

# 温篤新聞

通巻117号



## 『私の平成史。』

30年と23日続いてきた平成の時代もいよいよ4月で終わりを迎えようとしております。皆様にとってはどのような平成だったでしょうか。

興味の無い方には大変恐縮ではありますがありますが、今月は自分の平成史を振り返ってみようかと思えます。

原動機付自転車の免許を取り、初めて運転免許証を手にしたのが高校1年の12月23日。まだ時が昭和の時代の事でありました。それから数日後、年が明

けたかと思った矢先の1月7日に昭和天皇の崩御により、翌8日より平成の時代が始まりました。

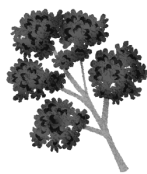
それから数か月後。突然のアトピー性皮膚炎の発症により、眉毛は抜けるし、頭皮はグジュグジュで寝起きの枕は血が滲むようになってしまう生活で、私の平成は幕を明けました。

大学を卒業し、サラリーマン生活を過ごした後の平成10年に転職し、治療家人生が始

## 医食同源

### パセリ

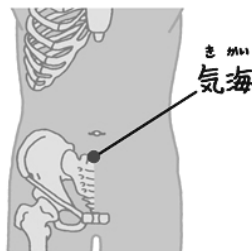
パセリの香りには、ピネン・アピオールという精油が含まれており、消化促進・発汗・利尿などの作用があります。パセリは付け合わせとしてよく用いられ、食中毒を予防し、肉料理を食べた後の口臭を消す作用があります。脇役ながら栄養価は高く、ビタミンA・ビタミンC・鉄分などが豊富で、貧血の人は毎日食べても良いでしょう。ただし、胃潰瘍やアトピー性皮膚炎の人には、少し刺激が強いので多食は注意が必要です。



## 今月のツボ

### 気海(きかい)

ツボ名は、東洋医学で心身のエネルギーを表す気の海を表し、気の変動の集中するツボであることの意味しています。気の充実は全ての病気の回復を高め、気の欠乏は症状の回復を遅らせます。



場所は、身体を中心線上で、おへその指幅1本半ぐらい下にとります。このツボは気の集まる場所なので、気の病気に効果的で神経過敏症、心身症、うつ病、婦人病である不妊症や月経困難症、泌尿器系の膀胱炎や腎臓の病気、消化器系の神経性胃炎や腸疾患に用いられます。

まります。

接骨院、マッサージ院、鍼灸院(電気バリ)と勤め、経験を積み積むほど、症状を抑えるばかりで本当に治しているのだろうか疑問が芽生えていく中で、経絡治療と出会いました。これこそが自分が理想とする治療法であり、生涯をかけて精進していきたく願うものだと確信しました。

『はり処 温篤』を開業する事が出来ました。

そして時は平成31年、当院の治療法である経絡治療を御理解頂ける皆様のお陰で現在が存在します。症状に苦しむ患者さんを治療するのが私の仕事でありますが、経絡治療を受け、気の流れを整える事で身体が改善する事を知って頂き、自身の自然治癒力の偉大さを信じ、生きていくように経絡治療を普及啓蒙させる事もまた務めと思っております。

そして、平成18年に念願が叶い、つくば市筑穂に『つくほ治療院』を開業致しました。生涯をかけてと誓ったのですから、賃貸ではなく数年後に自分の店を持ちたいと思ったのですが、現実はその間に甘くなく、あつという間に9年の歳月が過ぎ去ってしまいました。しかしこれは金銭の問題だけでなく、経験や技術等を磨く大事な期間だったのだと思えます。そして、平成27年に現在の店舗であ

昭和・平成と生きてきた私も新元号はもちろん、もう一つ先の元号まで頑張れるのではないかと思っています。一緒に私の新元号史を作っていっただけなら幸いです。



# 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。

## 二十四節気

### 穀雨

(四月二十日)

「地上の穀物に実りをもたらす雨が降り注ぐ」という意味の季節です。必ずしもこの時期に雨が多い、ということはありませんが、しっとりとした春の雨がやや長引けば、菜種梅雨などと呼ばれる事もあります。

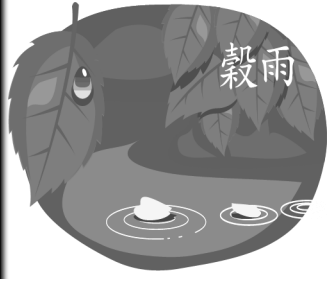
### 『真の親孝行とは』

親に喜んでもらう、満足してもらおうという事は、一緒に住むとか住まないとかという形の上の事で決まるものではありません。結局、何をすれば親に安心していただけるかという事が一番肝心なことです。

親に安心していただくためには、親の心を大切にすることです。親のそれまでの苦労に感謝しなかったり、親を心から尊敬していないならば、どんなに形の上でお世話をしても、親は寂しい思いをします。

親に安心していただくという姿勢で親孝行をしている人が、まだ足りないと思ってしまう事が、真の親孝行と言えるでしょう。

「一日一話」より



七十二候 (四月二十五日～二十九日頃)

### 霜止出苗(しもやんでなえいずる)

この頃になると、霜も降りなくなり、苗代では稲がすくすくと育ち、薄緑色のじゅうたんのように見えてきます。農家では、まもなく始まる田植えの準備で忙しくも活気にあふれている、そんな様子をイメージさせる言葉です。



### 旬のやさい

### たらの芽

高さ4メートル程になるたらの木に息吹く若芽は、山菜の王様ともいわれ、独特の香気とほろ苦さを味わう事が出来ます。一度取った木からも、同年にまた芽が生えてきますが、次の芽を取ると株は枯れてしまうので、一番芽以外は取らないように心がけると良いでしょう。

天ぷらや素揚げにするのが最適ですが、あくが少ないので、そのまま焼いて生味噌とともに食すのも良いですよ。



## 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
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

8日の12時～18時、9日の9時半～15時をお休みさせていただきます。

### 執筆余話

昭和の時代に生を受けた私も最愛の人に巡り合う事ができ、平成17年に結婚する事が出来ました。当時売れ残っていた私を選んでくれた妻には有難い限りです。

そして、平成18年・平成22年・平成24年と3人の子供にも恵まれ、家族を養い子供を育てるといふ事は決して簡単な事ではないとは思いますが、それ以上の幸せを日々与えてくれる家族は本当にかげがえのない宝物です。これ以上の何かを望むとしたならば欲以外のなものでもないと思っています。

日々の幸せをくれる一番上の子は8日に中学入学式が、一番下の子は9日に小学校入学式が行われます。小学校入学式はもう最後です(涙)。忙しい生活の中で時間を作って頂いている患者さんには大変申し訳ございませんが、幸せをくれる我が子への恩返しに少し時間を分けて頂ければ幸いです。

