予防鍼灸研究会（SGPAM）

特別例会2026抄録

テーマ：

社会とのつながりと健康

2026年８月２３日

目次

鍼灸師による社会的処方の実践と効果 …… 宋 順姫　2
社会的フレイルの予防 …… 戸村 多郎　3
社会的処方と地域とのつながり …… 西 智弘　4

鍼灸師による社会的処方の実践と効果

Moran鍼灸治療院 院長 宋 順姫

【背景】社会的処方は、医療だけでは解決困難な孤立・生活困難・慢性疾患の自己管理などの課題に対し、地域の社会資源へつなぐことで健康改善を図るアプローチである。イギリスでは、制度化が進み、日本でも自治体レベルで導入が広がりつつある。鍼灸院は、丁寧な問診や長い対話時間を特徴とし、患者の生活背景を把握しやすいことから、社会的処方の実践者としての可能性がある。【目的】 鍼灸師が社会的処方にどのように関わり得るかを検討し、具体的事例を通してその効果を明らかにする。【方法】 心筋梗塞後に外出が減少した60代女性に対し、地域の編み物コミュニティ「街ナカアート」への参加を提案した。参加のハードルを下げるため、自宅で作業し活動日に持参する方法を提示し、継続的にフォローアップを行った。【結果】 患者は自宅作業から活動日への参加に移行し、外出頻度が増加した。創作意欲の向上、アルバイト開始など、社会参加が拡大した。心身の活力が回復し、生活の再構築が進んだ。【考察】 鍼灸院は、①課題の発見、②生活背景の聴取、③地域資源への接続、④伴走支援という社会的処方の流れを自然に担うことができる。医療と地域の中間支援として機能しやすく、患者の行動変容を促す環境が整っている。【結論】 鍼灸師はコミュニティコネクターとして社会的処方を実践し得る職種であり、本事例は社会的処方が患者のQOL向上に寄与する可能性を示した。鍼灸院は地域と患者をつなぐ新たな役割を担うことが期待される。

略歴

1988年　東京都立大学 理学部物理学科卒業
2016年　東洋鍼灸専門学校 卒業
2016年-現在　Moran鍼灸治療院 院長
2020年-2022年　公益社団法人神奈川県鍼灸師 理事
2026年-現在　一般社団法人プラスケア 理事

社会的フレイルの予防

～未病・養生・東洋医学から「人と社会のつながり」を再設計する～

関西医療大学大学院 保健医療学研究科保健医療学専攻 教授
和歌山県立医科大学医学部 衛生学講座 博士研究員
戸村 多郎

社会的フレイルは、孤立という結果だけでなく、人との関わり、外出、役割、生きがいが徐々に失われていく過程として捉える必要がある。本講演では、未病・養生・東洋医学の視点から、社会的フレイルの予防を「関係が切れにくくなる条件を整えること」として再考する。まず、未病スコア®（五臓スコア）、虚実スコア、18養生スコアを用いた横断研究をもとに、睡眠、休息、運動、入浴、朝日などの日常行動が心身の状態と関連することを示す。次に、推し活を感情から始まる社会参加として位置づけ、楽しみ、外出、予定、人との交流を生みうる活動であること、ならびに健康実感、睡眠、養生行動との関連を論じる。さらに、地域資源を歩いて巡る「養生札所巡り」を例に、健康行動、地域回遊、社会参加を同時に促す社会実装のあり方を提示する。鍼灸師は、痛み、疲労、睡眠、気分など、社会参加を妨げる前段階の変化を捉え、身体・生活・社会の間を翻訳し、つながりが続く条件を共に整える専門職となり得る。養生を、病気を防ぐ自己管理にとどめず、人や社会とつながり続けるための準備として捉え直したい。

略歴

1993年　神戸大学経済学部 卒業
1993年　関西医療学園専門学校教員 在職
2000年　大阪教育大学大学院教育学研究科健康科学 修了
2014年-現在　和歌山県立医科大学医学部衛生学講座 博士研究員
2014年　関西医療大学大学院保健医療学研究科保健医療学専攻 准教授
2025年-現在　関西医療大学大学院保健医療学研究科保健医療学専攻 教授
専門：はり師・きゅう師、あん摩マッサージ指圧師、柔道整復師
　　：未病・養生、公衆衛生学、統計学、社会実装

社会的処方と地域とのつながり

一般社団法人プラスケア代表理事　西 智弘

「薬で人を健康にするのではなく、地域とのつながりを利用して人を元気にする」社会的処方。本邦においては2021～2023年の「骨太の方針」にその文言が取り上げられ、2024年春には孤独孤立対策推進法も施行され、本格的な取り組みがスタートした。一方で、既に各地域で「つながりが人を元気にする」ことに気づき、実践を続けてきた方々が大勢いる。我々が設置した暮らしの保健室・川崎および社会的処方研究所では、そのような民間セクターの方々と、医療者など専門セクターの橋渡しをし、孤独孤立の問題への取り組みを進めている。
その大本では、国が推し進める社会的処方の制度化に先んじて、「社会的処方を文化にする」ことを目指したいと考えている。今回のセッションでは、暮らしの保健室・川崎および社会的処方研究所がこれまでどのような実践を行ってきたかを共有し、その活動にどのような目的がこめられているかを紹介したい。

略歴

2005年　北海道大学卒業。室蘭日鋼記念病院で家庭医療を中心に初期研修
2007年　川崎市立井田病院で総合内科／緩和ケアを研修
2009年　栃木県立がんセンター 腫瘍内科
2012年　川崎市立井田病院　腫瘍内科部長（現職）
　　抗がん剤治療を中心に、緩和ケアチームや在宅診療にも関わる
2017年　一般社団法人プラスケアを立ち上げ代表理事に就任
　　「暮らしの保健室」「社会的処方研究所」の運営を中心に、地域での活動に取り組む

専門：日本臨床腫瘍学会がん薬物療法専門医
著書：『だから、もう眠らせてほしい』（晶文社、2020年刊行）
　　『社会的処方』（学芸出版社、2020年刊行）