

温 篤 新 聞

通巻202号



『20年の感謝を込めて…』

新緑の風が心地良い5月。お陰様で当院は無事に開業20周年を迎えることができました。

昨年8月の移転10周年、そして今年3月の院内新聞500号と、まさにアニバーサリーが重なる特別な1年となりました。こうして長く歩んでこれたのは、何よりも「経絡治療」という繊細な医学を信頼し、大切なご自身のお体を預けてくださった皆様のおかげです。心より深く御礼申し上げます。

現代社会は、どこを見渡しても生産性や効率性が最優先される時代です。しかし、ふと立ち止まって考えてみると、日本に

古くから伝わる伝統工芸の世界で、職人が気が遠くなるような手間暇をかけ、細部に至るまで魂を込めることで、初めて「神が宿る」と言われるような名品が生まれます。こうした「効率だけでは測れない価値」こそが、心を打

ち、時代を超えて受け継がれる本物ではないかと私は思うのです。私が心血を注いでいる「経絡治療」も、この職人の世界に通じるものがあると感じています。

最近の鍼灸界でも、同じ鍼という道具を使っている場所にも、痛みがある場所にも、美容などのエステを求めたり、美意識などのエッセンスを求めている場所にも、日本に

医食同源 びわ

初夏に旬を迎える果物で、やさしい甘さとみずみずしい果肉が特徴です。

βカロテンやカリウム、食物繊維を含み、肌の健康維持やむくみ予防に役立ちます。さっぱりとした味わいで、季節の変わり目の体調管理にも適した食材です。

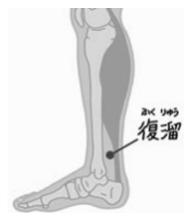


今月のツボ

復溜(ふくりゅう)

「復」は回復・再び巡る、「溜」は水がとどまる意で、滞った水分代謝を巡らせ整える働きから名付けられました。

場所は、内くるぶしとアキレス腱の間から指2



復溜

本分ほど上、アキレス腱の前縁に位置します。腎経に属し、発汗異常やむくみ、冷え、腰痛、足のだるさのほか、のぼせや喉の渇きなど体内の水分バランスの乱れに伴う不調の改善に用いられます。

イルが増えています。それも一つの形ではあります。東洋医学の真髄は、もつと深い所にあるのではないかと思っています。

東洋医学は「気」の医学です。気とは、私たちの生命エネルギーそのもので、このエネルギーが身体の隅々まで滞りなく巡っているとき、私たちは本来の意味で「健やか」でいられます。

しかし、忙しい毎日の中では、ストレス、寒暖差、食事の乱れ、感情の揺れなどによつて、この気の流れが渋滞を起こしてしまいます。「なんとなくしんどい」といった名前をつかない不調は、身体からの「流れを整えてほしい」というサインです。経絡治療は、その微細なサインを読み解き、優しく触れるような鍼で気の流れを調整し、身体が本来持っている「自ら治る力」を呼び覚ます作業なのです。

私たちは今、国民皆保険という素晴らしい制度のおかげで、気軽に医療を受けられますが、一方で「何かあった

ら薬を飲めばいい」という、対症療法に頼り切った考えに陥りやすい側面もあります。目先の症状を抑えるだけでは、病は形を変えてまた別の不調を訴えてくるものです。

かつて医療が限られていた時代、人々は病気になるから慌てるのではなく、病気になるためにどう生きるか、という「養生」の概念をとても大切にしていました。

20年という月日が経ちましたが、経絡治療の奥深さは探求すればするほど新しい発見に満ちています。これからの人生が病苦に振り回されることなく、日々を穏やかに過ごせるよう、一鍼一鍼に真心を込めて治療させていただきま

す。小さな不調も、嬉しい変化も、どうぞお気軽にお聞かせください。皆様の「養生」のパートナーとして、これからも当院ならびに院内新聞をどうぞ宜しくお願ひ申し上げます。



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

立夏

(5月5日)

夏の始まりを告げる節目で、万物がいよいよ成長の勢いを増す頃を指します。

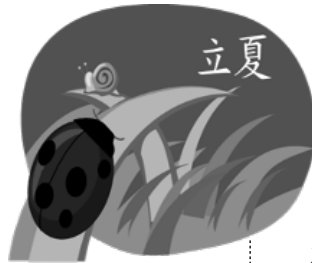
「立」は始まりの意。太陽の動きを基に定められ、春の名残をとどめつつも、日差しや風に初夏の気配が感じられる時季とされます。農作物の生育が進み、自然の力強さが際立つ頃でもあります。

『親と子をつなぐ心のパイプ』

私たちは誰もが「子であり、親である親になる」存在です。自分の親も「子であり、親になった」し、その親もしかり、また自分の子も孫も「子であり、親になる」存在です。ですから、親と子をつなぐ「心のパイプ」は、いつの時代も、過去からの無数の流れを受け、無数の未来へとつながっていく中継点ともいえます。

現代に生きる私たち一人ひとりも決して例外ではありません。現代に生かされている私たちは、まず何よりも親・祖先に感謝し、その恩に報いる心づかいと行いによって、ともすると利己心によって断ち切られてしまいがちな親と子の心のパイプを通していく事が必要なのではないでしょうか。それが子に対する親の思いやり、という事がいえるでしょう。

一日一話」より



七十二候 (5月10日～14日頃)

蚯蚓出(みみずいずる)

「蚯蚓」とはミミズのことで、冬のあいだ土中で静かに過ごしていた生き物が、春のぬくもりに誘われて地上へ現れる様子を表しています。

大地がゆるみ、雨に潤い、土の中の命が動き出すこの時期は、目に見えにくいところでも季節が進んでいることを感じさせます。

中国由来の暦に基づきながら、日本の農耕文化とも深く結びつき、土とともに生きる感覚を伝える候です。

季節の楽しみ

八十八夜

八十八夜は、立春から数えて八十八日目にあたる日で、毎年五月初めごろに迎えます。この頃になると霜の心配が少なくなり、農作業を始める目安とされてきました。とくに新茶の収穫の時期として知られ、「八十八夜に摘んだお茶を飲むと長生きする」とも言われています。

やわらかな若葉を一枚一枚丁寧に摘み取る風景には、初夏の訪れとともに、自然の恵みへの感謝が感じられます。

昔から受け継がれてきた暮らしの知恵と、季節の移ろいの美しさが、今も静かに息づいている行事です。



5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						

執筆余話

厳しい社会情勢が続く昨今ですが、こうしてアニバーサリーが重なる特別な一年を無事に走り抜けることができたのは、ひとえに温かく支えてくださる皆様のおかげです。心より感謝申し上げます。

3月号でお願いした「口コミ投稿」にも、多くの方が快く、心こもった温かいメッセージを寄せてくださいました。個人事業主として皆様の言葉にどれほど勇気づけられ、「また明日から頑張ろう!」と力をいただいたか分かります。

皆様のお力添えに甘えてばかりで少し心苦しいのですが、もし「まだ書いていないけれど、応援してほしいよ」という方がいらつしやいましたら、ぜひお気持ちをお聞かせいただけると嬉しいです。皆様の一言一言が、これからの20年を歩む大きな原動力になります。どうぞ宜しくお願いいたします。

