

● 柔道整復学科から

『森ノ宮柔道整復研究会紀要 Vol.5』発刊

2011年紀要Vol.5を発刊しました。
2010年の1年間、本会の活動の中で発表された論文、2010年度卒業論文から3題を収載しています。ご希望の方は下記までお問い合わせください。数に限りがありますので、先着順とさせていただきます。



森ノ宮柔道整復研究会のマーク誕生!

モチーフは〈見つめ合うふたり〉。親と子、先輩と後輩、治療者と患者…“ふたり”もいろいろ。そのふたりが互いに微笑み合い、高めあっていく——そんな互恵の関係を大切にしたい。

そして…ふたりのベースが「m」(森ノ宮)。
聳え立つ山のようにぐんぐん天を目指して!
そんな思いを込めています。



☆お問い合わせ先：担当:教務部 柔道整復学科 伊黒、外林、老後
e-mail : sotuken@morinomiya.ac.jp
Tel : 06-6976-6889

スポーツ現場でのアロマセラピー

森ノ宮医療学園専門学校教員・アロマ講座講師 森 美侑紀

アロマセラピーは、スポーツ現場でも広く活用されていることをご存じでしょうか?

アロマセラピーで用いる“精油”は、天然の植物から抽出された有機化合物で、様々な薬理作用があることがわかっています。

スポーツ現場では主として、血行促進、鎮痛、抗炎症、抗痙攣、鎮静、中枢神経刺激、自律神経調整などの作用がある精油を選択し、“マッサージ”や“塗布”などの方法で使用します。従来から、スポーツ障害の予防や緩和、競技能力の向上などを目的としてスポーツマッサージが行われていますが、その手技に精油を加えることで、より効果的かつ短時間で、筋緊張の緩和や関節に柔軟性をもたせることができます。またスポーツ現場では高度な集中力や、プレッシャーに打ち勝つ精神力も不可欠です。フィジカル・メンタル両面からのケアが有効なアロマセラピーは、プロスポーツチームやオリンピックの選手村でも活用されています。選手村では、ローズマリー・ラベンダー・レモン・ペパーミント・バイン・バーチ・ゼラニウム・ユーカリなど8種類の精油のブレンドオイルが選手達のセルフケアのために用意されていたそうです。

スポーツ愛好家の皆さんも、ケガの予防やコンディショニング作りに、アロマを活用してみたいはいかがでしょうか?

☆ 著書『もっと身近にアロマセラピー メディカル～日常まで』
(1,575円・税込)を出版部で発売中!

☆アロマコーディネーター養成講座も開催中!
詳細は21ページおよび同封のリーフをご覧ください。

● クラブ活動報告

スポーツ医学研究会 ～一年間の活動を振り返って～

スポーツ医学研究会は柔道整復学科の1期生が中心となって結成された学生会公認のクラブ活動です。スポーツや医学に関することで、自分たちが学びたいことをテーマに取り上げ、講師の先生を招きご講演いただいたり、また、自分たちでテーピングなどの実技を練習するなど、精力的に活動しています。

平成22年度はスポーツトレーナーに必要な技術や知識を中心に学ぶ機会を設けました。学校の授業だけでは学びきれない専門的により深い内容の講演を、各分野で活躍されている先生方をお願いしました。今振り返っても豪華な講師陣で、卒業生や一般の方、他校生からも参加したいとの声を多数いただき、驚きと共に嬉しく感じたことを記憶しています。

文化祭では、スポーツ医学研究会として初めて模擬店を出店し、部員みんなで協力して焼き鳥店を成功させました。勉強以外の部分

平成22年度部長 杉浦 由美子

でも交流を深めることができ、大変有意義で楽しいひと時となりました。この活動を通じて様々なことを学ぶことができました。特に、部長としてこの1年間関わってきたことで、ただ与えられるのを待っているだけはいけないということ、自ら貪欲に探究心を持って臨まなければ何も得られないということを学びました。

最後に、1年間部長という大役をやり遂げられたのは仲間が支えてくれたからだと感謝しています。

