

つなぐ手

2024
令和6年2月

Vol.19

公益社団法人 富山県柔道整復師会 令和6年2月28日発行

令和5年度 富山県総合防災訓練



新田八朗知事が包帯体験コーナーに訪問され体験



JMATを訪問、挨拶



主な記事

- | | | | |
|---------------------------|---|--------------------------------|---|
| ■ 令和5年度 富山県総合防災訓練 | 2 | ■ エコノミー症候群予防運動 | 4 |
| ■ 令和5年度 高岡市総合防災訓練 | 2 | ■ 第32回日整全国少年柔道大会富山県大会 | 6 |
| ■ 令和5年度 魚津市総合防災訓練 | 3 | ■ 第13回日整全国少年柔道「形」競技大会富山県大会 | 6 |
| ■ 令和5年度 砺波市防災デー/砺波市総合防災訓練 | 3 | ■ 文部科学大臣杯争奪 第32回日整全国少年柔道大会 | 7 |
| ■ 令和5年度 射水市総合防災訓練 | 4 | ■ 文部科学大臣杯争奪 第13回日整全国少年柔道「形」競技会 | 7 |

令和5年度 富山県総合防災訓練

日 時：令和5年8月27日 午前8時～12時半
場 所：高岡テクノドーム
報告者：災害対策委員 林 政良

国や県、市、警察、消防、自衛隊など約130機関と住民合わせて約2千人が参加した富山県総合防災訓練が開催され、当会から44名の役員・会員が参加しました。

初めに大野重浩災害対策委員長より当日の日程、今後の防災委員会としての活動内容の説明があり、吉村英男会長からは防災意識について、また「熱中症に気を付けてください」と会員への労いの言葉を頂きました。災害対策委員がトリアージの説明、エコノミー症候群予防体操の運動を行い防災訓練がスタートしました。

室内での【包帯体験コーナー】実施時に新田八朗富山県知事が訪問され、大勢の見学者の前で木下隆男副会長が慣れた手つきで知事の左肩にデゾー包帯を施し、包帯固定を体験して頂きました。

野外駐車場ではマグニチュード7.6の地震が発生、最大震度7を観測との想定で建物倒壊救助訓練が行われ、救急救命士によるトリアージ後の軽症者に対して高岡市5名の会員が救護テントにて包帯固定等の治療を行いました。

多くの団体が参列した閉会式では、山本徹全国都道府県議会議長会会長が右手首に巻いたカラー包帯を高々と掲げられ、「柔道整復師の先生方から包帯固定をして頂き、防災訓練に参加したと実感し、防災意識が高まりました」というお言葉を頂き参列した会員全員が歓喜し誇らしい気持ちになりました。

地球温暖化、異常気象により自然災害が身近に感じられるようになった今、我々柔道整復師の知識、技術が非常時、災害時に必ず活かされると実感した一日となりました。



令和5年度 高岡市総合防災訓練

日 時：令和5年8月27日（日）
場 所：高岡市立野村小学校
報告者：高岡市柔道整復師会 前田 治朗

当日、住民スタッフを合わせ野村小学校体育館に約300人の参加者が集合しました。

高岡市柔道整復師会から刈部望、大野幸雄、沼一宏、前田治朗の4名が参加し、新調した前面に『高岡市柔道整復師』、後面に『接骨院』のプリントがされた青いTシャツを着て『災害による応急手当』を題名にプレゼンテーションし災害対策ビラを200枚あまりを配布しました。また、前腕部負傷の場合にダンボール、新聞、雑誌を使用しビニールテープで固定、肩の負傷を例に骨折と脱臼の鑑別。Yシャツ、ビニール袋（45ℓ）2枚を使って吊り包帯としました。また、テーピングが手で簡単に切れる事の実施、下腿骨骨折を柔道整復師伝統の合わせ包帯をシーツ、バンドナ、割りばし、ダンボールを使用して披露するなど住民の方々とコミュニケーションがとれ約2時間で無事終了しました。



令和5年度 魚津市総合防災訓練

日 時：令和5年9月24日（日）8時より
場 所：西布施公民館
報告者：魚津市接骨師会 経澤晋太郎

魚津市総合防災訓練が西布施公民館（メイン会場）で行われました。参加者は、山本正勝会長、島崎秀利、寺田健一、経澤治勝、浜岡保之、清水博之、経澤晋太郎の先生方7名でした。「午前8時30分に富山湾（呉羽山断層帯）を震源とするM7.4の地震が発生し、魚津市で震度6弱を観測された」と想定して訓練は始まりました。魚津市接骨師会は魚津市と防災協定を結んでおり、簡単な応急処置や三角巾の使い方、竹と毛布で作る担架についてお話をさせて頂きました。新聞紙や雑誌、段ボール箱の角を使いサランラップで固定する方法、傘で下肢を固定する方法、毛布で担架を作り実際に人を乗せて運んだりしました。三角巾を手で持ったままたみ簡単な包帯を作る作業は上手く出来ない人が多く大変でした。

『災害は忘れたころにやってくる』と言います。日頃の備えの再確認をする良い経験でした。今後も地域の役に立つ為に活動を続けていけたらと思いました。



令和5年度 砺波市防災デー/砺波市総合防災訓練

日 時：令和5年9月24日（日）午前8時30分～12時
会 場：砺波体育センター（メイン会場）
報告者：砺波市接骨師会 島田 博

澄みわたる快晴の中、砺波市総合防災訓練が行われました。まず始めに1分間のシェイクアウト訓練ということで、消防分団のサイレンやFMとなみの放送を利用し、午前8時から1分間それぞれの自宅や職場でいのちを守る3ステップを行いました。自分の命を守るために①まず低く（ドロップ）②頭を守り（カバー）③動かない（ホールドオン）という順に行います。その後8時30分から邑知淵断層帯を震源とした大きな地震が発生したという想定で訓練が行われました。

砺波市接骨師会からは11名の会員が参加し、骨折・打撲・捻挫・挫傷など緊急性の低い傷病者に対して最低限の応急処置を行い状態の安定化をはかる為、傘や段ボール・ビニール袋・タオル等の身近な物を用いて整復・固定を行いました。

今回、訓練に参加して私たちも、もう少し応急処置のいろいろなパターンを増やし多くの方と練習をすればよかったと思いました。この学びを次回にいかしていきたいと思えます。半日ではありましたが、改めて防災の大切さを痛感しました。災害はいつ起こるか分からないものです。自分自身、普段から避難場所や避難ルートの確認や食料の備蓄など、できることをしていきたいと思えます。



令和5年度 射水市総合防災訓練

日 時：令和5年10月29日（日）8時30分～11時30分
場 所：七美コミュニティセンター
報告者：射水市柔道整復師会 藤森 和則

令和5年10月29日（日）午前8時30分に呉羽山断層帯でマグニチュード7.4（最大震度7）の地震の発生により地震、風水害、津波の被害を想定した射水市総合防災訓練が行われました。市総合防災訓練はコロナ禍には縮小した形での開催が続いていましたので、射水市柔道整復師会は4年ぶりに訓練参加となりました。射水市柔道整復師会からは3名、嶋 光一会員と高坂峰雄会員の災害対策活動員2名、藤森和則災害対策委員で参加しました。

射水市柔道整復師会会員の中に、けがをして接骨院へ通院し患部に包帯を巻いてもらうことがうれしくて柔道整復師になった会員がいると聞いたことがきっかけで子供を中心に固定包帯体験をしてもらう形に、加えて嶋 光一会員のアイデアで綿包帯を染色した物を使用する現在の形が、射水市柔道整復師会の防災訓練参加スタイルになっています。はじめはピンク1色だったものが、今はブルーやイエローなど色数が増え続けています。

参加住民の方たちからはカラー包帯への興味から参加者の大勢に包帯を巻くことができました。参加者が自身で固定包帯を巻く講習の形をとるには場所や時間的に厳しいと感じています。

当日は、時折雷が鳴り激しく雨が降る悪天候だったため、子供たちの訓練参加が少なかったように思います。固定包帯体験をした子供たちの中から、将来、地域貢献を目標にした柔道整復師の道へ進んでくれる子供たちがいる事を願っています。



災害時に柔道整復師も被災者の方々を応援します

柔道整復師は骨折、脱臼、捻挫、打撲、挫傷を判断・処置ができます。

エコノミークラス症候群になるおそれがある被災者の方に手技・運動指導を行うことができます。



● エコノミー症候群予防運動

◆ エコノミークラス症候群とは

食事や水分を十分に取らない状態で、車などの狭い座席に長時間座っていて足を動かさないと、血行不良が起これ血液が固まりやすくなります。その結果、血の固まり（血栓）が血管の中を流れ、肺に詰まって肺塞栓などを誘発する恐れがあります。

◆ 予防のために心掛けると良いこと

- (1) ときどき、軽い体操やストレッチ運動を行う
- (2) 十分にこまめに水分を取る
- (3) アルコールを控える。できれば禁煙する
- (4) ゆったりとした服装をし、ベルトをきつく締めない
- (5) かかとの上げ下ろし運動をしたりふくらはぎを軽くもんだりする
- (6) 眠るときは足をあげる

予防のためには、
下肢（特に膝下）の
筋肉を動かす運動と
マッサージが大事

【足首の体操】



【ふくらはぎのマッサージ】



◆病気予防だけでなく、適度の体をうごかし心と体の健康を保ちましょう

【生活不活発病】

自宅に戻っての生活が始まって余震の影響や不安から活発に運動しない人も少なくありません。動かない状態が続くと動けなくなる生活不活発病も心配されます。定期的に体を動かすことで予防することができます。日中は可能な範囲で、足踏み、気分転換に散歩もしてみましょう。



①仰向けになり両膝を立ててください。



②ゆっくりとお尻を上げて5秒待ちます。



③ゆっくりとお尻を下げます。

防災協定の締結

平成25年2月5日公益社団法人富山県柔道整復師会は富山県と「災害時における柔道整復師会支援活動協定」の締結を結びました。

また、富山県内各市の柔道整復師会は各市と防災協定を締結しています。

平成25年	2月10日	高岡市柔道整復師会と高岡市
平成27年	8月18日	砺波市接骨師会と砺波市
平成27年	10月29日	魚津市接骨師会と魚津市
平成27年	11月9日	富山市柔道整復師会と富山市
平成28年	1月13日	黒部市接骨師会と黒部市
平成28年	2月22日	氷見市柔道整復師会と氷見市
平成28年	3月18日	滑川市接骨師会と滑川市
平成28年	3月22日	南砺市接骨師会と南砺市
平成28年	3月24日	射水市柔道整復師会と射水市
平成28年	5月18日	小矢部市柔道整復師会と小矢部市

第32回 日整全国少年柔道大会富山県大会 第13回 日整全国少年柔道「形」競技大会富山県大会

日 時：令和5年7月17日（月・祝） 午前9時30分（開会式）

会 場：アルビス小杉総合体育センター

事業部：林 政良

茹だる様な暑さの中、第32回日整全国少年柔道大会富山県大会、第13回日整全国少年柔道形競技大会富山県大会が27チーム総勢144名の選手が参加し、盛大に開催されました。今年はコロナ感染も5類に緩和され、昨年の無観客試合とは異なり有観客となり選手の気迫やスタンドからの父兄の声援により会場は外にも負けないほどの熱気に包まれていました。

形競技大会・個人戦・元気賞・全国大会出場選手、監督は下記の通りです。

第32回 日整全国少年柔道大会富山県大会

6年生 優勝 若林 朝日 (高岡西条柔道教室)	元気賞	石黒 遥都 (共栄塾柔道場)
2位 吉野 七斗 (柔心会)		中条 めい (柔心会)
3位 米田周太郎 (県営富山武道館)		松井 美昇 (高岡西条柔道教室)
5年生 優勝 森 龍我 (柔心会)		肥田 琴葉 (柔心会)
2位 西野裕一郎 (県営富山武道館)		石黒 快 (あわら柔道スポーツ少年団)
3位 関 達人 (高岡西条柔道教室)		大井 すず (庄川柔道スポーツ少年団)
4年生 優勝 山田 翠 (柔心会)		中村 英 (県営富山武道館)
2位 七澤 純磨 (黒部市錬成)		鉢蠟 大和 (高岡西条柔道教室)
3位 堀 大雅 (戸出柔道スポーツ少年団)		本保 薫 (小杉少年柔道クラブ)
		高野 ゆの (柔心会)
		谷 真未 (柔心会)

第13回 日整全国少年柔道「形」競技大会富山県大会

優勝 水橋錬成館
2位 県営富山武道館
3位 錬成塾

全国大会出場者

形の部 水橋錬成館チーム

監督 鷹取 祐司
取 朝井 春道
受 高柳 佑成

富山県代表チーム

監督 松井 博也 (高岡西条柔道教室)
大将 若林 朝日
副将 吉野 七斗
中堅 西野裕一郎
次鋒 森 龍我
先鋒 山田 翠



文部科学大臣杯争奪 第32回日整全国少年柔道大会

文部科学大臣杯争奪 第13回日整全国少年柔道「形」競技議会

日 時：令和5年11月19日（日）午前8時開場 午前9時開会

場 所：講道館大道場（7階）

事業部長：大野 重浩

初冬の秋晴れの中、全国47都道府県より勝ち抜いた少年少女選手が講道館に集まり熱戦を繰り広げました。松井監督が率いる富山県代表の若林、吉野、西野、森、山田選手は栃木県代表と対戦しました。試合が始まり本県代表選手にやや緊張がみられましたが各選手は果敢に対戦相手に挑み、代表戦となりましたが惜敗しました。続いて行われた13回目を迎える「形」競技は今年度から出場枠が47都道府県ごとに1チームずつと拡大され、これにより全国各地から代表チームが出場しました。また小学生が柔道の形を競う全国唯一の大会です。競技は鷹取監督が率いる朝井、高柳両選手が予選ブロックで善戦しましたが予選4位となり残念ながら決勝へは進めませんでした。

選手の皆様は、今大会を良い経験とて、柔道を通じて礼節を学び、心豊かに成長し、柔道や日常生活に生かすことを期待しています。



第32回 日整全国少年柔道大会に参加して

富山県代表チーム監督 松井 博也

応援家族人数制限は有るが有観客開催。選手たちにとって力強い声援が心強い。全国から集まった各県代表選手達と比べると身体が一回り小さく体格差を感じたが、先鋒戦から引き分けが続き大将戦も引き分け代表戦までもつれ込む大接戦。試合は旗判定により敗退したものの県代表選手達にとって大きな自信が持て、今後の課題が見えた大切な全国大会であった。応援していただいた皆様ありがとうございました。

大将 若林 朝日

僕にとって二度目の日整全国大会でした。去年は、初戦で滋賀県にまけてしまったので、「今年は絶対に初戦突破して、2回戦の滋賀県にリベンジするぞ!!」と意気込んでいました。講道館に着くと、他の県の選手が沢山見えて急に緊張してきました。チームの皆とアップをして、汗をかけた自然と気持ちもリラックスしてきて、「よし！頑張るぞ!!」と気合が入りました。初戦の栃木県は、先鋒から大将の僕まで全て引き分けで、僕が代表戦に出ました。精一杯頑張りましたが判定負けでチームを勝たせる事ができず、すごく悔しかったです。この経験を糧に、中学校へ行っても柔道だけでなく、何事も目標を持って粘り強く頑張っていきたいと思います。応援ありがとうございました。

副将 吉野 七斗

小学校生活最後の日整全国大会に富山県の代表選手として出場できたことを誇りに思います。結果としては、とても悔しいものになってしまったけど、チームのみんなといっしょに力一杯戦い抜いたことに間違いありません。ぼくは、中学校へ行っても、大好きな柔道を頑張っていけます。先生方、お父さん、お母さん、友達、柔道の仲間たち、応援してくださってありがとうございました。とてもいい経験、そして思い出になりました。

中堅 西野 裕一郎

5年前、奈良県天理の試合で出会った大分の友だちに再会しました。一年生だったあの時は、2人とも負けて沢山泣いていました。でも今回は、お互い頑張ってた6年生のこの大会でこの場所必ず会おうと約束して別れました。難しいと思うけど、一生懸命練習を頑張って柔道を通して出来た仲間とまた会うために全国大会に出たいです。そして次は引き分けじゃなくて一本取って勝ちたいです。

次鋒 森 龍我

僕は、頑張って今年も県大会で優勝出来ました。去年の全国大会では、1回戦目で滋賀県のチームに負けてしまったので、今年こそは、1回戦目は勝ちたいと思って頑張りました。全国大会に向けてがんばったことは投げ込みです。しっかり持ってしっかり投げることを意識して練習しました。今年の全国大会では去年負けた2回戦目である滋賀県チームを目指して頑張りました。1回戦目は栃木県チームと戦いました。僕は先に技ありを取られてから、技ありを取り返し引き分けでした。代表戦でチームは負けました。全国大会が終わって思う事は、来年も県大会で優勝して3年連続全国大会に出場出来るように頑張りたいです。

先鋒 山田 翠

私は日整全国少年柔道大会富山県大会4年生の個人戦で優勝しました。表彰式のときにもらったメダルがとても大きくてびっくりしました。お父さんはとても喜んでくれたので、2人で写真をとったので、ずっと待ちうけ画面にしています。全国大会は、東京にある講道館と書いて、うれしかったです。全国大会当日は、いつものように技が出せなかったけど、良い経験になりました。一番の思い出です。また、5年、6年でも行きたいと思います。これからも毎日練習をして、トレーニングもがんばってたくさん練習していきたいです。私は柔道が大好きです。

第13回 日整全国少年柔道形競技会に参加して

監督 鷹取 祐司

北信越柔道連盟主催の「形」講習会へ参加し、講道館の大島修次先生に細かな動作や受けの姿勢に加え、攻防の表現が大切であることを学びました。富山県柔道連盟 相談役の北見敏明先生のご指導も受け、競技会当日には大きなミスもなく、講道館の舞台上で堂々たる演武をした2人を誇らしく思います。また、決勝に残った選手たちの迫力ある演武は、自分たちの技量を向上させる刺激になったと感じております。本競技を通し、厳しい練習の中で一生懸命に形競技に向き合えた経験は、2人の今後の柔道人生の基盤になると思います。選手たちへの指導をしながら「形」の重要性を改めて学び、今後も選手たちと一緒に日々、精進できるように努めていきたいと思っております。

取 朝井 春道

僕が形をやる事になって思い出すのは、見ていたのと自分でやるのでは全然違い、難しくなかなか次に進めなかった事です。それでも一生懸命練習して富山県代表になった時は、本当に嬉しかったです。全国大会当日は、膝がガタガタしてこんなに緊張したのは生まれて初めてでした。細かい所で何度かミスしてしまいとても悔しかったです。結果は、思う様にいかなかったけど、僕にとっては最高の経験になりました。

受 高柳 佑成

目標にしていた全国大会出場が決まり、僕達はより一層練習し、全国大会では、決勝に進む事を目標にがんばりました。本番では、とても緊張し、不安もありました。結果は、ブロック五位でしたが、僕は、今までの練習の成果を発揮できたので、自分的には、とても良かったなと思いました。小学校で全国大会という大きな舞台上立つ事ができて、本当に嬉しかったし、この経験を生かして、もっと柔道をがんばりたいと思います。



公益社団法人富山県柔道整復師会は、各種スポーツ大会での救護・トレーナー活動ならびに介護予防活動にも積極的に参加協力して、公益活動に取り組んでいます。



とよまマラソン2023



第43回魚津しんきろうマラソン



第40回カーター記念黒部名水マラソン



第26回滑川ほたるいかマラソン



となみ庄川散居村縦断マラソンFINAL



第30回扇状地マラソンINIにゆうぜん



入善町認知症予防教室(来いちゃ倶楽部)



令和5年度介護予防運動「楽楽いきいき運動」



高岡市介護予防教運動教室(野村地区)



立山町同心地区介護予防教室



(公社)富山県柔道整復師会 介護委員会一覧

1. 富山地区柔道整復師介護委員会
2. 介護予防高岡グループ
3. 射水市柔道整復師会
4. 水見市柔道整復師会
5. 砺波市接骨師会介護予防委員会
6. 小矢部市柔道整復師会
7. 南砺市接骨師会介護委員会
8. 滑川市柔道整復師会かようびクラブ
9. 魚津市接骨師会介護委員会
10. 黒部市接骨師会介護予防事業
11. 入善町接骨師会介護委員会
12. 立山町接骨師会介護委員会

介護委員長	井田 栄二
委員長	中邑 克信
代表	柴田 成人
代表	藤森 和則
代表	窪田 和一
委員長	水上 靖隆
代表	小倉 慶郎
代表	藤井 均
代表	岡本 優
代表	山本 正勝
代表	魚谷 明弘
代表	竹内 崇裕
代表	清水 純郎

編集後記

元日に発生した能登半島地震によりお亡くなられた方々に、深く哀悼の意を表しますとともに、被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。現在もなお、多くの皆様が大変な困難に直面されています。

被災地の一日も早い復旧復興、被災地の皆様が一日も早く元の生活に戻れる事を心よりお祈り申し上げます。

(公社)富山県柔道整復師会は、各スポーツの現場での救護・トレーナー活動、介護予防活動、災害救護支援活動などの公益活動を積極的に参加協力して参る所存です。

広報部 井田 栄二



富山県柔道整復師会
ホームページ