



第47号
2016年3月1日



NPO ASHIMOMI NEWS 2016年 春季号

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>

『チャリティー足もみテント』ら・館祭り！ 若石足療 足もみ屋 シャムロック おかげ様で無事に終わりました！ 金澤南都子(東京都)

毎年来てくださるお客様が増えました。お天気が悪いこともありましたが、28名の施術をしました。親子連れで、お父さんやお母さんのお隣に座るお子さんに足もみのサービス♪足もみセルフケア方法もご両親にお伝えしました。

宮城の足もみ仲間石橋さんの活動「災害時に自分の身を守る福幸足もみ」もご紹介しました。おかげで、私たちもチャリティー足もみテントを続ける意義のようなものがわかった思いがしました。

予防医学とも言える足もみ健康法。未来かかる可能性のある病を未然に防ぐ事に目が向かいますが、いつ来るかもしれない災害時に対して、私たちは足からの健康法もお伝えできると、今日のメンバーと一緒に共有しました。

参加者：溝口 翔・増田 恵子・小西 厚子・矢ノ倉 典子
島村 絵美子・三苫 憲司・小林 眞理・丸田 留美
坂本 あずさ・成瀬 さおり・高橋 佳澄・長谷川 昌子
平野 則子・倉田 静子・金澤 南都子 (敬称略)

【収支報告】

収入：28名×1,000円=28,000円 支出：5,346円
チャリティー足もみ募金額：22,654円
寄付内訳：東北の若石仲間へ若石バームをお届け 12,654円

イベント 20分足もみは、丁寧に、丁寧に。お客様の心と足の反射区の響きに心を配りながら。笑顔あふれるイベントに心から感謝申し上げます。この想いが東日本の仲間へ。台湾南部の皆さまへ繋ぐことが出来たら幸せです。どうもありがとうございました！ 次回は5月22日深川美楽市で一緒に「若石ファイト！オー！！」致しましょう！





チャリティー足もみ
20分 1,000円
12:30~15:30最終受付
先着予約制
7階 第7会議室



がんばろう東北！
TAIWAN TAIPEI

東日本大震災から5年。
東北の足もみ仲間は仮設住宅での足もみ元氣活動を続けています。
私たちは「足もみクリーム」を送り続けています。
若石足療の本部は「台湾」
台湾南部地震へ日本赤十字社を通じて、応援救済を送ります！
この「チャリティー足もみ」を通じて、「東北と台湾」へ足から元氣を！！

活動報告は「若石足療 足もみ屋 シャムロック」をご覧ください。
*本日アルコールを飲まれた方・妊婦さんは施術できません。
台湾式 足もみプロ 若石(じゃくせき)健康法



**日本若石
推奨講座！
最終回**

2016年 第8回介護予防運動スペシャリスト資格取得講習会

**「医療・介護福祉」「スポーツ・運動」の両輪で、
それら概念・知識から実演・実技まで学びます！**

世界でも有数の高齢化社会である日本は今、要介護者人口が年々増加しています。国・自治体は「介護予防」の提唱を行い、行動や活動を求めることから、その指導者が求められています。

厚生労働省提唱「健康日本21」の協議会メンバーである

○ 公益財団法人 日本スポーツクラブ協会(JSCA)

○ NPO 法人 地球足もみ健康法実践普及協会

の2団体が共同で開催する2つの国家的資格の同時取得講習会です。



**内閣総理大臣認定 内閣府所管 公益財団法人 JSCA の
2つの国家的資格が同時取得できます！**

(公財)日本スポーツクラブ協会が制度化し推進する「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・運動系の有資格者が前提ですが、『若石プロ』が受講する前提条件として、JSCA の『スポーツクラブインストラクター』の講習会を受けて頂きます。有資格者と同じステップに立つための同講習会を済ませ、同日に本講座「介護予防運動スペシャリスト養成講習会」受講へと進みます。



「介護予防」講習会開催は、2016年第8回が最終回となります

当講習会は年1度の開催として2007年第1回から始まり、今年2014年第7回を終了して後、2年後の2016年に第8回が開催予定となっています。

これまでの第1回～7回迄、修了者総数266名を数え、修了後は公益財団法人 日本スポーツクラブ協会(JSCA)の登録資格者として、以後の対応をJSCAへ移行させて頂いています。

今後、NPO 地球足もみ健康法実践普及協会主催及び(公財)JSCA 共催によるこの稀有なダブル資格取得講習会は、2016年第8回をもって最終回とし、終了となります。



開催要項

**参加予約
受け付けます!**

- 期 日 : 2016年 8月18日(木) 14:00 開講
(予定) 19日(金)
20日(土)
21日(日) 17:00 閉講
- 会 場 : 大橋会館(東京・目黒) 予定
- 費 用 : 71,400円 + (税) / 77,112円 (税込)
- 定 員 : 30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 : 公益財団法人 日本スポーツクラブ協会(JSCA)
- 関連団体 : 健康日本21推進全国連絡協議会
厚生労働省 スマート・ライフ・プロジェクト推進委員会
公益財団法人 健康・体力づくり事業財団
- 問合せ : TEL 03(5451)0092
申込み先 FAX 03(5451)5612
E-mail info@npo-ashi.net
- 詳しくは、NPO協会本部 有井(アライ)まで、お気軽にお問い合わせください。

- 資格名称 : 介護予防運動スペシャリスト
スポーツクラブインストラクター
- 講 師 : 教授陣容(6名の先生)
⇒ 関東学院大学人間環境学部
教授/鈴木 秀雄先生(公財)JSCA 理事
⇒ 日本女子体育大学
招聘教授/福岡 孝純(公財)JSCA 理事
⇒ 東洋大学 ライフデザイン学部
教授/神野 宏司
⇒ 介護老人保健施設ケアタウンゆうゆう
施設長・医師/ネルソン 祥子
⇒ 藤沢市保健医療センター
検診担当部長/稲次 潤子
⇒ パルバル湘南スポーツクラブ
代表取締役/水本 定弘(茅ヶ崎市議)
- 当講習会に関する資料などをご希望の方は、ご連絡・ご相談ください。

ふるさと祭り「高森まるごと収穫祭」！

じゃくせきリフレサロンまあむ

萱津佳奈恵（長野県）



2015.11.14（土）15（日）の二日間で「第35回ふるさと祭り・高森まるごと収穫祭」が行われました。高森町は長野県南部に位置し、美味しい果物が多く最近では「市田柿」で有名になっています。このふるさと祭りは年に一度の町一番のお祭りで、60店以上のブースが出店し、約40団体によるステージ発表もあり大変賑やかなイベントです。

ここで「NPO地球足もみ」としての参加は今年で2回目になりました。去年の初参加の時はお蔭様で大変好評で、地元の若石メンバー3名では足りず、今年の出店はどうかと考えていたら「同じ若川会のみんなに声をかけてごらん」とアドバイスを頂き、皆様のご協力のもと5名の足もみスタッフが揃い、高森町の皆さんをお迎えすることができました。最終的に30名もの方が足もみを体験されて、皆さん大変喜んで下さいました。

今回の参加で改めて感じたことは、

- 1、 まだまだ足もみ健康法を知らない方が多いこと。
冷えや痛みで辛い思いをされている方や、日頃の疲れを溜めこんでいる方。7人のお子さんをもつお母さんもいらっしゃいましたが、話してみると沢山の方が色々な症状で悩んでいらっしゃいます。
- 2、 足もみ健康法を広めたい、ということ。

この足もみブースは初対面の人同士でも話が弾み、友達同士やご家族連れ等、とても賑やかで笑顔が溢れ和やかな雰囲気でした。足もみの輪は素晴らしいものです。人、家族と触れ合う最高のスキンシップになります。

これからも皆さんのお力を借りながら、足もみ健康法が生活の一部に浸透していくよう長く伝え広めていきたいです。

最後に、遠方より集まり力を貸して下さいました皆さん、地元で一緒に活動し支えて下さる皆さんに心から感謝申し上げます。一人では出来ないことも、力が集まり輪になれば可能性が広がります。そんな温かい輪が大きく大きく広がるよう努めて参ります。



健康日本21のツール『健康手帳』の提供について

「健康日本21推進全国連絡協議会」事務局の公益財団法人健康・体力づくり事業財団発行の『健康手帳』を「NPO地球足もみ」会員様へ無償にて提供いたします。イベントやボランティア活動にも配布活用できます。ご希望の方は、TEL 03-5451-0092、もしくはE-mail info@npo-ashi.net へご連絡願います。必要部数が多い場合は、協会本部の有井までご相談下さいましたら対応致します。

少子高齢化や疾病構造の変化が進む我が国において、生活習慣及び社会環境の改善を通じて、また、それぞれのライフステージに応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現が求められています。このためには、食生活や運動習慣の定着化による生活習慣の改善を行って、健康を増進し生活習慣病の発症や症状の進展等の重症化予防を図ることが大切です。「健康手帳」は、生活習慣の改善を含めた健康づくりについて、個人が正しい知識を持つとともに、健康に関する意識の向上を図り、その実現を期するものです。



「横浜市青葉区区民交流センターまつりに足もみコーナー初出店」 池田令子（東京都）

11月23日（祝）、私の住む横浜市青葉区の区民交流センターで開催されたお祭りに、若石仲間4名と足もみコーナーを出店しました。

このお祭りは、普段この交流センターでサークル活動を行っている利用者と、近隣の住民との交流を目的に開催されていて、今年で11回目。毎年3000人もの来場者があるそうです。

当日はサークルの活動発表として、フラダンスやヒップホップの披露があったり、将棋や囲碁サークルの男性が子どもと対局する体験コーナーがあったり、屋外広



場では近隣自治会や子ども会が模擬店を出店したりと盛りだくさん。

足もみコーナーの出店は今回が初めてとのことで、いったい何人いらして下さるかドキドキでしたが、15分500円というお祭り価格もあって、10時から15時までの開催で、40名のお客様がいらしてくださいました。

NPO講座



当協会では、家庭でも簡単に実践できる「NPO足もみ講座」の実施を通して、「家庭の健康を守る」指導者の育成をサポートしております！足もみ健康法の実践で自分の健康、家族の健康を守っていきませんか？

◆ NPO足もみ講座の主な活動リスト

■ 実施場所	■ 地区	■ 会員名	■ 主な活動日
● 平成27年9月20日～平成28年3月15日			
○ J STYLE にて 看護師さん	沖縄県糸満市	矢木 順子	11月5日
○ 洋裁店を営む受講生のご自宅	沖縄県恩納村	呉屋 愛子	11月11日
○ 受講生宅にて	埼玉県さいたま市	石野 るり子	11月19日
○ ダンス教室にて	沖縄県恩納村	呉屋 愛子	11月25日
○ 桶川市地域福祉活動センター	埼玉県桶川市	赤尾 典子	11月29日
○ コミュニティー多摩センター	東京都八王子市	長谷川はるみ	12月1日
○ 受講生お怪我を乗り越えて	埼玉県さいたま市	島村 絵美子	12月5日
○ デイサービス看護師さん	東京都東村山	新井 妙子	12月14日
○ J STYLE にて 看護師さん	沖縄県糸満市	矢木 順子	12月14日
○ 若石足療 もんでチャイナ	東京都世田谷	工藤 公子	12月19日
○ リンパマッサージ施術者に	福岡県行橋市	北田 清美	1月9日
○ 若石足療 中野店	東京都中野区	星 文子	1月27日
○ セルフケアサロン サライにて	東京都東村山	新井 妙子	2月1日
○ ユーユー健康館	愛知県豊田市	前田 剛志	2月11日
○ ユーユー健康館	愛知県豊田市	前田 剛志	3月8日

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>

■講座名：NPO足もみ講座
■受講時間：全6時間
■交付物：テキストブック・修了証書・名刺
■受講費用：4,565円（税別）
4,930円（税込）

講座の受講をご希望の方、お問合せなど詳細につきましては、

NPO 地球足もみ事務局
03-5451-0092 までご連絡ください。