看護師職能研修会報告

聖園病院　清水里美

　2016年12月5日（月）、新潟県看護研修センターに於いて、新潟県看護協会新潟東支部・西支部合同で看護師職能研修会を開催しました。

　今年は、「東洋医療から学ぶベッドサイドでできるツボ・マッサージケア」をテーマに、新潟看護医療専門学校　東洋医療学科　横木宗晴先生よりご講演いただきました。

　講演は、爪もみ療法や頭部のマッサージのやり方とその効果や、チェック項目により肝・心・脾・肺・腎のタイプに分かれ、それぞれタイプ別に有効なツボの位置とその効果についてなど、わかりやすく教えていただきました。

　ストレスのある人は、頭部のてっぺんにある百会というツボの部位がうっ血していてブヨブヨしているそうで、ストレスのある人やうつ傾向のある人は百会をマッサージすると良いそうです。精神の不調がそんな部位に現れるという事に驚きましたし、心と体は繋がっているという事を再認識しました。

　研修会後のアンケートでは、91％の方が大変満足～まあまあ満足と答えており、「自分にも利用者さんにも家族にもやってみたい」とか「隣の人とのマッサージ気持ち良かった　和みました」などの意見が寄せられ、とても有意義な研修となりました。

