

温徳新聞

通巻175号



『Chat GPT』に聞いてみた。

昨今よく耳にする「Chat GPT」。皆さんも耳にはするけど、詳しくはよく分からないという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。Chat GPT とはAI(人工知能)技術の一種になります。

今まではあった大量のデータから学習し答えを見つける機能から一歩進化し、与えられたデータから新たに画像や文章、音声を作り上げる事が出来る『生成型』の人工知能の事で、その技術を用いてアメリカの『研究所が開発した会話型AI(人工知能)の事を言います。』

今まではGoogleやYahooなどの検索サイトでキーワードを複数入力して多くのサイトの中から求める情報を探していましたが、会話型人工知能なので、「○○を教えてください」と質問すれば、人が話すように新たな文章として答えを教えてくれる技術です。

医食同源 赤貝

胃腸など消化器系の働きを整えるほか、腎臓を強くする作用があり、老化を防止し、疲労を回復する働きがあります。

ビタミンが豊富に含まれ、皮膚や角膜、粘膜を強め、気管支や膀胱、子宮を覆う上皮組織を補強してくれます。眼精疲労および目や肌の乾燥を防いでくれる働きもしてくれま



今月のツボ 胞盲(ほうくら)

「胞」は子袋、つまり子宮の事です。「盲」は穴、すなわちツボの事を指しています。このツボは子宮の疾患に用いられる事があります。

場所は、第2後仙骨孔部の外側へ指幅3本分ほどのところ



るに取ります。

婦人科系の症状によく用いられ、頭重や肩こり、腰のだるさ、下腹の張り、足の冷えなどに用いられる他、前立腺肥大や尿道炎、膀胱炎、尿路結石などにも用いられます。

『日本医師会が自民党に多額の寄付金を支払う理由は？』

Chat GPTの答えは、「日本医師会は、自民党が政権を維持する事で、医療政策が自分の意向に沿ったものになるようにしたいと考えている、医療費削減などの政策が実施される事を防ぎたいと考えている、医療関係者の利益を守る事が出来ると考えている、そのために寄付をしています」でした。

一人一人の医師は、そんな金儲け的な「医は算術」な考えは無く「医は仁術」として目の前の苦しむ人に対して仁愛の徳を施していると私は信じておりますが、もし本当にこれが目的であれば、日本医師会が多額の寄付を払う意味も理解出来ず、利権を利用した巧妙な手口に脱帽致します。

皆が平等に医療を受けられる国民皆保険制度は素晴らしいと思えますが、気軽に医療にかかれる分、患者の数は増えますし、検査をたくさん行った方

が収入は増えますし、薬をたくさん出せば儲かる仕組みになっており、利用する国民の支払いは増大し続けるのも当然なのかもしれません。

献金を払い自民党が強くなればなるほど、医療費は増大し、国民の支出は増え、医師は収入を得て、医師会に会費を納め、自民党に献金し…、こんな流れになれば、医療費は削減する方向には進まないのだから、医療費は増大してしまっています。

医療を含む社会保障費は現在、税金だけでも40兆、患者負担を合わせれば130兆円にもなるそうです。

もしこれが本当なら、今回のウラ金問題の真相に注視し、次の選挙に向けて国民の声をあげていかなければならないと思えます。

まあChat GPTもまだまだ発展途上の技術なので、間違いもあるかもしれませんが…



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。

その抛り所となったのが、『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付けられています。

二十四節気

立春

(2月4日)

文字通り「春立つ」時節ということで、寒さも峠を越えて、これからは、春に向かうことを意味する節気名です。

旧暦では、ここをお正月としていました。



『相手の幸せを願う心づかい』

「言わなくても良いことまで話す」「必要な事を話さない」「自分の意見に執拗にこだわる」「優柔不断ではつきりしない」「ゆつくりし過ぎる」「せつかちである」というような事は、人の性格だから仕方ないと割り切ってしまう事が多いようです。

しかし、こうした行いは、自分の立場だけを考えた行いである場合が多く、相手や周囲に迷惑をかけている事になります。その結果、人間関係がギスギスしてきて互いに悩む事になってしまいます。大切な事は、相手の立場を考え、相手の幸せを願う心づかいをする事です。

このような心づかいが基本となった行いこそ、相手の心に通じ、周囲の人にも温かい思いを与える事が出来るでしょう。

「一日一話」より

七十二候 (2月4日〜8日頃)

東風解凍(はるかぜこおりをとく)

春の兆しとなる暖かい風が東方から吹き始め、冬の間に湖や池に厚く張りつめた氷を少しずつ融かしていきます。

ちなみに、この「東風」、ここでは「はるかぜ」と読んでいますが、「こち」と読ませ「梅東風(うめぐち)」「桜東風(さくらごち)」「雲雀東風(ひばりごち)」など、時期に応じた名を付けて呼ぶこともあります。



季節のやさしい

露の臺(ぶきのとう)

まだ凍った土の中から、春の息吹と共に出てくる露の臺は、これから伸びていくための養分が詰まった、固く開いていないものが食べ頃です。

焼くか天ぷらにすると、特有の青臭い香りとほろ苦さを賞味でき、春の訪れを味わえます。

生のまま千切り、味噌と練り合わせた露味噌は、苦味と香りが味噌に馴染み、酒のつまみにピッタリの一品です。



2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
⑮	19	20	21	22	⑳	24
㉕	26	27	28	29		

執筆余話

天災というものは時を選べないだけに致し方無いのかもしれませんが、よりによって元旦に、しかも宴も盛り上がる夕暮れ時にこれほどの大きな地震が発生しなくても良いのではないか、本当に年神様は年始に福徳を持って来てるのかと疑ってしまいました。

と過ぎ去った事を悔やんでも未来が変わるわけでもないですが、能登半島で被災に遭われた方々にお見舞い申し上げます。皆様の親族・友人があちらにいらつしやるかもしれませんが、その方々の生活が1日でも早く戻れる事を願っております。

当たり前の日々が過ぎる事が本当に有難い事なのだと思わせられる年初めになってしまいました。

今後また皆様が当たり前のように日々暮らしていただけるよう精進に努めて参りたいと存じます。

