

骨と健康にまつわる情報をお届けしています

Cures

キュアーズ



せいこ
整子ちゃん

発行

公益社団法人 大阪府柔道整復師会
OJTA: Osaka Judo Therapist Association

2020
Vol. 34

運動不足じゃないですか？



新型コロナウイルス感染拡大により運動不足を感じ、その為に体力不足や体重増加を感じている人が増えています。

運動不足、体力低下、体重増加を感じている人であっても、運動量は増えていない人が多いのではないのでしょうか？背景にはそれまで運動を行っていた人でも、スポーツジムの休業・閉鎖、チーム・サークルの自粛要請なども挙げられますが、自宅や近所では「どのように運動をすればいいのかわからない」といった人もおられるようです。運動不足による身体活動量の減少が多くの疾患リスクの増加につながり、肥満や肥満症、メタボリックシンドロームやフレイル、あるいは糖尿病、脂質異常症、高血圧、骨粗鬆症、サルコペニアなどの生活習慣病の発症、および発症後の進行のほか、腰痛や認知症にもかかわります。また、**新型コロナウイルスによる重症化のリスクとしても、肥満や一部の生活習慣病が指摘されています。**緊急事態宣言の解除に伴い、屋内や集団で行う運動やスポーツも徐々に再開されつつありますが、以前のような状況にはまだ戻っていません。



上半身



下半身

普段から個人、少人数で運動や筋トレを行う習慣は健康のために大切です。

QRコードからOJTA整骨院体操教室の上半身・下半身の運動(YouTube)を**CHECK!!**↑

最近では新聞、雑誌、テレビ、インターネットなどで運動のアドバイス、動画など紹介されていますが、人により体型・筋力・体の柔軟性が異なるため、**個々に適した運動ではなかったり、間違った運動の動きを行って関節、靭帯などを痛めてしまう人もおられます。**そのような場合には、近隣の接(整)骨院の先生にご相談ください。





ウソ、大げさな表示にご注意!

新聞の折り込みやポスティングされるチラシの中には、接(整)骨院のチラシが入っていることも多いと思います。このようなチラシや看板等の広告は、「柔道整復師法第24条」という法律によって掲示できるものが決まっています。しかし、残念ながらそういった法律を守らない、違法な看板やチラシ、インターネット上の広告が多数、見受けられます。その中には「景品表示法」にも違反しているのでは?と疑われるものも多くあります。

景品表示法とは、商品やサービスの品質、内容、価格などを偽って表示することを規制し、併せて景品類の最高額などを制限することで、消費者が質の良くない商品やサービスを買わされることを防止するためのものです。この景品表示法の中で「不当な表示の禁止」として、消費者をだますようなウソや大げさな表示などが、次の3項目で禁止されています。

①優良誤認表示(合理的な根拠がない効果・性能の表示)

例: 施術での痩身効果や、施術に即効性かつ持続性のある小顔矯正など

②有利誤認表示(価格を安く見せかけるなど、取引条件を著しく有利に見せかける表示)

例: 実際には別途費用が必要であるにもかかわらず、あたかも「〇〇円」だけを支払えば施術が受けられるかのような表示や、いつもと変わらない価格なのに「期間限定でこの価格」とウソをついた表示など

③その他誤認されるおそれがある表示として内閣総理大臣が指定するもの

これらに該当する広告は、景品表示法違反の疑いがありますので十分にご注意ください。

当会では平成28年に策定の療養費適正化理念に基づき、このような違法広告に関して監督官庁への通報制度を設け、定期的に報告を行っています。

※景品表示法違反の疑いがある場合に消費者庁は調査を行い、違反行為が認められた場合には措置命令がなされます。その措置命令に違反した場合には、事業者には2年以下の懲役または300万円以下の罰金が、法人や団体等には3億円以下の罰金が科せられます。

(景品表示法第36条、38条)



活動報告

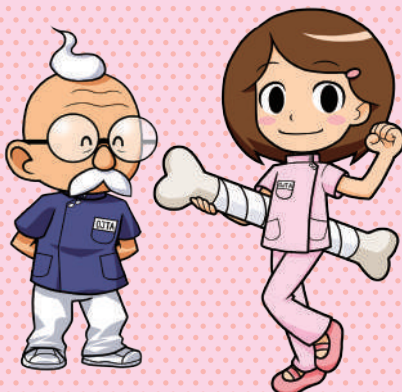
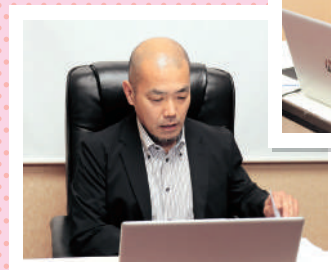
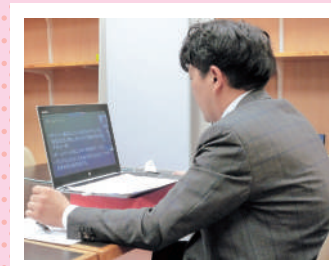
■Zoomセミナー開催

新型コロナウイルスの影響により、感染拡大防止の観点から府民講座をはじめ、専門講座など対面での講座は全て開催中止となりましたが、Zoomを使用して給付金、衛生面、保険などについての専門講座を開催しました。

第1回 使える制度と課税について

第2回 コロナ騒動から学ぶ
整骨院の未来

第3回 保険取扱いの現状



朝3分の寝たまま操体法

著者:西本直 定価:781円+税

布団のなかで万病を治す9つの快樂カラダ革命術

健康は誰かが与えてくれるものではありませんし、誰かほかの人が決めるものでもありません。健康でいられるか、そうでなくなってしまうかは、結局は本人のカラダに対する姿勢が決めてしまうと思います。本書で紹介しているからだを整えるための基本的な「動き(操法)」を、布団やベッドの上で毎日繰り返すことで、あなたに小さな「気づき」をもたらし、やがては、「カラダ」とのしっかりとした対話ができるようになっていくことでしょう。生きている限りお世話になる、かけがえのないこの「カラダ」。この本をきっかけに、改めてその存在について考えてもらえればと思います。具体的には、「日常、これを継続して実行していれば、カラダの歪みの調整ができる」という究極の方法論として、朝布団のなかの三分間でできるノウハウに集約してご紹介されています。



柔道整復術の歴史 その⑥

大正2年に政府への接骨術公認の請願運動が始まり、講道館の嘉納治五郎 館長をはじめ、東京帝国大学整形外科の教授などの協力を得て、明治時代の接骨術禁止からおよそ40年、大正9年4月に内務省でようやく公認され、同年10月に第1回目の柔道整復術試験が実施されたんじゃ。この合格者が中心となって結成された、大日本柔道整復術同志会が今の公益社団法人 日本柔道整復師会のルーツとなっております。こうして「柔道整復師」の身分が認められたものの、厳しい状況にはあまり変わりはなく、まだまだ苦難は続くんじゃよ…。



ふむふむ…
きびしい
道のりじゃなあ…

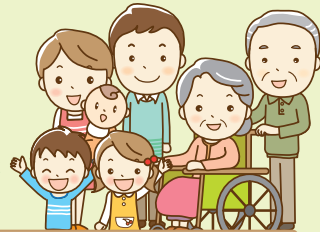
■献血を行いました

日本赤十字社に協催し、大阪柔整会館5階において献血を行いました。今年は新型コロナウイルスの影響で献血バスの出向回数が減り、おのずと献血も減っているとの事。医療の一端を担う柔道整復師会として、これからも協力していきます!





大阪府 福祉医療費助成制度



大阪府内にお住いの重度障がいがある方、子どもがいるひとり親家庭(両親がいない場合も含む)の方、乳幼児を育てる家庭の方、また老人医療費に対して必要とする医療が容易に受けられるよう医療費の自己負担額の一部を助成する制度です。*老人医療費助成制度については経過措置となっています。

重度障がい者医療費助成制度

対象になる方

- ▶ 身体障がい者手帳1級・2級をお持ちの方
- ▶ 重度の知的障がいの方
- ▶ 中度の知的障がいで身体障がい者手帳をお持ちの方
- ▶ 精神障がい者保健福祉手帳1級をお持ちの方
- ▶ 特定医療費(指定難病)受給者証または特定疾患医療受給者証をお持ちで、障がい年金1級または特別児童扶養手当1級に該当の方

所得制限

障がい基礎年金の全部支給停止基準を準用しています。



ひとり親家庭医療費助成制度

対象になる方

- ▶ ひとり親家庭の18歳に到達した年度末日までの子
- ▶ 上記の子を監護する父又は母
- ▶ 上記の子を養育する養育者
- ▶ 裁判所から配偶者暴力等(DV)に関する保護命令が出されたDV被害者の方

所得制限

児童扶養手当の一部支給と同じ所得制限があります。



乳幼児医療費助成制度

対象になる方

- ▶ 0歳から6歳児(小学校就学前まで)
- ▶ 市町村により上記の要件以外にも対象年齢を拡大した「子ども医療費助成制度」もあります。

所得制限

市町村によって異なります。



老人医療費助成制度(経過措置)

老人医療費助成制度は、障がい者医療・ひとり親家庭医療と整理・統合し、平成30年3月31日(2018年3月31日)をもって廃止となりました。平成30年3月31日(2018年3月31日)時点での老人医療費助成制度対象の方は、経過措置として令和3年3月31日(2021年3月31日)まで引き続き助成を受けることができます。(毎年医療証の更新が必要です。)

所得制限

対象の方によって異なります。



詳細はそれぞれのQRコード(大阪府ホームページ)をお読みいただくか、お住まいの各市町村窓口へお問い合わせください。

注意! CAUTION!!!

交通事故専門・肩こり・〇脚矯正・骨盤矯正・小顔矯正・無料体験・スポーツ障害・ダイエット・美容・産後ケア・〇〇キャンペーン・満足度〇〇%など接(整)骨院でこのような看板・チラシ・広告・ホームページは全て違法なものです。ご注意ください。

詳しくは当会ホームページをご覧ください。《療養費適正化特別対策班》

INFORMATION

お近くの整骨院検索や健康情報は **コチラ** から

公式ホームページ

<http://www.osaka-jyusei.or.jp>



Twitter



YouTube



Facebook

大阪府柔道整復師会専門学校 Vocational College of Judo Therapist Association

—— 実践力のある医療人を目指す —— 全国で唯一「4年制」の柔道整復師専門学校

オープン
キャンパス
開催中!

編集 後記

世間は空前のキャンプブーム。先日近所のアウトドアショップに行った時、商品が品薄で驚きました。背景は新型コロナウイルスの影響も有ると思われます。人類は歴史上、ウイルスと深く関わってきました。SARSやMERSなどはまだ記憶に新しい所です。1918年に発生したスペイン風邪においては、世界で推定1億人以上、犠牲になったと言われていますが、3年で収束しました。今回の新型コロナウイルスにおいても、はやく平常の生活に戻れることを願うばかりです。(ぴょんちゃん)



公益社団法人

大阪府柔道整復師会

〒550-0004

大阪府大阪市西区靱本町3丁目10番3号

TEL.06-6444-4151