



つくほ治療院新聞

通巻79号



「火山は神か悪魔か…」

昨年9月の御嶽山の噴火に始まり、最近では、山形の蔵王山、神奈川の箱根山、鹿児島島の口永良部島、長野と群馬の浅間山と続けざまに噴火や噴火の兆候がみられました。

2011年の東日本大震災以降に噴火傾向が発表されたのは11火山にもなり、活発化しているとの声もあり、火山大国の日本においては、今後も避けられない事実であり、いかに共存していくかが今後の課題となっていくのではないのでしょうか。

元来、自然信仰の強かった日本でしたが、科学絶対主義が強くなり過ぎて、全ての災害をも排除しなければならぬような風潮が強くなったような気がします。日本と同様の火山の影響を受けているハワイ島では、ちよつと考え方が違うようです。

自然信仰の強いハワイの人にとつては、今でも火山は神の宿る山と考えられています。ここ20年近く噴火を続けている『キラウエア火山』

は、火の女神ペレが住む場所とされています。女神ペレの噴火は気性が荒く気まぐれですが、粘り気が少ないので、流れ出る事はあつても爆発する事はありません。そのため、地元の人には「ペレは住む家は奪うが、人は殺さない」といいます。また、村の長老は「溶岩の流れの方向を変える事は可能だが、神様が決めた溶岩の流れを人が変える事は許されない。たとえ村が被害に遭おうとも、この状況を受け入れるしかない。それが自然とともに生きるということ」といいます。確かに、その恩恵で島は年々大きくなっています。

人は天と地の間に生きる自然の一部と考える東洋思想。自然の巡りと調和することで健康を保つという東洋医学。自然信仰の強いハワイにも、似たような思想があるのかもしれない…。



二十四節気と七十二候

(「くらしのこよみ」より)

日本には美しい四季があります。春、夏、秋、冬…折々の豊かな表情は日々の生活に彩りを与えます。日本人は昔から季節感を大切にして暮らしの中に取り入れてきました。

そのよりどころとなったのが、『二十四節気』です。地球から見た太陽の通り道「黄道」三六〇度を十五度ずつ二十四に区切り、その一つ一つに節気を配して四季の移り変わりを表したものです。一つの節気は十五日程度になります。

また、二十四節気の一つ一つをさらに三区分し、季節の風物を言葉で表現したものが『七十二候』です。こちらはだいたい五日単位で、その季節の特徴的な自然現象を意味する名前がつけられています。

二十四節気

大暑

(七月二十三日)

文字どおり、一年でいちばん暑さの厳しく感じられる頃です。うなぎで知られる「土用の丑」もこの期間中にありますし、「暑気払い」と称してのビアガーデンなどの集いも、ひとときわ賑やかになる時期です。

第三十四候 桐始結花(きり はじめてはなをむすぶ)

(七月二十一日～二十七日)

古来、桐は神聖な木とされてきました。花が開くのは初夏。見たことがないという人も、日本国政府の紋章(五七の桐)や五百円硬貨で意匠化された釣り鐘形の花を目にしたことがあるでしょう。薄紫色の花は、初夏を迎える頃、卵形の実を結びます。その横では、来年咲く花のつぼみが早くも膨らみ始めています。

季節のたのしみ 夏の羅(なつのうすもの)

羅と書いて「うすもの」と読みます。ジョーゼットやオーガンジーなど、透けるような薄布は繊細かつ優美な雰囲気漂わせ、夏らしい装いに欠かせない素材です。和服の世界では、糸と糸の間に隙間があり通気性のよい縞を七〇八月に、より軽く薄く全体を透ける紗を八月に着用します。



7月						
○印はお休みです						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

平日(月～金曜)の開始時間を9時→9時半に変更させていただきます。



《そうだったのか東洋医学!!》

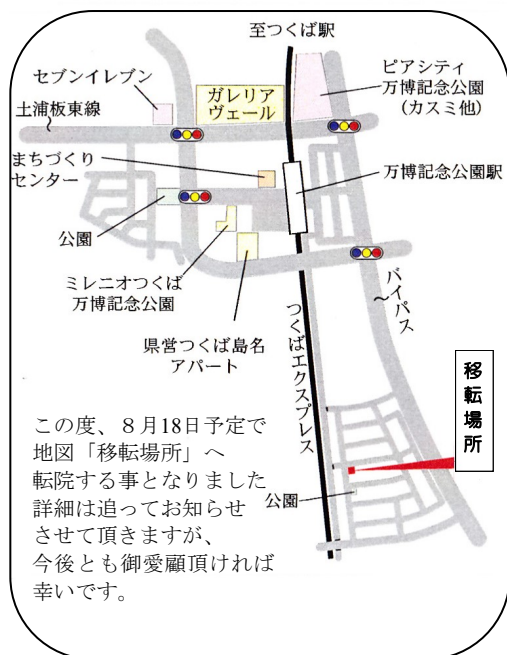
クーラー病

暑い暑い夏がやってくると毎年始まるクーラー戦争!!
暑くて眠れないとエアコンを入れる夫と冷えて不調を訴える妻。メタボな上にスーツを着込み外は暑いと社内を冷やす上司と冷えて不調を訴えるOL。元々女性は頭痛に腹痛に生理痛、むくみなどの不定愁訴を訴え易いですが、クーラー病もほぼ同様の症状を訴えるだけに、女性にとっては大きな問題です。

人の身体というのは、暑い時には熱を発散し、寒い時には熱を逃がさないようにして、体温を一定に保ちます。しかし、長時間エアコンで冷やされる事により身体は体温を保とうと交感神経を働かせ、身体は緊張状態になり、血流不足を悪化させ、肩凝り、頭痛、生理痛、むくみ等の症状が出てきます。また、エアコンの中に一晚中いれば、寝ていても緊張状態で疲れも取れず、疲れ易くなります。

夏の季節は、一年の中で最も陽気が盛んな季節なので、

お知らせ



この度、8月18日予定で地図「移転場所」へ転院する事となりました詳細は追ってお知らせさせていただきますが、今後とも御愛顧頂ければ幸いです。

自身の身体も陽気が多くなります。そのため陽気(熱)を持ち過ぎてオーバーヒートしないよう汗をかくて陽気を発散させますが、クーラー病の人は、冷えて陽気を発散できないので、夏だけでなく秋や冬にも不調をきたす事もあります。通常、夏は自然と汗をかくものなので、暑い夏の季節に無理して運動して汗をかく必要はありませんが、クーラー病でうまく陽気を発散できない人は、積極的に運動したり、お風呂でしっかり汗をかくと良いでしょう。

また、暑い国の人は、香辛料などが入った辛い物を好んで食べますが、暑い時は冷やして涼を取るのではなく、発散させて涼を取るのも良いでしょう。決して寒い国の人とは、こういう物は食べません。きつと余計に寒くなることを知っているのでしょうか。

但し、最近の夏の暑さは尋常でないのも事実なので、生活の知恵も混ぜながら、無理のない範囲でエアコンを使って暑い夏を乗り切っていきましょう。



『自分の人生だからこそ、人のために』

中国の古『尚書』に「人心これ危うく、道心これ微なり」とあります。道徳心は、私たちの心にわずかにあるものだと言われています。道徳心は階段を一つ一つ上がっていくように、心の中に絶えず積み重ねていくことが大切です。普段の生活の中にある小さな思いやりの実行の積み重ねが、その人の品性を作っていくのです。

「いつから?」ではなく「気づいた今から」、「どこから?」ではなく「自分の身近なところから」スタートしましょう。自分の人生だからこそ、人のために、社会のために自分を役立てることが、自分自身の喜びを見いだすことになるでしょう。

「一日一話」より

旬のさかな

うなぎ

高タンパクで消化がよく、ビタミンA・Eなどの栄養も豊富。そのため万葉の時代から薬食いとして知られてきました。土用の丑の日に鰻を食べる習慣は蘭学者・平賀源内によって広められたが、こと天然物に関しては寒さに備えて脂がのる秋が旬といえます。

蒲焼きなら歯ごたえと香ばしさの関西風か、ふっくらとろける関東風。今や全国区となった愛知県名物ひつまぶしもいいですが、さっぱりとした白焼きも捨てがたいです。



執筆余話

なかなか新店舗の案内作りが進んでおらず申し訳ございませんが、いくつか疑問・質問がありましたのでお答えさせていただきます。筑穂からは遠くなりますが、万博記念公園駅からは700m程です。駅から徒歩でも可能な距離で、ほぼ万博駅といった感じですが、また、新店舗建設といっても、今迄通り一人一人の患者さんを私が責任持って診察治療していくという当院の理念が変わりはありませんので、御安心下さい。工事も順調に進めば、いよいよ7月下旬には完成予定です。現在8月18日(火)の大安オープンを予定しております。

