

つくほ治療院新聞

通巻80号



「おきなごうつくほ治療院」

2006年5月、この筑穂の地に開業をして、早9年の年月が過ぎました。院内新聞は2年遅れてのスタートだったので、7年と8ヶ月で、通巻80号を迎えることが出来ました。その間、多くの患者さんと出会い治療させて頂き、誠にありがとうございました。

私が経絡治療に出会い、生涯をかけてやっていこうと決心し、開業したものの、多くの患者さんは「鍼灸とは、痛いところにブスブス刺すもの」と思っており、東洋思想に基づく鍼灸治療の話をして、なかなか理解して頂けず心を痛めた事も多々ありました。しかし、患者さんを治療し病苦を除去する事はもちろんですが、東洋思想に基づいた『経絡治療』という私が信ずる治療法を世の中に普及啓蒙していく事も、私に課せられた仕事のひとつと思い、今迄やってきました。こうやって自分の信じた道を進み続けられたのも、この経絡治療に御理解頂き、温かいお言葉を頂戴した患者さんのお陰と

思っております。

そんな皆様に愛して頂いた『つくほ治療院』も、いよいよ8月12日を持ちましてお別れの時が来てしまいますが、5日間の引越し期間を頂き、今度は万博記念公園駅近くで、8月18日より、『はり処 温篤(おんたく)』と名を改め、皆様の健康の一助となるべく治療を行ってまいります。

『温篤』とは、優しく穏やかで情に厚い意味の『温厚』と、親切で情に厚く誠実という意味の『篤実』から成る四字熟語の『温厚篤実』という言葉から来ております。

これからもこの言葉に恥じないような心がけ、技術研鑽に精進し、皆様の心と身体の拠り所となれますよう努めて参りますので、今後とも御愛顧頂けたら幸いです。



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。

処暑

(八月二十三日)

暑さが止む、という意味の言葉で、文字通り、暑さのピークは過ぎつつありますが、同時に台風季節でもあります。いざという時に備えて、窓や雨戸、ドア等の補強や鉢植えなど飛ばされそうな物を固定しておきましょう。

第四十候 綿村開(わたのはなしべひらく) (八月二十三日～二十七日)

村とは花の萼のこと。ワタは7月から9月にかけてフヨウによく似たクリーム色の美しい花を咲かせますが、それから約1ヶ月後、丸い実を包んでいた萼が弾け、中からふわふわとした綿毛に守られた種が飛び出します。この綿毛を紡ぐと木綿の糸や布になります。純白の綿毛は萼を付けたまま花材としても用いられます。

季節のたのしみ 風の盆(かぜのぼん)

春分から数えて200日目にあたる日を、雑節で「二百日」と呼びます。この頃、ちょうど日本は台風シーズンになります。嵐をおさめ風をおさめ、五穀豊穡を祈るのが「おわら風の盆」。富山県八尾町では9月1日から3日まで行われ、哀調を帯びた音色と、美しく情緒的な踊りがおわら風の特徴です。しつとりとした土蔵造りの町を舞台に繰り広げられる幻想的なお祭りです。



8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					

8月13日～17日はお休みさせていただきます。
また18日より、新店舗にて診療いたします

《そうだったのか東洋医学!!》

水毒症

クーラーなんて無い時代から、日本には夏を涼しくする知恵が息づいています。風鈴、スイカ割り、打ち水、流しそうめん…。しかし、そんなんじやしのぎ切れない程の尋常ではない近年の夏。巷では「熱中症の予防に水分摂取を心がけましょう」という声がよく聞こえるようになってきました。確かに水分を摂る事は、人間の身体の70%を占めているので、生きていく上でも欠かせないのも事実ですし、新陳代謝を促し美しく健康の一助にもなります。しかし、摂れば摂るほど健康になると思いこんで、摂りすぎると自ら病を作ってしまうかねません。

東洋医学においては、『気・血・水』がバランスよく循環する事で健康が保たれ、このバランスが崩れることで病が発症すると考えられています。健康のため、熱中症予防のためと頑張つて過剰に水分を摂取すると、この『水』のバランスが崩れ『水毒症』になってしまいます。

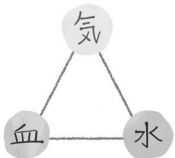
お知らせ

この度、8月18日に地図「移転場所」へ転院する事となりました。場所の詳細は、別紙を御参照下さい。今後とも御愛顧の程宜しくお願い致します。

水は重く冷えやすい性質があるので、下に溜まり易く、むくみや冷えの症状を訴えます。また下に貯まるという事は全体の巡りも低下するため、頭痛・めまい・立ちくらみ・関節痛等も引き起こします。

その人が持っている排出能力の範囲内であれば問題ありませんが、胃腸が弱い方や水分代謝の弱い方は、貯めたままうまく排出されないのです、水毒症になり易い傾向があります。特に欧米のようなカラッと暑い所なら問題ないものの、高温多湿のアジアにおいては余計に水分は排出されにくいので注意が必要です。特に冷たい水分は余計に代謝を低下させますの更に注意が必要です。

暑いと汗をかくので、自然環境に居る方は、ある程度排出されますが、仕事場のエアコンで冷えやすい方、一晩中クーラーの中で寝る方は、積極的に汗をかけるよう、お風呂で温めたり、運動して汗をかきよう心がけましょう。



『自分の気持ちを分かってくれる人がいると、自分らしさが発揮される』

私たち人間には、自分の気持ちを分かってくれる人がいるということが大切です。自分の気持ちを分かってくれる人がいると、その心は安定し、伸び伸びと自分らしさが発揮でき、自らの手で創造的な人生を切り拓いていくことが出来るものです。

私たちの心には、人を受け入れようとする心があります。相手が子供であっても大人であっても、誰であっても、相手を受け入れよう、相手を理解しようとする心の働きは、生かせば生かすほど、より大きく、より強くなっていきます。

人と人が理解し合い、人と人が許し合い、人と人が喜びを与え合う、そんな人と人との関係をもっと大きく広げていきたいものです。「一日一話」より

旬のやさしい

パプリカ

パプリカとはマジヤール語で胡椒の意味。中南米から伝わった唐辛子をハンガリーで品種改良したのが始まりで、ハンガリーを代表する野菜として知られます。日本でも出回っているものは本来の種と異なり、ピーマンの中でも大型肉厚のベル群という品種です。甘くジューシーで、生でも過熱でも美味しく、一般家庭の食卓に上るようになって20年足らずですが、人気野菜として定着しています。



執筆余話

新しい店舗の工事も順調に進み、だいぶ完成に近づいてきました。ウキウキワクワクしてくるのかと楽しみにしていたのですが、最近では、今の自分を作ってくれて、この9年で一番長く居たこの場所に愛着が湧いてしまったようで、名残惜しい気持ちの方が大きい気がします。しかし、一生治療が出来る環境を望んで選んだ選択ですから、強い気持ちを持って、変化を恐れず進んで行く所存です。そして、最後にもう一度言わせて下さい。本当に今迄『つくほ治療院』を御愛顧頂きありがとうございます。今後とも『はり処温篤』と『温篤新聞(仮)？』を宜しくお願い致します。

