

温篤新聞

通巻94号



“エツツイ”は語る…

皆さんは『エツツイ』という人物を御存知でしょうか？

御存知の方もいらっしゃるかもしれませんが、生きて姿を見ただ方はいらつしやらないと思います。なぜなら彼は5300万年前に生きた人物だからです。

1991年、イタリヤとオーストリアとの国境にあるエツツタール溪谷の氷河の中で、男性のミイラが発見されました。当初は遭難した遺体だろうと思われていましたが、調べてみると5300万年前の遺体で、氷河の中に氷

漬けられていたため、保存状態が大変よく、内臓を始めとするほぼ全ての組織が手付かずの状態を保たれていました。胃の内容物からは何を食べて生活していたのか、腸の花粉からはどのように標高を移動していたのか、DNAからはどのような人物なのか、どのような病気を患っていたのかまで分かってきました。

そんな彼の事を発見された場所にちなんで『エツツイ』と名付けられ、通称『アイスマン』と呼ばれるようになりました。

調査の結果、瞳・髪は茶色、肌の色は白、身長160cm、体重50kg、40歳代半ばの筋肉質の体型と解明されました。また、彼は腰椎すべり症を患っていたり、胆石がある事も判明しました。

医食同源

豆腐

胃腸の働きを活発にし、消化吸収を助ける作用があります。夏バテや胃腸が虚弱な人にオススメです。血液の循環を良くし、血中コレステロールを低下させ、身体に潤いを与えるので、顔のほてりや、のぼせ、口の中の乾燥にも効果的です。

また、大豆イソフラボンは女性ホルモンに似た働きがあり、更年期の不快感の改善に期待でき、肌のみずみずしさを保つ役に立ちます。



今月のツボ

四白(しはく)

「四」は、四方・周囲の意です。「白」はシロ・明らかなの意味があります。

白は空白の白から転じて窪んでいるといふ意味にもとれ、周囲から見て大変窪んでいて、その部分を押すと圧痛がある、という意味にもなります。また、別の説では、四方が明らかになるという意



味にも解釈されるため、目の病気に効果がある事を表したツボ名であるとも言われています。

場所は、目の下の骨の窪みの下にへりが触れます。そこから指幅一本分下がった所で、瞳孔の真下に取ります。

頭痛やめまい、疲れ目の他、三叉神経痛、顔面麻痺などにも用いられます。

ン』とも呼ばれています。

調査の結果、瞳・髪は茶色、肌の色は白、身長160cm、体重50kg、40歳代半ばの筋肉質の体型と解明されました。また、彼は腰椎すべり症を患っていたり、胆石がある事も判明しました。

そんなエツツイの身体には、絵のようなタトゥーではなく、平行線や十字の模様の刺青が入っていました。オーストリアの鍼灸を行う医師の研究によると、刺青のある場所は、鍼灸治療のツボと密接に関係しており、彼の患っている腰痛の治療に用いるツボや胆石の治療に用いるツボと一致しており、刺青はツボを刺激する印として描かれたものではないかと考えられています。

鍼灸治療とは、四大文明の一つである中国で、2000年前に体系化されたと考えられているのに、それとよく似た治療をそれよりも3000年以上前にヨーロッパで

用いられていた可能性があるので、もしこれが本当なら、医療の歴史が覆される大発見です!!

昔は、野球選手の肩は冷やしてはいけないと言われていたものが、現在は大量の水で冷やしたり、傷口は乾燥させるものと考えられていたものが、現在では湿潤療法として乾かさないうちに、常識と思われるか分からないうちに、常識と思われるか分らないように、常識と思われるか分らないように逆転されるか分りません。

世の中の健康法が必ずしも合うとも限りませんし、常識と思われる生活習慣が必ずしも正解とは限りません。是非、自身の身体の声をお聴きながら、自身に合った健康法や生活習慣を見つけてみて下さい。



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

小満

(五月二十一日)

日ごとに上昇する気温に合わせて、万物の成長が著しい時期です。畑の麦は大きく穂を実らせ、草木の緑はくっきりと色濃くなっています。あらゆる生命が天地に満ち始める、という意味の言葉です。



『良いも悪いもお手本次第』

子どもが悪かったら親が叱るのは当然のことです。しかし、「お前が悪い!!」と単に指を刺す前に、はたして親としての自分に原因はないか、と考えてみましょう。

子どもに文句を言うだけでなく、一日三〇分だけでも本を読む姿を子どもに見せるとか、脱いだ服を整理しておくとか、言葉づかいに気を付けること等を実行して、親が良い見本を見せれば、子どもも納得して少しずつ変わってくるはずですよ。

親自身が変化し成長していく事は、親にとっても大変意味のある事です、子どもには更に大きな影響を与えます。どんなに時代が変わっても、子どもは親を見ながら大きくなるのです。

「一日一話」より

七十二候

(五月二十一日～二十五日頃)

蚕起食桑(かいこおきてくわをはむ)

蛾の一種である蚕蛾は、その繭から絹糸を取るために、古来、中国や日本で飼育されてきました。人々の暮らしを支える大変重要な生き物ですから「おかいこさま」などと敬称をつけて呼ぶ地域もありました。孵化した蚕蛾は、桑の葉を盛んに食べて成長し、ひと月ほど後には白い糸を身体の周りに吐き出しながら繭を作ります。

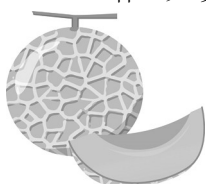


旬のくだもの

メロン

アフリカ原産とされるウリ科の植物で、いくつかの種類があります。とりわけ芳香の強いものを麝香(ジャコウ)＝Muskにちなんで『マスキメロン』と総称されます。

日本には明治期に入ってからですが、低温多湿に弱く露地栽培が困難なため、温室で手をかけて栽培されたので、高価な果物の代名詞になりました。後には露地メロンの栽培も普及し、1962年に真桑瓜との交配によりプリンスメロンが作り出されたのはその代表例です。



執筆余話

子どもを連れて今春公開された映画『ドラえもん のび太の南極カチコチ大冒険』を見てきました。

この映画は夏の暑さに耐えかねたのび太たちが南太平洋の巨大な氷山に行き、そこで氷漬けになっている不思議なリングを見つけ、調べてみると人が住んでいるはずもない10万年前の南極での落とし物だと分かり、10万年前の落とし主を探しに向かう事で冒険が始まります。

ちょうどエッツィイがテレビでやったのと同時期だったので、もしかしたらエッツィイの話がモチーフに？なんて勝手ながら思ってしまったわけです。

のび太たちが10万年前のメッセージを受け取ったように、身体の内側にツボ治療をしていたエッツィイの発見は、我々鍼灸師たちに何かを伝えたいメッセージなのかもしれません…。そう思うと壮大な冒険が始まりそうです。



4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
⑳	22	23	24	25	26	27
㉘	29	30	31			