

NPO法人沖ヨガ協会 東日本連合会
平成27年度 第2回(1単位) 沖ヨガセミナー
2015年11月1日(日)12:30~17:00

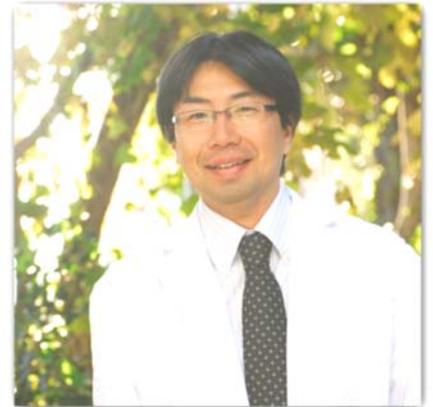
コミュニティ・ベース・ヘルスケアとしての統合医療

—自然欠乏症候群の概念と、富士山・朝霧高原での試みを踏まえて—

講師：山本竜隆 医師・医学博士

朝霧高原診療所は、地域で51年ぶりの医療機関として、内科・小児科・皮膚科・漢方内科を標榜し活動しています。また在宅医療や往診、5つの学校医や産業医8社、市内医師会の救急医療センター当番など、地域のさまざまな活動に従事しています。

さて統合医療というと、一般的に癌などの難病を、現代西洋医学以外の様々な医療を集結して、個々に合わせてコーディネートする医療と認識されやすく、都市部のように医療従事者や各種の代替療法家に恵まれていることが重要と思われがちです。しかし田舎でも、地域医療型（治療や予防医療）と地域活性型（滞在型自然療法やウエルネスツーリズム）の両輪で進める田舎型統合医療のスタイルであれば、上記の問題点を解決するのではないかと考えています。



我々の朝霧高原における活動は、まさに地域貢献と自然を活かした医療を両立するものです。“下医は病気を治し、中医は人を治し、上医は社会を治す”と言われますが、自然環境や社会、生活全般を含めた幅広い視点で、中長期的な地域住民の健康増進や医療に関わり、コミュニティの一員として活動することこそが、ある意味で本来の“統合医療”ではないかと感じるので。

レクリエーションヨガ

講師：佐藤 松義 沖ヨガ協会講師



沖ヨガの肉体的訓練法は、心と体をを養うこと、高めること、強めること、浄めることが目的です。

人類始まって以来の物質文明の社会では、あらゆるストレスからくる自律神経失調症や神経ホルモンのアンバランスや感覚器官の詰まりから病気になりやすいのです。

意識的に笑うことで、ストレス解消になるだけでなく、心身のコントロール力が増し、全身の血行が良くなり、神経とホルモンの働きが高まり、生命力が増進されます。

人間性回復のためにも、病気を直す起死回生の最高の妙薬として、レクリエーションヨガをご体験ください。 合掌 佐藤松義

🍁 出会いのヨガ 🍁

- 1 バタバタ体操・楽しく遊びましょう
- 2 大人が楽しめる 歌と笑いゲーム
- 3 歌を聴きながらリラックス瞑想

スケジュール

日時 平成27年11月1日(日) 12:30~17:00

講座: 12:30~14:30 佐藤 松義

12:30~15:00 休憩

15:00~17:00 山本 竜隆

単位: 1単位(資格登録制度の登録者に付与されるものです。)

会場: 沖ヨガスタジオ 〒164-0003 東京都中野区東中野3-16-14 小谷ビル301
TEL 03-6908-5613

持ち物: ヨガマット(レンタルマット有り100円)、筆記用具

参加費: 4,000円 ※初回一般参加者には「ヨガの喜び」(沖正弘著)を差し上げます

プロフィール

講師 山本竜隆 医師・医学博士

朝霧高原診療所 院長・富士山静養園 園主・日月倶楽部 代表・WELLNESS UNION(朝霧高原診療所・富士山静養園・日月倶楽部) 代表・昭和大学医学部非常勤講師・聖マリアンナ医科大学非常勤講師
聖マリアンナ医科大学、昭和大学医学部大学院卒業。

米国アリゾナ大学医学部統合医療プログラムAssociate Fellowをアジアで初めて修了。その後、統合医療ピレッシンググループ総院長(東京・四谷)、JA中伊豆温泉病院内科医長、(株)小糸製作所静岡工場診療所所長・産業医などを経て、地域医療とヘルスツーリズムの両輪で、医療から行う地域活性や外資が落ちる地域作り活動、「自然欠乏症候群」「都会依存症」対策や自然環境保護を目指し活動している。平成27年4月「日月倶楽部」を開設し、既存の朝霧高原診療所、富士山静養園からなるWELLNESS UNIONを確立して活動している。

【主な一般著書(共著含む)】

統合医療運営マニュアル/現代企画・治る力を呼びさます・統合医療のすすめ/東京堂出版
イタリアン・テルメ/エルゼビアジャパン・統合医療とは何か?が、わかる本/ほんの木
食べもので「体の不調」を治す本/アスコム・自然欠乏症候群/ワニブックスなど。

講師 佐藤 松義

1978年、宗教法人求道実行会密教ヨガ修道場に入門。沖正弘師に内弟子として本部に20年間在籍。日本だけでなく、ヨーロッパ、台湾、アメリカなどでヨガの指導をしながら、ヨガ食調理師として、世界の精進料理を研究や自然療法を学び、精神鍛錬を通じた各種健康法とかねあわせた独自の実践哲学を確立。全国各地に展開する。1980年の世界大会では、BKSアイアンカー、サッチダナンダの世話人に任命される。料理人としては、本部道場調理長、在英大使館大使公邸勤務を経験。昭和最後の武道家、望月裕名人よりヨガ武道を伝授される。海外活動としてはNYでHIV救済活動や各国で沖道ヨガの普及に携わる。特に、インドのジャイナ教知覚瞑想を坂本氏と研究中。近年、沖道ヨガ行法哲学と実践瞑想の場として会津高原只見に移住する。現在、予防医学に基づいたサトーナチュラルフーズの仕事に携わりながら、首都圏と自然首都只見の架け橋になるべくウイークエンドヨガ合宿を開催している。沖ヨガ協会講師資格。

お申込み

参加費(4,000円)のご入金をもって予約受け付けとさせていただきます。

ゆうちょ銀行: 00150-2-466085

名義: 国際総合ヨガ協会東日本連合

★予約されずに直接来られた場合には、参加できないこともあります。予めご了承ください。

★一旦振り込まれた参加費はお返しすることはできませんが、次回の指導者養成セミナー参加費としてご利用していただくことができますので、**受領書はしばらく保管しておかれることをおすすめします。**参加費を振込み、欠席され、次回にご参加くださる場合は、東日本連合会までご連絡ください。

★**電信**でのお申し込みのかたは、メール、faxまたはお電話で、お申込み講座名を東日本連合会、総務(三好)までお知らせください。

例: 「〇月〇日沖ヨガセミナー」など。

★ご入金後郵便局より連絡があるまでしばらく時間がかかりますので、当日受領書をご持参ください。

申込み期限: 10月29日(木)

NPO法人沖ヨガ協会 東日本連合会 総務(三好暁)

〒202-0022 東京都西東京市柳沢3-6-8-C-102

Tel: 042-452-9464 Fax: 03-6369-3216 Mail: higashinihon@okiyoga.com