

R5文化教室

東洋医学(鍼灸)でセルフケア&アニマル(鷹)セラピー体験教室



<日時・場所>

令和5年12月3日(日) 10:00~11:40 ・青海公民館 講義室他

<講師>

中井 雄二さん他 (愛知県鍼灸マッサージ師会理事・名南知多支部長)

<参加者>

30人(当日欠席5人)

(対象:市内在住、または市内で活動している高校生以上の人 定員:25人)

<事業内容>

前半では民間医療として古くから親しまれてきた鍼灸について学びました。身体にあるツボを探し、お灸とマッサージを講師始め8人の会員の手技で体験。手の甲にある左右の合谷(ごうこく)のツボに施灸してもらい、肩・首の凝り解消のマッサージを体験。後半は好天の中、戸外で鷹・梟・ハヤブサによるアニマルセラピーを体験。参加者の腕へ飛んで止らせる体験は生涯でも数少ない機会となりました。参加者の多くが猛禽類の雄姿に目を輝かせ、歓声を上げて感動する様子はストレスの解消につながったようです。(今回は県鍼灸マッサージ師会の出前講座で開催。)

<講座を終えて> ※参加者アンケートより

- ・新しい知識を得ることができ、良かったです。体験ができたので普通の座学だけより楽しかったです。ありがとうございました。
- ・プロにマッサージをしていただき、お灸も体験でき、また鷹やミミズク、ハヤブサもこんなに近くで見たことがなかったので大満足でした。
- ・ツボの位置を覚えてもらうことを期待して、参加しましたがアニマルセラピーが楽しかったので、これはこれで良かったです。