： JSCAスポーツインストラクター 12/16(木)・17(金)
- 要介護予防運動スペシャリスト 12/17(金)~19(日)



お問合せ・お申込みは、
NPO法人 地球足もみ
健康法実践普及協会
【 ☎ 03-5451-0092 】
有井までご一報下さい。

子育てサークル『よよいの会』の活動をご紹介します！ 津田 泉(兵庫県)



私が代表している活動歴11年の子育てサークル「よよいの会」が、兵庫県から21年度「子育て応援元氣アップ賞」という賞をいただける事になりました。この賞は、何年か前からされているようで何十団体か表彰されるようです。趣旨は、子育て支援活動に対し功績が顕著であることから贈呈

とあります。兵庫県の少子対策推進の一環で 知事から表彰してもらったり、基調講演やパネルディスカッションしたりするフォーラムのような形式のようです。



【よよいの会】 <http://yoyoi.net>

【協会本部より】 贈呈式は 平成 22 年 3 月 26 日(金) 13:00~15:45 兵庫県公館大会議室(神戸市)にて実施との事です。「よよいの会」では、語り合い、読書会、託児、ゲーム、お料理、リフレクソロジー等を通して、子育ての支援をしておられます。よよいの会のWEBもありますのでご覧ください。

子供と足もみ 活動報告

小学校の保健の授業として「足もみ教室」を開講 井上 洋子 (千葉県)

千葉県市原市立小学校(若石マスターズの山口律子先生勤務)PTA 研修より「足もみ健康教室」に講師と招かれました。昨年7月7日(火)4年生と2年生の保健授業として生徒に「足もみ教室」を開講。見学参加されたPTA(母親)会員さんから好評を得、今回の研修へと発展。

歴史や全息胚学説、反射原理、簡単な説明程度でしたが、皆さん真剣に話を聞いて頂きました。また、「首実検、腰実験」で即効性の凄さを目の当たりにし、拍手と歓声で教室は盛り上がり、無痛診断では驚きの声上がり、先ずは講座成功!…かな。

小学校の校長先生「家内と足もみをするようになりましてね。お陰で夫婦の会話が多くなりました。コミュニケーションには、最高の方法ですね。」

また、新任の加藤先生は、新任者の研修のまとめに「人間関係づくりに足もみ」という実践をレポートに書かれたそうです。是非、拝読させて頂きたいところです。

次世代へ、少しずつ確実に浸透し、受け継がれていく事への重要さを感じております。五所小学校の校長先生、教頭先生はじめ、ご協力、ご支援下さった皆様に、改めて感謝申し上げます。

ありがとうございました。

無痛診断中の井上先生 ▶



▲ 前列中央が井上先生、左端が山口先生

蓮沼児童館 (大田区 / 東京) で親子足もみ教室開催 安元ひとみ・岡本直子 (東京都)

若石の皆様、いつもお世話になっております。2月18日(木)、東京都大田区の蓮沼児童館にて講座を開催しましたので、ご報告します。11時から30分間の「親子足揉み教室」。当日は雪がちらつく悪天候でしたが、10組ほどの親子にご参加頂きました。前半を安元、後半を岡本が担当し、初めての足揉み講座でしたので、後藤由里先生にもサポートして頂きました。

<前半>

- ・足揉みの効果についてお話
(親子コミュニケーションや心のケアにも良いことなど)
- ・各自の足を見て触ってもらっての無痛診断
- ・即効性実験(前屈)

<後半>

- ・お子さんに簡単な足マッサージ
- ・手遊び歌を使った足遊び
- ・タオルの手繰り寄せ運動(開張足、扁平足の予防・改善)

0~3歳児の小さいお子さんとママさん対象の講座だったので、自身の経験からも、子供と一緒に参加では難しい話は落ち着いて聞けないだろうと考え、説明は短く、分かりやすく、とにかく足を見て触って、足で遊ぶ楽しい時間にしようと思掛けました。即効性実験では、足を押しした後のほうが楽に曲がる!という声も上がり、効果を実感して頂きました。親子マッサージの時には、子供たちはニコニコ、トロ〜んと、とても気持ち良さそうにしてお部屋がゆったりとした雰囲気になり、私たちも気持ちが和みました。30分という短い時間でしたが、足を揉むことの大切さや、親子でスキンシップを図り、足から元気になっていこうという私たちの意図は、お伝えできたのではないかと思います。今回2人での開催にあたり、事前に話し合いを重ね、シュミレーションできたことがお互いの勉強になりました。また、一人では気付けなかった発見も沢山あり、足もみ健康法の指導者同士が協力し合って活動することの大切さや必要性を実感できた、貴重な経験となりました。「親子足揉み教室」、他の児童館でも開催できるように、活動していきたいと思っています。

