

人材バンク “魅学” プログラム例記入書

登録者名 (団体名) 渡辺誠司

プログラム名	<p>家庭でできる東洋医学健康法 東洋医学的な人体の見方, 「つぼ」の使い方と実技</p>		
プログラムのねらい	<p>西洋医学とは異なる人体・健康の見方で疾病に対応し、家庭でできる応急的な指圧を実技習得する</p>		
講座名・テーマ 学習分野等	学 習 内 容 等 (具 体 的 に)	時間数 (分・時間)	備 考 (備品等)
1. 東洋医学の基本的な考え方	<p>人体・健康について西洋医学とはどのように異なるのか、どのように役立てるのかなどについて</p>	30分	* プロジェクター資料
2. つぼ	<p>経穴(つぼ)とは何か、又それどのように使い健康管理するのか、その位置はどのように取るかなどについて</p>	20分	同上
3. 指圧など	<p>あん摩・マッサージ・指圧など国家試験によるもの、いわゆる「リラクゼーション」「ボディケア」「カイロプラクティク」などとの違い+注意点</p>	10分	同上
4. 指圧実技	<p>① 押し方の基本 ② 具体的な症状に応じた実技 例: ウォーキング, 立仕事後の指圧, 頭痛や歯痛の緩和, 首・肩凝りの解消法, 腹痛・便秘などの対処法など</p>	60分	和てぬぐい (受講者各)
<p>* プロジェクター・スクリーンなど備っていない場合は講師が持参, 資料は事前コピー又は講師持参</p>			