

# 誰でも簡単！家庭でできるツボ療法

宇治市・城陽市・久御山町「元気フロンティア教室」



宇治市・城陽市・久御山町国保連絡協議会と本会共催の「元気フロンティア教室」が3月21日（土）、城陽市福祉センターで開催され、約50名が参加した。

主催者を代表した城陽市国保医療課長竹内章二氏の開会挨拶後、明治国際医療大学鍼灸学部教授片山憲史氏が実技を交えた講演を行った。

講演は「誰でも簡単 家庭でできるツボ療法 ～健やかな人生を～」と題し、ツボ療法の効能効果や活用方法、医療としての役割等を、パワーポイントを使って分かりやすく説明した。

後半は素人でもわかりやすくかつ効果が期待できるツボを、10種類の実技を交えながら紹介した。参加者も記念品として配布されたツボ押しスティックを用いて、実際にツボ押しの効果を実感していた。

例年に比べ幅広い年齢層からの参加があり、質疑応答では予定時間を超えても活発な意見交換がなされる等、ツボ療法に対する興味の深さがうかがえた。



片山憲史氏