



NPO ASHIMOMI NEWS 2013年 秋季号

NPO 足もみニュース

NPO法人地球足もみ健康法実践普及協会 URL <http://www.npo-ashi.net>



第 42 号
2013年9月1日

我が国における健康づくり運動



21世紀における 国民健康づくり運動



健康日本21

第3次国民健康づくり運動として平成12年(2000年)に「健康日本21」の活動がスタートしました。平成16年(2004年)より活動をスタートしたNPO 地球足もみ健康法実践普及協会も、平成19年(2007年)より健康日本21推進全国連絡協議会の一員として、国民の健康づくりを応援してきました。

第3次国民健康づくり～健康日本21～は、平成25年で13年間の活動を総括し、今春からは、第4次国民健康づくりとして第2次・健康日本21の運動がスタートしました。これからも、力を合わせて、フットケア・足もみの大切さを訴えていきましょう。『足もみは地球のみんなの宝物！学ぼう！習おう！伝えよう！子どもたちにも足もみを』

イチロー選手
4000本安打！



三浦雄一郎さん
80歳で登頂成功！



最近、世界で活躍する日本人として、大リーグで活躍するイチロー選手と冒険家の三浦雄一郎さんが偉業を成し遂げられました。今年8月に日米通算で4000本安打を達成したイチロー選手は、小学校3年生から高校に入学するまでの間、父親のチチローさんと毎日練習をし、足を揉まれていたそうです。一方、今年5月に80歳にして、3度目のエベレスト登頂に挑戦し、見事成功された冒険家の三浦雄一郎さんも、大腿部・股関節の大けがをされてから、足もみに積極的に取り組み実践されていたといえます。お二人のご活躍は、多くの人々に希望を与えましたが、足もみ健康法を実践する私たちにも大きな励みとなりました。

NPO 講座

特定非営利活動法人
地球足もみ健康法
実践普及協会

創会 **10** 周年



NPO 地球足もみ健康法実践普及協会は平成15年8月の創会から10周年を迎えました。

「足もみは、地球のみんなの宝物、学ぼう！習おう！伝えよう！子供たちにも足もみを」というスローガンを掲げ、全国各地で足もみ健康法を通しての社会貢献を果たして参りました。

今後も足もみ健康法の普及運動を着実、且つ大胆に実施して参ります所存です。今後ともご指導賜りますようお願い申し上げます。

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-ashi.net>

◆ NPO足もみ講座の主な活動リスト

■ 活動内容	■ 支部名	■ 会員名	■ 主な活動日
○ ウェルネット健康講座	札幌豊平	川辺 きよみ	3月23日
○ 若石足療 ところざわ	ところざわ支部	富安 由紀	4月8日
○ 若石足療 中野店	中野もみじ山	長谷川 薫	4月8日
○ 若石足療もんでチャイナ	豪徳寺	馬嶋 信子	4月10日
○ II Sole (自宅サロン)	協会本部(賛)	鵜飼 安希子	4月15日
○ お客様のお宅にて	西多摩支部	星 文子	4月9日
○ 健美館 湖南	諏訪広域	金子 いずみ	4月9日
○ 足もみサロン スマイルハート	協会本部(賛)	石橋 ます子	4月12日
○ 若石足療 ところざわ	ところざわ支部	富安 由紀	4月22日
○ ウェルネット健康講座	札幌豊平	川辺 きよみ	4月24日
○ 若石足療もんでチャイナ	豪徳寺	馬嶋 信子	5月2日・10日
○ リフレルーム	千葉柏	井上 洋子	5月9日
○ 受講者のご自宅で	協会本部(賛)	馬戸 えい子	5月13日
○ 若石健康サロン 美爽光館	岡崎	酒井 照代	5月25日
○ 若石リフレサロン まあむ	協会本部(賛)	萱津 佳奈恵	5月28日
○ 若石健康サロン dream H&M	高崎新町	小林 久夫	6月6日
○ 若石足療もんでチャイナ	豪徳寺	馬嶋 信子	6月18日
○ 若石リフレサロン まあむ	協会本部(賛)	萱津 佳奈恵	6月28日
○ 氣流空間 陽子はうす	倉敷 北畝	中田 陽子	6月20日
○ 若石健康サロン 美爽光館	岡崎	酒井 照代	7月1日
○ 若石健康サロン 美爽光館	岡崎	酒井 照代	7月9日
○ 若石健康サロン 美爽光館	岡崎	酒井 照代	7月13日
○ 氣流空間 陽子はうす	倉敷 北畝	中田 陽子	7月12日
○ 木刈フレンドリープラザ	千葉柏	井上 洋子	7月23日
○ 若石足療 中野店	中野もみじ山	星 文子	7月24日
○ Ka non	福山北部	後藤 千奈	8月7日
○ 若石健康サロン ユーユー	岡崎	前田 剛志	8月10日・31日
○ 若石サロン 足療 夢	協会本部(賛)	大山 友美	8月16日
○ 若石足療もんでチャイナ	豪徳寺	馬嶋 信子	8月29日・30日
○ お客様ご自宅 他	倉敷 北畝	中田 陽子	8月31日
○ お客様ご自宅 他	倉敷 北畝	中田 陽子	9月2日
○ 若石健康サロン ユーユー	岡崎	前田 剛志	9月4日・24日
○ 自宅にて実施	協会本部(賛)	勝部 智子	9月12日
○ 町区民の自宅にて	協会本部(賛)	柿本 よみ子	9月16日
○ 若石足療 ところざわ	ところざわ支部	富安 由紀	9月20日
○ II Sole (自宅サロン)	協会本部(賛)	鵜飼 安希子	9月23日
○ 若石健康サロン ユーユー	岡崎	前田 剛志	9月28日

足もみ講習実施をご希望の方は、各支部又は、協会本部までご連絡下さい。
公式WEB URL <http://www.npo-ashi.net>

石巻でのボランティア活動が評価され 国際ソロプチミストサンファン クラブ賞受賞

足もみサロン スマイルハート
石橋ます子さん(宮城県)

5/2(木)宮城県看護師協会から依頼：蛇田西第2 仮設健康相談後の癒シタイム
足もみ&点穴：ローラで第2の心臓ふくらはぎも柔らかく！

6/24 石巻社会福祉協議会より依頼：支援の届かない仮設を足もみ&点穴で廻っています。
仮設黄金袋団地 担当：鎌倉&石橋
支援員さん方が一杯来てくださいました。

7/24(水)石巻社会福祉協議会より依頼。
仮設糠塚前団地に足もみ、点穴で行ってきました。

8/8(木)宮城県看護師協会より依頼、仮設日本製紙団地へ
お子さんたちが多くいる仮設です。

8/9(金) 石巻社会福祉協議会から依頼、仮設開成 12 団地へ。
今日で二回目の訪問です！自分の健康は自分で守れるように…。
経絡体操は、鎌倉先生。癒シヨガセラピーは、小泉香織先生。

8/29(金)仮設押切沼団地：石巻社会福祉協議会より依頼
担当：東京から大日方さん&関根さん
スマイルハート：畑山&鎌倉&石橋



国際ソロプチミスト石巻
サンファン クラブ賞
「社会ボランティア賞」

他にも定期的に、石巻市 桃生町 教養講座「足つぼ de キレイ塾」開催。

60 歳以上の方々が受講しておりましたが皆さん体が柔らかくすご〜く元気でした！

石橋ます子さんはじめ宮城県内外の会員さんが足もみボランティアに取り組まれています。

『NPO地球足もみ健康法実践普及協会』の総会が開催されました

7月1日(月)にNPO地球足もみ健康法実践普及協会の総会が行われました。理事長代理として副理事長の有井武人より挨拶に続き、監事の諏訪俊行先生のご挨拶がありました。

その後、平成24年度の活動報告および収支報告、平成25年度の事業計画および収支予算の報告がなされました。その後は、参加者の歓談が行われ、三々五々解散となりました。

平成25年度 役員は以下の通りとなりました。

理事	理事長	峯山 博己 (重任)
	副理事長	行本 昌弘 (重任)
	副理事長	有井 武人 (重任)
	理事	峯山 眞弓 (重任)
	理事	吉田 潔 (重任)
	理事	久保田 聡 (重任)
	理事	朱 海嬰 (重任)
	理事	柏村 学 (重任)
監事	監事	諏訪 俊行 (重任)

ボランティア募集

『特別養護老人ホーム フレンズホーム』
フレンズ祭りでボランティア募集中！

フレンズ奉仕団が運営する特別養護老人ホームフレンズホーム(東京都世田谷区下馬)で実施されるバザーで足もみ体験コーナーを設けて頂くことになりました。足もみのボランティアが出来る方を募集します。

『フレンズ』チャリティ足もみブース

日時：10月27日(日)10:30~14:00

場所：世田谷区下馬 2-21-11

フレンズ世田谷センタービル

【三軒茶屋駅下車徒歩8分】

★日本若石 柏村 学まで

10月19日(金)までにメール or 電話をお願いします。

「きつね祭り」で足もみで永いお付き合い NPO 岡谷支部 八幡 重則(長野県岡谷市)



岡谷市の夏の風物詩「きつね祭り」が7月27日(土曜)市内中央通りと童画館通りを歩行者天国にして、昼過ぎから夜間にかけて開催された。猛暑の中、途中激しい雨に見舞われたが、祭りのメインイベント「きつねの嫁入り」は、本物の花嫁、花婿の人前結婚式をメインにしたパレードや様々なパフォーマンスも行われ、屋台村には浴衣姿の子供達が群れ、家族連れなども夏祭りの雰囲気を楽しむ、市の商店街あげての毎年恒例の夏祭りである。

私達、長野若石足療会のメンバーは、この祭りに連続9年間足もみボランティアとして参加しており、市民の皆さんに知名度も浸透し、ファンも定着し、参加する事が楽しいイベントでもある。当日は午後1時からの開始予定で、私達の為に用意された大型テントにメンバーが集まり、足もみブースらしい雰囲気作りと受付名簿等用意するや否や、すぐに予約者が見えて次々とお名前が連なり、順調なスタートとなった。当日最初のお客様は、祭りの数日前に、私が商業会会長さんの店舗にご挨拶に伺った折、足もみは未体験の会長さんの足もみをさせて頂くチャンスに恵まれた。一心腐乱に揉んであげていた折に、外出先から戻られた会長のお母様が、興味深げに脇のイスに座りこみ、熱心に注視されていた。当然会長の足をもみ終えた後、お母様にも体験して頂いた。初めての体験とのことで、息を殺したり、顔をゆがめる場面はあったが、足もみの効果については、知識として既にご存知であったので、偶然とはいえ良い機会を得られたことに感謝である。

きつね祭り当日の最初のお客様は、何とそのお母様と、そのお友達のご婦人であった。お客様の中には毎年見える常連さんが何人もおいでになるが、出会いの当初は虚弱体質で体全体が、枯れ木の如くで、生命そのものに危機感を感じた女性が、後に家庭を持たれ、今年は立派に成長された子供さん同伴で来ていただけ、内心安堵したり、報道機関で活躍されて、かつてはエネルギーに満ち溢れていた方が足の何処をもんでも顔をゆがめる体質になってしまった現実に心配になる等、長い間の出会故の想いも様々である。



こうした市民祭り等の機会を捉え、更なる若石健康法のPRと若い世代の育成に繋がれば…そんな想いも秘めての施術である。最近癌を患う方が多発しておられるが、身体的なダメージの多い攻撃的な西洋医学から、自然治癒力を呼び起こす東洋医学に目を向ける方々も多く、私の知人は「足もみに賭けてみる」との決意のもと、8月初旬に地元で開催された若石セミナーに参加された事を付記させていただき、報告書に替えさせていただきます。

