



三重の健康づくり総合計画ヘルシーピープルみえ21への参加  
一般社団法人 三重県鍼灸師会は、スマート・ライフ・プロジェクト  
と、みなさまの健康・体力づくりを応援します。

子育て応援! わくわくフェスタ  
**小児はり体験コーナー**

「小児はり」ってなに?  
ズバリ! 「刺さない」はりです。  
小児はりとは「夜泣き」「夜尿症」に効果があります!  
ここからからだの成長を助け、健やかに育つお手伝いができます。  
小児はりの体験のほか「健康相談」や「はり体験」などのコーナーもありますので、お気軽にお立ち寄り下さい。

明るく、元気に、健やかに  
子供・子育て家庭の皆さんの  
**鍼灸師による総合健康相談**  
社団法人 三重県鍼灸師会・ユマニテク医療福祉大学校 鍼灸学科

### ◆ 鍼灸師による「総合健康相談」とは?

県・市主催のイベント等に“健康相談コーナー”を設けています。

そこでは、鍼灸を通して、皆さまの健康をサポートさせていただくとともに健康への意識向上につながるような内容でご相談に応じています。

### ◆ どんな相談ができるの?

鍼灸師による「総合健康相談」をはじめ、「刺さないはり」小児はりの紹介・体験「鍼灸の紹介・体験」「介護予防運動指導」「テーピング&操体法」などのコーナーを設けて、自己健康チェック、健康管理が出来る人の増加を目指しています。

三重県鍼灸師会は  
**ランナーを  
応援しています。**

お伊勢さん  
マラソン

津シティ  
マラソン

四日市シティ  
ロードレース

社団法人 三重県鍼灸師会(アスリート鍼灸セラピー三重県)は、上記のマラソン大会で、市民ランナーへのケア活動を積極的に行っています。  
鍼灸師による、コンディショニング指導を体験して下さい。  
レースコース・レース後に痛みのある場所や不安定な場所を鍼灸セラピーで、無料で調整させていただきます。  
社団法人 三重県鍼灸師会 TEL.059-227-3345

### ◆ 「スポーツ鍼灸セラピー三重」とは?

結成16年目に入ったスポーツ分野の鍼灸治療とサポートに取り組む専門チーム。皆さんがケガをしないよう「コンディショニング、予防、疲労回復、健康管理」のお手伝いを目的に、県内のスポーツ競技会に派遣しています。

### ◆ どんな活動をしているの?

市民マラソンなどのスポーツイベント会場で「鍼」をメインにテーピング・ストレッチ等を行うとともに「正しいコンディショニング作りの大切さ」を指導して、安全で楽しくスポーツが行えるようにサポート活動に取り組んでいます。

### ◆ 「総合健康相談」「ケア活動」最近の活動報告は

本会HP「過去の活動報告」、厚生労働省国民健康づくり対策事業「スマート・ライフ・プロジェクト」に報告を掲載しております。

厚生労働大臣免許を持つプロ集団の活動として、三重県内の健康イベントや市民マラソン大会を通じて、みなさまの健康増進につながる鍼灸普及啓発活動を行って、市民の健康サポーターとして活動していきます。

健康イベントの予定・会員施術所は、本会HPをご覧ください。

## 一般社団法人 三重県鍼灸師会

〒514-0004 三重県津市栄町2-325 三重県鍼灸師会館  
TEL: 059-227-3345 FAX: 059-226-3221  
<http://mie.harikyuu.or.jp>

# みなさまの「健康生活」をサポートします

自然治癒力を高める東洋4000年の叡知「鍼灸医学」は、長い歴史の中で積み重ねられてきた伝統的な医学・医術です。県民の皆さまの「健康意識の向上と調和のとれた健康生活」を目標に活動しています

## ////////// 県・市主催の健康イベントや市民マラソンで健康相談やケア活動 //////////

イベント会場には、鍼灸師による「総合健康相談」をはじめ、「刺さない小児はり」の紹介・体験、鍼灸の紹介・体験、介護予防のための運動やテーピング体験などのコーナーを設けています。また、市民マラソンにはスポーツ鍼灸の専門チームを派遣し、子供から高齢の方までケガなくランニングができ、楽しいスポーツライフのために正しいコンディション作りの大切さを伝えるようサポート活動に取り組んでいます。

### ■フリーマーケット in 四日市ドーム

2016.7.3 四日市ドーム (四日市市)



家族のみなさんが「鍼」「小児はり」の体験を希望され大賑わいのブース

### ■子育て応援！わくわくフェスタ

2016.11.20 三重県立みえ子どもの城 (松阪市)



参加5年目ですっかり定着した健康相談と小児鍼体験などの各コーナー

### ■県内3か所の市民マラソンにケアチーム「スポーツ鍼灸セラピー三重」を派遣

四日市・津・伊勢



楽しいスポーツライフのために、ケガの予防、疲労回復、コンディショニング方法を伝えるケア活動

### ■ 県内で行われる市民マラソンは以下の大会にケアチームを派遣しています ■

四日市シティロードレース大会 (毎年4月：四日市中央緑地陸上競技場) 中日三重お伊勢さんマラソン大会 (毎年12月初旬：三重県営総合競技場) 津シティマラソン大会 (毎年1月下旬：津市安濃中央総合公園)

