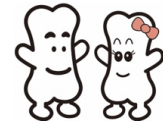


令和元年 7 月 若田だより



若田プロモーションには、現在 13 名の「柔道整復師」が勤務しております。最近になり、柔道整復師という名称が浸透しつつありますが、若田接骨院が開業した 24 年前にはあまり馴染みがなく、「接骨院で治療する資格の事を柔道整復師と言うのです！」と説明する必要がありました。一般の方からすれば接骨院で治療する資格と柔道とどのような関わりが有るのか？理解に苦しむことを想像します。古くは柔道場を構え、その隣で「ほねつぎ」として地域医療に携わってきた歴史にあります。昔は養成校への入学条件としての柔道の素養が必要とされていましたが、現在は入学時に柔道の経験がなくても、在学中基礎科目の中で体育として柔道を学ぶことになっています。そのため柔道が必ずしも強いわけではありませんが、若田に所属する 13 名も柔道の実技試験に合格する基本的なレベル（初段相当）の実技試験をクリアして、筆記試験で国家資格を取得しています。

柔道をする目的として、「豊かな人間性の涵養」と言うところは揺るぎないところですが、最近私が確信したのは「感覚統合」をさせるには柔道が非常に効果的だと思うことです。感覚統合とは、複数の感覚を整理したりまとめたりする脳の機能のことです。私たちは、光や音など、たくさんの刺激に囲まれながら生活しています。そのたくさんの刺激が身体に加わっていることを感じるはたらきを感覚といいます。人間の感覚には、既によく知られている五感（触覚、視覚、聴覚、味覚、嗅覚）に加えて、固有受容覚（手足の状態・筋肉の伸び縮みや関節の動きを感じる感覚）、前庭覚（身体の動きや傾き、スピードを感じる感覚）といった合計 7 つの感覚があります。

これらの感覚は徒手による治療を行う者にとって、非常に重要な感覚になります。柔道はタイミングよく相手の力を利用して投げたりすることで固有感覚を、また投げられることで前庭感覚をトレーニングすることができます。徒手の治療に必要な感覚を最大限に使うスポーツです。他のスポーツにおいてもとても重要な感覚になりますが、柔道ほどこれらの感覚が鍛えられるスポーツは無いと、最近特に感じています。私は（代表の近藤）柔道整復師の養成校で、多くの初心者に柔道を教えていますが、はじめから器用に出来てしまう学生と、準備運動の回転運動の時点でつまずいてしまう学生がいます。いわゆる人から「鈍くさい」と言われてしまう人です。しかし、養成校で 3 年間柔道をする感覚が統合され上手く運動が出来るようになってきます。これまでに 1 人も柔道で脱落したものは無いのです。

また、お子様に感覚統合に障害が見られる場合、先生の話静静地に聞くというシーンにおいて、「視覚」で先生を、「聴覚」で話を聞くことに主な注意をおくべき時に、感覚統合がうまくいっていない子どもは「触覚・前庭覚」などにも同じ程度の注意を向けてしまいます。そのために、たまたま触れた隣の席の子の腕に過剰反応してしまう、姿勢を一定に保てずそわそわしてしまうというような動作・様子が見られる場合があります。感覚統合については 8 月号で更に詳しく書いていきます。今回は感覚統合するのに、自宅で出来て非常に効果がある粗大運動を紹介します。

わかたサービス(1日型;7時間以上 定員18名)

ご利用空き状況

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
空き状況	3	3	1	2	6	1

わかたリハビリサービス(半日型;3時間以上 定員16名)

ご利用空き状況

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	0	0	4	0	0	2
午後	0	0	1	2	0	2

放課後等サービス わかたびじょん(定員10名)

ご利用空き状況

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
空き状況	1	0	0	1	2	0

くま歩き

まず両足を肩幅に開き、つま先を斜め 45 度に向けます。

両手をまっすぐ前に出し床につけ、顔は前に。この状態で手足を大きく前に動かして進みます。

出来るだけ踵が浮かないように、膝は曲げないようにして歩きます。

右手左足、左手右足と左右交互に動かします。

足の力、腕の力、床をけるつま先の力のバランスがそろっていないとなかなか前に進むことができません。

体のどこの部分を使って動いているかを意識しながら歩くことが大切です。

詳細は若田プロモーションの HP のトップページの動画を御覧ください