

◆ 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29年9月1日～平成30年3月10日			
○ 自然療法トータルフットケア	兵庫県尼崎市	山内 千代	9月11日
○ 若石足療 Studio purify	新潟県三条市	長谷川 浩香	9月26日
○ 自然療法トータルフットケア	兵庫県尼崎市	山内 千代	10月17日
○ 講師のご自宅にて実施	静岡県浜松市	早麻 久恵	10月24日
○ 受講者のご自宅にて実施	沖縄県沖縄市	與古田 樹代	10月28日
○ 風 -Fen- にて	静岡県浜松市	岩本 真由美	11月13日
○ 講師のご自宅にて実施	沖縄県那覇市	稲嶺 盛信	11月21日
○ 若石足療 Studio purify	新潟県三条市	長谷川 浩香	12月 3日
○ 若石リフレクソロジーあしっ子	青森県弘前市	稲垣 康子	1月11日
○ Il sole 施術室	愛知県岡崎市	鶴飼 安希子	1月25日
○ 受講者のご自宅にて実施	沖縄県沖縄市	與古田 樹代	1月27日
○ 受講者のご自宅にて実施	沖縄県沖縄市	與古田 樹代	2月10日
○ 受講者のご自宅にて実施	沖縄県沖縄市	與古田 樹代	3月 2日
○ 自然療法トータルフットケア	兵庫県尼崎市	山内 千代	3月 6日

初めて教わった足の大切さ

NPO地球足もみ 川口支部
佐藤 貞子(埼玉県)

地域の小谷場中学校で2年生を対象に年1回、日本の伝統食を伝える活動をしています。昨年10月11日に開催された際に先生より子供たちに健康の話をして欲しいと頼まれて、足の健康のお話をさせて戴きました。身体の一番成長する時に靴のサイズが合わないまま履いている子が多いということでした。指が曲がっている子、外反母趾になっている子等もいました。今は、勉強と運動が大切な時です。「まず、自分の足を見つめましょう！」と伝えて、足首回しや指一本一本を伸ばすことを教えました。

この活動を終えて生徒さんからうれしいお手紙も戴きました。その手紙には、「初めて足の大切さを教えて戴いてありがとう・・・」と綴られていました。



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



NPO ASHIMOMI NEWS 2018年 春季号

NPO 足もみニュース

2018年3月1日
第51号



第52回 青梅マラソン 足もみボランティアを実施！

NPO地球足もみ 西多摩支部
長谷川はるみ(東京都)

今年も天候にも恵まれて、青梅マラソン足もみボランティア開催、無事終了いたしました。今年はいじめて参加された方6名を含めて総勢23名の足もみ隊の方が集まってくれました。また、足もみ以外にも受付や設営、炊き出し、呼び込みなどで協力くださった方がいらっしゃり、こうして携わってくれる方たちのおかげでこの活動が継続できています。ランナーさんの足は、バネがありしなやかな方が多いです。もちろんそうでない方もいらっしゃいますので、その場合は足と対応しているところをお伝えし、簡単にできるセルフケアをお伝えしたり、みなさんケースバイケースで対応されていました。

初参加の方にとっては先輩方の施術や接し方を見たり聞いたりするのでとても参考になると思います。実際に、自分がいじめて参加のときはいい勉強、いい経験になりました。青梅マラソン足もみボランティアの場が、みなさまにとっても、何か深まる機会のひとつになれば幸いです。『自分の健康は自分で守る』たいせつさを、これからもお伝えし続けます。自分が元気でいることが、いちばんの社会貢献です。参加応援いただきましたみなさま、どうもありがとうございました。

来年の第53回青梅マラソンは2月17日(日)に開催されます。ぜひまた応援、ご協力をよろしくお願い申し上げます。



静岡で足裏健康法「そらの道」薬師如来 健康祈願祭

静岡新聞@Sの投稿記事より
平成29年11月3日(金・祝)

健康祈願祭・手漉き和紙体験・そらの道句会・そらの道健康ウォークと若石足もみ・版画刷り体験・気軽なお茶会など各種の体験あり。ステージでは「レクリエーションダンス」「大道芸」「腹話術」「ハーモニカ」「草笛」「空手演舞」「詩吟」など盛りだくさんの披露あり。模擬店では「おでん」地元特産の「農産物」などたくさんのお店が並びます。オクシズ郷島のお薬師さんにお参りして、健康祈願をし、すばらしい景色を愛で、ここでなければ出来ない体験をし、美味しい物を一杯食べて元気になりましょう。

<以上、掲載記事より引用>※「そらの道」は静岡の山中藤一先生が健康遊歩道の設置から携わってこられたイベントです。



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 お問い合わせTEL：03-5451-0092

学校で実施された足もみ講習会 NPO地球足もみ 秋田支部 永瀬 洋子 (秋田県)

2月3日「アルヴェ市民活動フェスタ 2018 in 秋田」で沢山のボランティア団体の中の32団体に選抜され、アルヴェきらめき広場にてNPO地球足もみ秋田南支部（伊藤先生）によるボランティアが行われました。秋田若石たんぽぽの会も応援です。お揃いのジャンパーの襟元にNPOのバッジを付けて目を引くポスターを張り、準備OK！

ポスターを見たお客様の「地球足もみ？地球ですか？」との問いに「そうです。世界に普及されている足もみなんですよ」と説明。お客様の流れも良く、楽しく時間を過ごすことが出来ました。終了後の反省会も予定され、各団体が行っているボランティアに熱い思いを持つ皆さんの参加でした。

「沢山の足もみの団体がありますが、ボランティアの活動を地道に行っているのは私たちNPO地球足もみの団体だけです。皆様の行事があるときは一緒にとお声掛けくださればありがたいです」と力説！

その後、伊藤先生に足もみ希望の連絡が入ったとの報告を受けました。普及活動にはボランティア活動と講座の両輪の大切さをますます強く感じました。



岡谷市ボランティア祭り、人気のコーナー NPO地球足もみ 岡谷支部 八幡 重則 (長野県)



このボランティア祭りは、障がい者の皆さんと市民の皆さんのふれあい・交流（ふれあい祭り）と、市民の皆さんにボランティアについて、理解・参加して頂くこと（ボランティア祭り）を目的として、岡谷市内外で活動しているボランティアや、障がい者団体・福祉団体が中心となり、企画実施する市民の為のお祭りで、毎年実施されている、恒例、行事である。私自身、若石認定プロ資格を得てから、地域の社会福祉関係団体の役員

を種々体験する中で、ご縁を得て取り組みを始めた催事の一つである。ボランティア団体の仲間としてNPO法人地球足揉み健康法実践普及協会岡谷支部として登録されており、毎回大勢の市民の皆様にご利用して頂ける人気コーナーの一つとなっている。その為にはそれぞれ近隣の若石仲間の皆さんにご都合をつけて頂き、朝早く遠方から駆けつけて頂ける方もおられ、申し訳ない気持ちも有るが、毎回足揉み効果を知っていて来ていただける方、初めての経験で顔をゆがめたり、身をよじりながらもその後の効果に驚き足もみファンになっていただける方など、毎年足もみブースは悲鳴や笑いも交え、健康管理について啓蒙できる場所として賑やかなブースとなっている。この足もみ体験コーナーは撤収時間になっても「はい、そうですか」とも行かず、最後の一人のお客さんの施術が終わる迄、揉み手の若石仲間には待っていて頂き、大会実行委員会で用意されたカレーライスを別室でおいしく頂き、解散となる。参加者は、私以外に植松秋彦先生、井内こずえ先生、上條仁美先生、両角 弘先生でした。

第102回 東京医療衛生用品フェアで足もみボランティア NPO地球足もみ 桶川支部 赤尾典子さん

毎年2月と8月に開催される浅草産業会館足もみボランティアは、正式名を「東京医療衛生用品フェア」といい、浅草で開催されるイベントです。

今年の2月22日（木）、23日（金）が第102回目となり、長い間継続されて来た一大イベントです。桶川支部が参加して7年目に入りましたが、以前は土地柄からか、落語や芸人さんたちの出演会が多かったそうです。慰労になる足もみに代わってから大盛況で、大変喜ばれているようです。一般の方は入場できず、来場されるお客様はドラッグストア、薬局の経営者、薬剤師さん、保健婦さん、介護施設の代表者 etc.

商品を提供しているメーカーからは当然営業マン、業界でトップクラスの会社の重役、会長さんが見えになっています。（近年、お偉い方が増えてきたようです）足もみの評判を聞いてかな・・と自負していますが。結果次第でサロンを紹介することもあります。主催者が行政と違うのでその辺は大目に見てくださるようです。

お客様と各会社との商談が行われ、1日何十億もの取引が成立するらしいです。現金取引はしていませんので当然商品のサンプルが活躍します。発売してない新商品も披露されるので毎回楽しみです。

各ブース（100以上ある）を足もみコーナーがおわってから廻ると、いろいろなサンプルを頂けます。マスク、絆創膏、エレキバン、ドリンク剤、消臭剤、介護用品、薬局やドラッグストアで売られている商品全般。顔見知りになった営業マンから思わぬ特典を頂くこともあり、ボランティア初めて参加した先生は大感激しています。

2日目になると各会社の営業の方、メーカーの方たちが足もみに押し寄せるので日本のサラリーマンの代表的な症状を持った足に遭遇します。すぐ病気になってもおかしくないギリギリ状態のかた、休みたくても休養のとれない働かざるを得ない方々、営業サラリーマンだったら誰でも通る悲惨な道、みたいな経験を積んでいる同情したくなるような足をみる事ができます。壮年、中年の方たちなのでまだまだ改善の余地があるので、チョットしたアドバイスをすることもありますが、大変喜ばれています。

2日間で200名位（来場者1,000名位）の足をもみますが、両足20分の施術で各日10名の先生で足を揉んでいます。（am10:00～15:30分、ランチ、トイレタイムも含む）なるべく先生方の施術が平均になるようにしていますがやはりお客様の入りかた次第で多少ちがってきます。殆んど浅草ボランティアはレギュラーメンバーで固まっていたのですが、ここへきて代替わりが生じております。認定プロ以上で参加ご希望の方はご連絡ください。

◎桶川支部が開催、参加している足もみボランティア

① 桶川市社協のデイサービス	毎月第3水曜日	2名
② 青梅マラソン足もみボランティア	2月第3日曜日	3～4名
③ 浅草ボランティア2月	2月中旬（木、金）	各10名
④ おけがわふれあいフェスタ	5月第2日曜日	7名
⑤ 浅草ボランティア8月	8月中旬（木、金）	各10名
⑥ 成田市健康福祉まつり	10月中旬日曜日	8名

◎桶川支部の講座及び練習会

① 講座、練習会	毎月3回土曜日午前中
② 成田市講座、練習会	毎月1回日曜日

【NPO事務局より】各足もみボランティア参加希望の方はご連絡ください。NPO地球足もみ健康法実践普及協会桶川支部代表の赤尾典子さんにご紹介致します。