



認定実技試験

平成23年8月29・30日

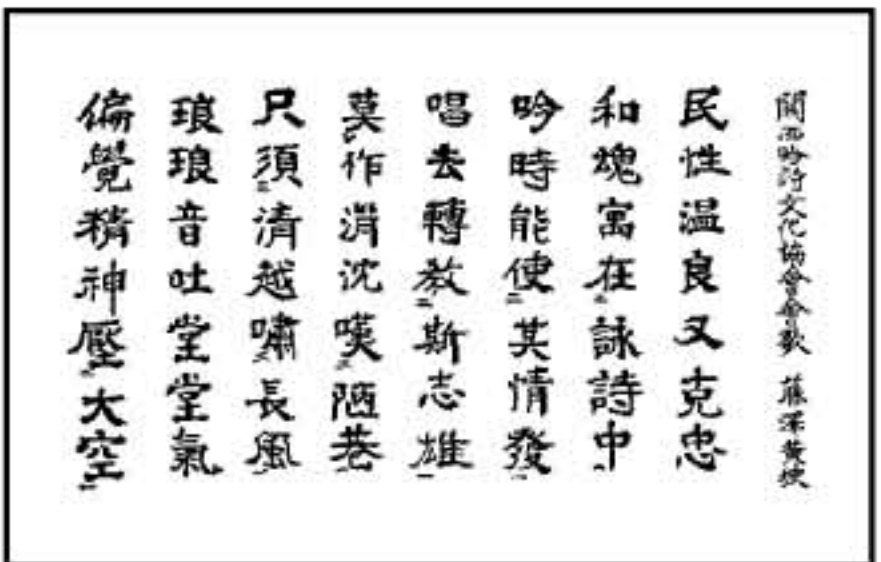
今年も認定実技試験がおこなわれ、開催6年目で初めて全員合格しました。おめでとうございます！





涼しくなって朝晩肌寒いですね。日中は息子に遊んでもらい、汗だくになりながらも毎日花粉と戦っている樋川です。みなさんお元気ですか？ 今回はわたしが所属している関西吟詩文化協会の会歌を紹介します。前回、宮崎東明先生の略伝を記しましたが、東明先生がこの協会の二代目会長です。そして東明先生に詩を指導されたのが初代会長の藤澤黄坡先生です。先祖代々漢学の名門で、関西唯一の漢学塾「泊園書院」の院長をされた方でもあります。

～民性温良にして又克く忠なり 和魂寓して詠詩の中に在り
吟ずる時は能く其の情をして発せしめ
唱え去って轉斯の志をして雄ならしむ
作す莫れ消沈して陋巷に嘆ずるを 只須らく清越長風に嘯くべし
琅琅たる音吐堂堂の氣 偏に覚ゆ精神の大空を壓するを～



林 眞早

〔意解〕我が国民性は温良で、さらにまた十分誠を尽くす心があり、このような大和魂は詩を詠ずる中に含まれている。詩を吟ずる時には、我々は自分の感情を湧きあがらせることができるし、歌い終われば次第に心を雄大にさせるものである。よって詩を詠ずるものは意気消沈して俗世間での暮らしがさえないのを嘆いていてはならず、ただぜひとも清らかで高い気持ちで朗らかな声を出して、勢いのよい風に乗って歌うのがいいのです。このように朗々とした吟声と、堂々とした氣勢のあがるところに、我々はその精神が大空を圧倒するほどの気持ちになっていくことをひたすらに感じることができるでしょう。

会歌は関西吟詩文化協会が主催する大会では、競吟がはじまる前に会場に集まった人全員で必ず合吟されます。400人以上が出吟し、優勝者を決めるような大会では〔会場はいくつかにわかれる〕だいたい朝9時ごろからはじまり、トロフィーを受け取るまでに夜8時をすぎることがあります。出番が遅ければ発声練習所で声の調節ができ本番まで準備することができますが、出番が早い人には朝1番は声が出にくいのでたいへんありがたい練習になります。ちなみに運よくトップバッターに当たったことがあります。礼の仕方や入場・退場の方向などの見本がないのでちがうところの緊張がありました。また、最初のほうは審査員の先生方も採点がどうしても厳しくなりがちで、出番が早いのは不利だといわれています。この会歌は「漢詩に心を委ね、清らかに朗らかに、堂々と吟じることの幸しさ」を唱えているような気がします。恥ずかしがらずに大きな声で自分らしく。私にとって元気をもらえる詩の一つです。



講師リレー連載 第12回
はりきゅう実技担当
中医問診部杏林会 理事長 稲田 善弘 先生



筆者自身は“どこそこの誰々先生のところで修業した”という経験がない。つまり、この業界の生え抜きではなく一般医療畑からこの世界に入ってきた。徒弟制の色濃く残る時代背景の中、斯会の先達には随分ご迷惑をおかけした（のかもしれない…）。

行岡鍼灸を卒業して就職したのは民医連（全日本民主医療機関連合会）系列の病院だった。50床程度の有床診療所に毛の生えたような小規模病院だったが、共産党系医療機関であったためにとにかくどんな患者であれ（救急も含めて）一切断るなというのが至上命令で、なんでもかでも受け入れた記憶がある。

配属された東洋医学科は医師1名・鍼灸師7名・事務員2名の大所帯で、一日の患者数は鍼灸患者だけで外来・入院あわせてゆうに100名を超えた。ところが入職した翌年の春に医師である東洋医学科長と先輩たちとの対立で鍼灸師が筆者を除き全員退職するというたいへんな事態に遭遇したのである。関連医療機関から何名かの応援は来たものの、休診にするわけにもいかず、その日から右も左もわからぬまま“臨床経験1年”の筆者は日に30～40名の患者を担当せざるを得なくなった。いま思えばこの時期の経験は何物にも代えがたい一生の宝となっている。筆者の施術所には50名以上の鍼灸患者来院があるが、肅々と診療できているのもこの時期の経験があるからこそだと自負している。

その病院の在職中に専科教員免許を取得した。1988年に奈良県で開業し、母校に奉職したのが1990年だから、20年以上教員を続けていることになる。それら経緯の中で声を大にしたい。現状の鍼灸師養成課程に決定的に不足しているのは、医師養成課程において俗にポリクリ（ポリクリニック）やクリクラ（クリニカル・クラークシップ）などと呼ばれるベッドサイドティーチングを中心にした臨床実習である。医学生も多くは5年次から1年～1年半程度、大学附属病院あるいは市中病院などの院外施設で臨床実習をおこなうが、筆者の知る限り鍼灸師養成課程で実践している施設はほとんどない。他校から羨望のまなざしで見られるほどの臨床経験豊かな実習系教員が潤沢に在籍する本校ですらその機能を十分果たしているとはいいい難く、向後の最重点課題だと考えている。

詳細しビューシート2

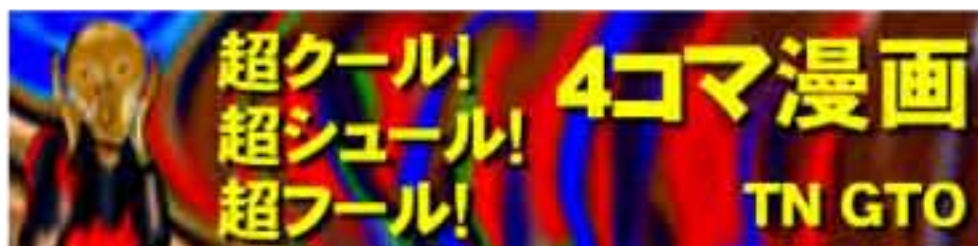
リサーチ

東洋医学の総合商社

開業サポート
医療機器
鍼・灸
テーピング

株式会社日本特殊医科

〒564-0038 大阪府吹田市南清和園町 40-10
Tel (06)6382-6068 FAX(06)6382-7753
E-mail info@nittokumedic.com
www.nittokumedic.com



ブログ

20XX.10.XX

今日は大好きなとも君とドライブ🚗
とも君どこに連れて、てくるのかな～
糸井整見て～ ごはん食べて
そ・し・て♡ ちゃ～
あ、とも君がまた📷 またあとでupします。

20XX.10.XX

今お昼食べてます。
なん・と!!
ス・キ・ヤ・キ～(♡)ノ
すごくおいし～🍴

20XX.10.XX

今、とも君と夕日を見えています。
とも君 最高!!
カッコイイ～♡

20XX.10.XX

今家についた～!!
今日は最高に楽しかった～🎵🎵
もも 今日の1枚



名医の物語シリーズ 第六話

医神・薬王

孫思邈



孫 杰

孫思邈 そんなにばく 541 年- 682 年?
エー141 歳? これは不正確かもしれない
が、一部の資料には 107 歳まで生きたと記載
されている おそらく長寿の「仙人」の 1 人
であることはまちがいないであろう

孫思邈は中国唐代の医者・道士 中国ないし
世界史上有名な医学者・薬物学者・薬王とも
称され、多くの中国人は彼を医神として奉っ
ている

歴史上の多くの医者が名門の出身か医家出身だが、孫思邈はいずれでもなく、
貧しい家で育てられ小さいときは病弱だったといわれている。彼は 7 歳で学業を
はじめ、日に暗誦すること 1 千字あまり、百家学説や老荘思想・推歩・数術などに
精通していた。随の文帝の時に国子博士に招聘されたが、病氣と称して出仕しな
かった。唐になって太宗李世民が彼に爵位を授けようとしたが固辞した。生涯名
望を求めることがなく、医学に専念した。彼の大作『備急千金要方』30 巻は、医
学道德の規範・臨床知識・婦人・小児・内科・外科それぞれの病証と解毒・救急・食治・
養生・平脈・鍼灸・輸穴主治・導引などを述べている。東洋医学概論の「五行色体表」
の誕生は孫思邈の功績ともいわれている。70 歳過ぎた頃『千金要方』の不足を補
うために、孫思邈はさらに『千金翼方』30 巻も書きあげた。彼は医学史上はじめて
導尿術を採用した人であり、羊鑿〔羊の甲状腺〕で風土病甲状腺腫を治療し、
動物の肝臓で夜盲症を治し、牛乳・豆類・穀白皮で脚気を予防治療したりして、現
代からみても「おみごと」な治療をしている。『千金要方』と『千金翼方』は後
世の医学の発展に大きな影響をあたえた。

また、孫思邈は死人を生き返らせるといった物語も残されている。ある日、孫
思邈は往診の帰りに棺を担いでいく葬列と遭遇した。よく見るとその棺の底から
はぽとぽと血が滴って落ちている。不審に思った孫思邈は行列に泣きながらつい
ていく老婆に「いつ亡くなったのか」と尋ねた。孫思邈が医者であることが
わかると老婆は「一人娘が難産で二晩苦しんで出産できずに数時間前に死ん
でしまった」といい、泣きながらどうか生き返らせてくれと懇願した。棺の蓋を
開けさせると、なかの若い婦人はすでに血の気が退いて顔色は蠟のようであった。
孫思邈が脈をとってみるとかすかに触れてくる。孫思邈はまだ望みがあると思い、
すばやく鍼をとりだし経穴を定めて打った。しばらくすると妊婦の体の気が動き
だした様子で、顔に血の気がさし次第に生気が蘇ってくるのが見てとれた。妊婦
の脈が強くなるとともに、いきなり産気づき棺の中から「オギャア、オギャア」
という産声がきこえ、赤ん坊が生まれたのである。このなりゆきには、見守っ
ていた人々も驚愕し大歓声をあげてたちまち棺の周りは大騒ぎとなった。なんと、
名医孫思邈は鍼一本で母子二人の命を救ったのである。

はり・もぐさ・物理療法機器・開業設備までのトータルプランナー

株式会社 **カナケン**

大阪営業所：〒536-0008 大阪市城東区関目 3-16-11 電話：06-6935-3016 FAX06-6935-3017

*横浜（本社）・大阪・新潟・福島・仙台・千葉

<http://www.kanaken.co.jp>



現在、先生はカービング&タイフラワーアレンジメントの展覧会が開催されているタイへ。年に数回タイへ行き現地の師匠に新しい技術を習っているので、私も新しい技術を教われるはずなのですが、残念ながらまだまだそのレベルまで達していません。来年の夏にはフルーツカービングが習えるようにソーパークービング初級編残り 8 レッスンがんばりたいです♪

今後も完成作品を紹介するので楽しみに☆



東洋医療専門学校
教務部 鍼灸師学科

〒532-0004
大阪市淀川区西宮原 1-5-35
06-6398-2255

<http://www.toyoiryo.ac.jp>

「おもしろくない」と評判だった inspiration が、ようやくついに連載終了となりました。今後は謎の新講師「M」に期待したいところです。新連載にあたって M に告ぐ。締め切りはちゃんと守りなさい！ そんなばく～！
【変酋長】

今回はチューリップのソーパークービング。

パツと見た感じ、華やかさがなくかんたんに作れるように見えますが…。実はチューリップの花の形状[ラグビーボール状]にカービングするのが意外と難しく時間がかかりました。



【ソーブを四等分にカット】



【ラグビーボール状に形成】



完成 !! 手前が私の作品、奥が先生の見本

～現在、先生がタイで作成している作品たち～



一番ポピュラーな
スイカのカービング

Atelier ORIENTAL PRINCESS



色が鮮やかなタイの
ソーパークービング



『オンライン宿泊予約サイト』

<http://www.myyado.com/55/>

お得意さまコード 92127

簡単な登録

入会金・年会費無料

旅館・ホテルの空室検索～ご予約がいつでも可能なオンライン宿泊サイトです。
思い立ったらお気軽にネットでご予約を！

ーさわやかな旅立ちー

名鉄観光

MEITETSU WORLD TRAVEL, INC.
梅田支店: 〒530-0027
大阪市北区堂山町 3-3
電話(06)6311-6621

小松武史先生特別講義

平成23年10月18・19日

カリフォルニアスポーツ医学センター代表 東洋医学博士 鍼灸按摩マッサージ指圧師 カリフォルニア州公認鍼灸漢方医
NATA 公認アスレチックトレーナー 世界水泳2007 USA 代表水球チームアスレチックトレーナー エンペラー大学院東洋医学科特別講師
東洋医療専門学校 特別講師 現在、ロサンゼルスとロング・ビーチにクリニックがある

小松先生には 2008 年から特別講義を受けもっていただいています。小松先生主催の鍼灸実技セミナーやテーピングセミナーが本校で開催されたこともあります。今年も鍼灸師学科の昼・夜間部ともに特別講義を担当していただきました。昨年度卒業された大内さんも小松先生のクリニックからほど近い UCLA に留学しているため、先生の LA でのセミナーを手伝っておられるとのことでした。



昼間部3年生 高尾 郁美さん

「どんな治療もまずは基本治療から」小松先生が特別講義のなかでなんでもおっしゃっていたことばです。あたりまえのように聞こえることばかもしれませんが、あの講義を受けるとこのことばはもっと奥深い意味をもつ重要なことばとなり、あの瞬間からわたしの座右の銘となりました。

この特別講義は腹部の瘀血処置からはじまりました。わたしがこの講義に引きこまれたのはこの瞬間からでした。なぜなら患者役に選ばれた人の主訴は「首が痛い」だったからです。脈診も舌診もなしにまず、いやいきなり瘀血処置からはじまり、たった2穴に刺鍼するだけで腹部の瘀血がとれ、主訴の「首が痛い」もほぼとれてしまいました。小松先生はどんな治療もまず、この瘀血処置からはじめるとおっしゃっていて、前述の基本治療とは瘀血処置だったのです。首の治療をする前に瘀血処置をすると首の痛みがほほとれる。衝撃的ということばがきれいにあてはまる治療でした。その後、少し残った首の痛みの治療などいくつかの衝撃的な治療を教わりました。ここでは書きあらわせないほど濃い90分の講義となりました。

わたしがこの学校に入学した当時「鍼灸師になりたい」という漠然とした目標しかありませんでした。けれど3年生の今にいたるまでたくさんの授業を受け、具体的にどんな鍼灸師になりたいかというものが確立しつつあります。もちろん今回の小松先生の特別講義もそのひとつです。鍼灸師の数だけ鍼灸の治療法があり、それが

鍼灸のおもしろいところだと思います。いい治療は盗んで、それに自分なりの考えや経験を足していく。そうやって1人でも多くの人を治したいです。そのために日々精進。そんな気持ちにもさせていただいた特別講義でした。小松先生ありがとうございました。



夜間部1年生 増田 憲一さん

学校のホームページで小松先生の名前と顔は知っていたが、実際はどのような実物でどのような考えをもっている方なのかはわからず、はじめは期待と緊張が入り交じった感じだった。ところが小松先生の入室後のあいさつで緊張感がいい意味で一気に抜けた。はじめは「この人軽いなあ」という印象を受けた。しかし話を聴いているうちに、軽く見せているけれども中身はしっかりと芯があり行動力のある人なのだということがわかった。22歳で卒業し、その年に現場へでていきなり第一線で活躍し、海外へでるときも「自分はこういうことをしたくてこんなところで治療をしたい」という思いででて行く。その行動力のすごさ。迷ったり考えたりすることもだいじだと思うのだが、それよりもまず動いてみよう行動を起こしてみよう！といわれている気がした。

入学から半年が経過し、日々の勉強に追われ入学前に思い描いていた夢や希望が薄れつつあったが、改めて自分は将来どんな治療家になりたいのか、そのためにはどういう行動を起こすべきか、夢や希望そして目標を見失わずになにごとも無駄にしない、ということをもう一度思いださせてもらえる講演だった。

将来は鍼灸師の資格を取得し、さらに柔道整復師の資格も取得するつもりである。骨折・脱臼・捻挫などのケアとともに、身体の内面へもアプローチし、病気やメンタル面をケアすることで患者さんに必要とされる治療家になりたいと考えている。また、小松先生のようにスポーツの現場の第一線で活躍されている人のサポートもしていきたいので、小松先生の「即効性のある治療法」に非常に興味がある。まだ1年生の若輩者でわからないことばかりだが、今後小松先生のセミナーに参加し勉強させていただき、先生のように将来活躍できるようがんばっていきたい。

お忙しい中、わたしたちのために貴重なお話をさせていただき、本当にありがとうございました。





歴史ツーリング

内山 史郎

岩国・下関の巻 其の貳

さて、今回は山口県光市や上関、そして岩国の歴ツーを報告した。坂本龍馬・吉川広家らが登場人物で、幕末あり関ヶ原合戦ありとみなさんには時代をかけめぐっていただいた。今回は岩国から下関にバイクをむけて、日清戦争下関講和条約の話をしたい。ツーリングの目的の1つである壇ノ浦をこの目で見たいとの希望もあったのだが、話が源平合戦になってしまい千年前に遡る。いつになるかわからないが「義経の巻」で紹介したい。いつもながら予告ばかりでもうしわけない。

バイクは岩国市から防府市に着いた。もう夕方近くになり、防府駅前のビジネスホテルに宿泊予約した。わたしのバイク旅は夕方になると飲み屋街近くのビジネスホテルに素泊まりと決めている。黄昏時、街に出て赤提灯に照らされ、暖簾を手押しする。おいしいお酒と肴が味わえる至福の時だ。防府では汚い飲み屋〔ある程度古びていて趣がある〕で焼き物セット+飲み放題で1980円をたのんだ。海のもの・ホルモンと多品多量で美酒に酔った。

翌早朝から高杉晋作が信仰した防府天満宮で合掌し、毛利氏伝来品2万点を展示する毛利博物館で小冊子『毛利氏の関ヶ原』を購入し、井上馨が明治に建てた毛利氏邸および庭園と巡り、山口市の瑠璃光寺国宝五重塔に寄り、下関市にまだ陽がある夕方に着いた。今夜も飲み屋街〔今日は唐戸〕で素泊3500円のホテルを見つけた。チェックインして現地観光パンフをもらい、観光プランを練る。少し時間に余裕があるので、まずは坂本龍馬の下関宿舎である本陣伊藤邸跡に寄り、壇ノ浦の合戦に敗れ関門海峡に入水した安徳天皇を祀る赤間神宮で

合掌した。人影も少なくなった神社を散策すると思いがけなく「日清講和記念会館」を発見した。この時、わたしの頭は幕末のことでいっぱい、日清講和条約が下関でおこなわれたことをすっかり忘れていた。浅田次郎の

小説『蒼穹の昴』〔平成8年発行〕から中国・清時代末期には興味をもっていた。記念会館は、到着時間が遅くすでに閉館していたが、頼みこんで入場させてもらった。歴史バカの情熱は強い。世のなか知的欲求と知的好奇心を強く熱望すると善人はあっさりこれを受け入れてくれるようだ。一人占めの「日清講和記念会館」は思いのほか明るく、全権大使・李鴻章と内閣総理大臣伊藤博文と外務大臣陸奥宗光が1905年割烹旅館・春帆楼〔ふぐ料理公許第1号店・現在も営業〕でおこなった講和会議の調度品がそのまま部屋ごとガラスで囲われて保存されていた。椅子もテーブルも、掛け軸もペンもなにもかも100年前のままだ。日本の要求でフグのように膨れあがったであろう李鴻章の椅子は目の前にあり、歴史オタクには触りたくてたまらない衝動をおぼえる。当時、外国列強から尊敬される人物として李鴻章は中国史上高名な政治家である。彼は軍隊を組織して日本の野望に對峙し衝突するようになり、結果日清戦争が起こる。この戦いは国家間の戦争というより、李鴻章の個人の軍隊〔軍閥〕と日本国との戦争といわれている。ともあれ一個人の軍隊に勝利した日本は増長し、帝国主義に走り軍国主義化の道を暴走することとなる。ここに登場した2人、晋作の志である奇兵隊・隊士伊藤俊輔〔のちの博文〕、龍馬の夢である海援隊・隊士陸奥陽之助〔のちの宗光〕と呼ばれていた時代が日本史としておもしろいと思うのはわたしだけではないだろう。さあ！今夜は林芙美子生誕地、松本清張や詩人金子みすずの縁の地、下関市唐戸で河豚を食べにいくことにする。次回はできるだけテーマの高杉晋作の話にしたい。

バイク走行地図



手づくり居酒屋

駅前屋

地下鉄新大阪駅南口すぐ



日清講和記念会館



ガラスで囲まれた百年前そのままの日清講和会場

北の国から

山口 隆平

秋 2011

みなさんは札幌時計台をご存知だろうか？ 札幌の観光スポットのメッカとして有名だが、日本三大がっかりスポットとしても有名である。

どこががっかりなのか。下の写真を見れば一目瞭然。観光案内やガイドブックでは青空のなかたたくむ、いかにも北海道らしい姿で写しだされ行ってみようと思うのだが、実際に行ってみると、そこは交通量や通行量の激しい札幌中心部で、時計台を取り囲むようにオフィスビルが林立しているのである。観光ガイドの写真の撮影テクニックに脱帽するばかりなのである。

札幌駅から徒歩5分。注意深く探さないといつのまにか通り過ぎますよ。

札幌時計台：札幌市中央区北1条西2丁目

札幌グルメ

時計台を見学したあとは、札幌でうまいものを食べに行きましょう。今回紹介するのは「塩ホルモン」。北海道で肉といえば豚肉になります。焼肉でも豚肉が好きです。すき焼きにも豚肉。焼き鳥でも豚肉。とにかく豚肉です。塩ホルモンも豚の腸です。新鮮な豚のホルモンを塩ダレにつけていただくシンプルな食材です。ハマることまちがいないです。塩ホルモンだけでご飯が何杯も食べられます。札幌の焼肉屋ならたいがいのお店にあります。お勧めのお店は「炭や」さんです。とにかくうまい！安い！！〔一人前300円〕 けど臭い！！〔大阪で食べると苦情殺到になるかも〕。札幌に行った際はぜひご賞味ください。



Go Go !! 卒業生

4期生 宝満 恵さん



宝満さんは今年3月まで大阪で就職していましたが、縁あって本校非常勤講師の井上先生が院長をされている博多の鍼灸整骨院に4月よりオープニングスタッフとして勤務しています。単身福岡への移住にはそれなりの決心がいったと思いますが、井上先生指導のもと開院まもない治療所を盛りあげようとがんばっていました。8月博多への出張ついでに後藤・真田で訪問し、手技の指導をさせられました。井上先生のもとでしっかり成長していったほしいものです。博多にお立ち寄りの際は、ぜひ訪問してあげてください〔保険証持参で！笑〕。

さみ鍼灸整骨院 博多区神屋町4-13 神屋町ビル一階 092-409-3261



タフリー
使い捨て針
シリーズ
和鍼／無菌鍼／
円皮針／皮内針
六角針管



タフリー
人体模型

高品質の医療用具を低価格で。



医療用具
全 般

商品に関するお問い合わせは…



株式会社タフリーインターナショナル

〒650-0031 神戸市中央区東町116-2-5F
TEL.078-326-7688 FAX.078-326-7815

フリーダイヤル **0120-45-7688**

<http://www.tou-free.co.jp/>

●全国の治療院の検索ガイド

<http://www.tiryouin.com>

今月号で連載 Inspirationを終了します

私生活の出来事や花言葉・散打といった、その時に思いつくまま書いてきましたが、Inspirationで連載していくことの難しさを痛感し、自ら幕をおろすことにしました。

かわりに来月号より新講師による新連載がスタートします。
その名も…



INSPIRATION
宮武 大貴

チュウチュウトレーニング

新講師 M

みなさま、なにとぞよろしくお願いいたします 宮武 拝





8月にLAからペンシルベニア・ボストンに行ってきた。LAは用事があったのと、今年卒業した大内真由さんがUCLAに留学しているので、現地で会うことにした。



UCLA メディカル・センターはサンタモニカ市内とロサンゼルス市内に主要医療施設を有し、ハーバーUCLA メディカル・センター [Harbor-UCLA Medical Center]、オリブ・ビューUCLA メディカル・センター、そして西海岸最大の非営利私立病院、セダーズ・サイナイ・メディカル・センターにて医療教育をおこなっている。1981年にUCLAのメディカル・センターの准教授・マイケル=ゴットリーブが世界で初めて、後にAIDSと命名され世界中に知られることとなる症状を診断し世界にその名を知られた。

このメディカル・センターはマイケル=ジャクソンが最後に運ばれたところだ。なかに入ったが、院内の撮影はNGなので外観だけご覧いただきたい。M=ジャクソンとわたしは同い年だった。この場所にきたのも偶然なのだろうか。マイケルに「次はキミにバトンを渡すよ」といわれたような気がする。You Are Not Alone。



ボストンではニューイングランド・アクパルクチャースクールに行ってきた。部外者はNGだが特別に研修をさせてもらった。キー子先生の力だろうか。ここのシステムはおもしろくて、卒業生は30時間以上の臨床経験をしないとライセンスがもらえないらしい。臨床といっても患者さんは50ドルの治療費を払ってきている。研修生も40ドル支払う。ここではスパイザーとして先生がつくが、基本的に施術はおこなわない。あくまでもアドバイスのみ。そうしないと実際に自分のテクニックが確認できないからだそうだ。わたしと2人で写っている彼女はグレース【写真右上】。彼女は鍼灸師で施設のブースを借りて患者さんを診ている。このシステムは導入してもいいかもしれない。アメリカでの鍼灸もレベルはわりと高い。日本も負けてはいられませんね。



みなさんヨガライフ楽しんでいますか ??

わたしは夏が終わってからは運動をサボりぎみですが…。食べるのがすきなので、食欲の秋に負けないように今から体を動かさなければ恐ろしい冬を迎えることになってしまいますよね。うちの家は体質的に危険な家系ですので気をつけていないとすぐに大きなボディーになってしまいます。

今回紹介するポーズはサンスクリット語から日本語への訳がバラバラなので、サンスクリット語の表記もいれています。ちなみに、わたしはいつも日本語で〇〇のポーズと表記していましたがヨガのポーズ〔アサナ〕はサンスクリット語〔=梵語〕が世界共通のポーズ名になります。サンスクリット語はインドの古語で、日常的に使われることはないそうです〔ヨーガということばもサンスクリット語です〕。

今回の「半蓮華座のねじり」「立位の片脚の前屈」とともに関節に負担がかかるので、体があまりにも固い方は気をつけてください。自分のペースで無理なくおこなってください !! 寒くなってくるので外出や運動の機会がめっきり減ってくるので、まだはじめてないあなた !! ぜひお試しあれ。



半蓮華座のねじり

アルダ・パドマ・マツチェンドラ・アサナ



立位の片脚の前屈

パールシュヴォッターナ・アサナ

- 1 長坐位から、右ひざを曲げてかかとを身体に引きつけ、左太腿の付け根におく

2 上体を右にねじり、右手を背中から後ろにまわして右足の指先をつかむ

3 左手を前方に伸ばし、左足の指先をつかむ

4 顔を右にむけ、5呼吸おこなう
- 1 山のポーズで立ち、脚を前後に開く

2 両手を背中へまわし背中で合掌する【無理しないでください】

3 肩の前部を大きく開き、胸を広げるように息を吐きながら上体を前に倒していく

4 あごを引いて、額を右のすねにつけるようにして5呼吸おこなう

ACUPUNCTURE AND MOXIBUSTION 鍼灸

英語講座担当 南 雅子 先生

今夏も松浦先生と清藤先生がアメリカに行かれました。松浦先生からボストンやカリフォルニアの鍼灸院や鍼灸の学校の資料をお借りすることができました。せっかくの現地からの資料なのでお断りして使わせていただくことにしました。かなりの量なのでどれにしようかと迷いましたが、実際にアメリカの数ヶ所の鍼灸院の間診票のなかでよく使われていた単語をいくつかとりあげてみることにしました。



clinic	診療所	ほとんどの鍼灸院がクリニックを院名の後に使っています clinical/clinic hours 診療時間です
symptom	症状	臨床症状として clinical condition も使われていました
treatment	治療・処置	treatment の前には具体的な治療をあらわす語を使いませんが、therapy は方法や目的に従った特定の治療法をいうときに使います Judo therapy 柔道整復 etc.
complaint	愁訴	カルテで使われている CC は chief complaint 主訴の略語です 主訴は main complaint ともいいます
appointment	予約	医療関係やビジネスの場や弁護士などとの予約をする時にもちいます * reservation 飛行機やホテル・レストランのテーブル・コンサートの座席の予約などにもちいます
signature	署名	sign「サインする」の名詞 意外に知らない人が多いのですが、ぜひ覚えておいてください

Thank you !



これから旬をむかえるブロッコリーはキャベツの変種で、つぼみ状態の花と茎が食用になる。その栄養価は非常に高く、特にビタミンCとカロチンの含有量は群を抜いており、野菜果物界でも抗酸化作用のレベルはトップクラスだ。そしてあまり知られていないが、ブロッコリーは強い抗炎症作用を持つオメガ3脂肪酸を含んでいる。魚や植物油、ナッツ類ほどではないとしても、ブロッコリーがあぶらっけの無い野菜であることを考えればなかなかのレベルだ。

スルフォラファンというフィトケミカル〔必須栄養素ではないが健康にいい機能を持つとされている植物由来の栄養成分〕が含まれており、体内の有害物質を無毒化し、体外に出すという解毒効果をもつ。強力な抗酸化作用と抗炎症作用、そして解毒作用というコンビネーションからガン予防というはたらきを持つことが発見されたことでブロッコリーの地位はかなり向上した。

のではないだろうか。さらにこのコンビネーションはガン予防だけでなく、アレルギー症状を抑えるはたらきもかなり強い。

アメリカ国立ガン研究所〔The National Cancer Institute〕では健康と食べ物との関連についての研究がすすめられており、そのなかから「デザイナーフーズ」と呼ばれるガン予防に効果がある食品がピラミッド形にまとめられている。ブロッコリーが属するアブラナ科植物は高く評価されている。ちなみにキャベツ、そして記載はないが青汁でおなじみのケールという野菜もアブラナ科の野菜だ。

新鮮なブロッコリーは濃い緑色でかたくしまっている。紫がかったものはたくさん光を浴びて育った証で栄養価が高いしるしだが、黄色っぽいものは避けよう。茎の部分もかたい皮を剥けば中心部はやわらかくてとってもおいしく食べられる。さらにブロッコリーの種を発芽させたスプラウト、単純に言えばブロッコリーのモヤシにガン予防効果が一番強い。確かにスーパーではほかのモヤシたちに比べて結構お高め値段がついている。

ブロッコリーというどうしても「つけあわせ」「お弁当の彩り」というイメージが強いが、その効果を最大限に享受するためには両手に山盛りの分量を週2回以上食べることが目安になる。一瞬気弱になりそうな量だが、小ぶりのブロッコリーなら1人1個、大きめなら2人で1個程度の量だ。もっとも効率よく栄養素を吸収したければ生でバリバリと食べよう〔ちなみにアメリカ人はブロッコリーもカリフラワーもマッシュルームもニンジンも生のまま、馬のように食べる〕。おいしさ優先で食べたいならば蒸すとよい。マヨネーズをつけて食べるのもよいが、わたしが一番よくやるのは鍋に3cmくらいの湯を沸かし、ブロッコリーと一緒にニンニクと塩少々を入れてふたをして3分ほど加熱し、ざるにあけてそのまま食べるという方法だ。水にさらさないため、余熱で多少やわらかくなるが水っぽくならなくておいしい。スプラウトはサンドイッチにはさむとモサモサ感が減って食べやすくなる。わたしのおすすめはツナとアボカドとスプラウトのサンドイッチだ。ちなみにブロッコリーとスプラウトと一緒に食べると酵素のはたらきによってガン予防効果は倍増する。ふつうのスーパーで手軽に買えるブロッコリーだ。モリモリ食べようではないか。



上位にある食品ほど重要性が高いが、ガン予防効果のランキングではない。毎日の食事にこれらの食品を積極的に取り入れればガン予防の可能性が高くなる。また、ピラミッドに記載されていなくてもガン予防に効果があると考えられている食品は多くある。



オープンキャンパスのデモ実技の感想 6期生 松本 佳之

去る8月6日(土)のオープンキャンパスで、卒業生に出演してもらい学校見学者の前で学校生活や就職に関する話と実技デモを披露してもらう卒業生イベントがおこなわれました。そこで白羽の矢がたったのが、現同窓会会長で昨年卒業された松本佳之さん。イベント終了後に一文を寄稿してもらいました。

今回、オープンキャンパスのデモ実技の講師を依頼されて、はじめは「ぼくごときがそんな人前で見られながら鍼の実技をするなんて…」と戸惑いを感じていました。でも、だれでもできる経験ではないし、数年前に自分が受けたオープンキャンパスを逆の立場で見ているのもおもしろいかなと思い承諾させてもらいました。

当日、実技室に入りオープンキャンパスの参加者の前に立ってみると、数年前に自分が受けた、あのドキドキした感覚がよみがえりながらも、逆の立場に立っている自分に不思議な感覚を感じました。そして、卒後の自分は整骨院勤務を経て現在は整形外科に勤務していることなどをふくめ自己紹介をして、デモ実技を開始しました。参加者に鍼治療の体験を募ってみると、下肢の冷えに困っているという方がでてこられました。自分としては「肩コリ・腰痛などの治療で無難に済むだろう」と考えていたので、あまり治療をすることのない症状で、しかもデモ実技の短い時間で対応できるのか、ちょっと心のなかでは戸惑ってしまいましたが、そこは社会人を十数年過ごした経験と今まで自分が勉強した知識と経験をフルに活用し、なんとか対応しました。次に二人目の体験者を募ると、学校のクラブ活動で肩を痛めたという方でしたので、「これなら無難になんとかなるかな。」と少しホッとしながら実技を進めていきました。

デモ実技の後には、参加者の質問に答えて、在学時の思い出や、当時は嫁・こどもの家族がいながら派遣社員をして通学していたことなどを話し、ぼくの講師としての時間は終了しました。

オープンキャンパスに参加した当時の自分を振り返ると、はじめは東洋医療に対してあまりいい印象がなかったのですが、ただ学生と教員の距離が近く「なんでも話しやすそうだな」というのは印象に残りました。それはほかの学校のオープンキャンパスにでて特に感じたことがいで、最終的にはそれが東洋医療に入学する決め手であり、入学して本当によかったと思える点でした。

今回オープンキャンパスに卒業生として参加させていただきましたが、今のぼくごときが鍼のすごさを体感させるのは無理があるので「こんなヤツでもこんなことができるんや！」てなことでも感じてくれて、東洋医療専門学校に入学するきっかけにでもなってくれたらと思いました。

岡本太郎

太陽の塔 大阪府吹田市 日本万国博覧会で丹下健三ら建築家を説き伏せて、大屋根をつきやぶるように屹立する姿は壮観 過去・現在・未来の3つの顔からなる テーマは「ペラボーなもの」 取り壊しの話も何度かだが、現在では永久保存が決まっている 内部一般公開や黄金の顔の点灯など現在もさまざまなイベントが催されている

1996年に84歳で亡くなった岡本太郎は、今年が生誕100年となり全国各地で岡本太郎関連のさまざまなイベントやプロジェクトが催されている。太郎といえばメディアに露出する際の奇行や衝撃的な発言ばかりが印象に残っているかもしれないが、漫画家と作家という創作を糧とする両親のもとに生まれ育ち、東京美術学校〔現東京芸術大学〕に進学、18歳でパリに留学するなど、芸術家としてはいわばエリート育ちで、名実ともに昭和を代表する芸術家といっていーいだろう。また、パリでは相当な短期間でフランス語に習熟し、さまざまな学問を修めた当時としてはたいへんなインテリでもある。

今年あらためて多くの太郎の作品を見たが、作風は現在でも古さを感じさせず、かといって新しさも感じさせない。これは太郎の作品がきわめてプリミティブでなものに根ざしており、いわば人間の力強さや生命力の原像をイメージして作られたものであるからだろう。生命の原動力を具現化した作品群は、刺激的だが次々と消費されていく近來の作品とは一線を画する。現に太郎は縄文時代の土器やラスコーの壁画やアフリカなどで作られた仮面などプリミティブな作品を称えることばを多く残している。これはパリ留学時代にシュールレアリストたちと交流をもつなどモダンアートの刺激をうけると同時に、マルセル・モースに学んだ民族学をはじめ【なんと同学にはレヴィ・ストロースもいたそうだ】、哲学や社会学などさまざまな分野でかれに大きく影響をあたえたからだろう。

ただこれら本来のプリミティブな作品と太郎の作品が異なる点は、太郎の作品が努めてプリミティブであろうとして生み出された作品であるという点ではないだろうか。プリミティブな作品は文明から遠く自然に近く、学問から遠く無学に近く、商品から遠く無償に近く、情報から遠く広面に近いところから生まれる。おそらく太郎は縄文土器や土偶などを目指しつつも、決してそれを超えられない蹉跎を踏んでいたのではないだろうか。しかし太郎の才能は限りなくそれらに近づく洞察力和表現力をもっていた。現代でもかれの作品が色あせず愛され続けているのは、太郎の人間的魅力とともに、それをみる人が作品のなかに人間の根源的なところをゆさぶるなにかを感じているからだだろう。

地底の太陽 大阪府吹田市 太陽の塔には実は第4の顔があったが、現在行方はまったくわからなくなっている 生誕100年のイベントの1つとして、当時の写真をもとに復活させるイベントが万博記念公園でおこなわれた [10月10日終了]

みつめあう愛 大阪府吹田市
実は江坂は隠れた太郎スポット。道路をはさんで2点の太郎作品が鑑賞できる。1つはダスキン本社ビルの壁面に展示されており、誰でもみることができると迫力の巨大な胸壁面。

であい 三重県伊勢市
三重県営サンアリーナ敷
地内にあるモニュメント
三重県世界祝祭博覧会
のときに作られた 金銀 2
対の像からなり、金色が
男・銀色が女

リオちゃん 大阪府吹田市
江坂にあったカーニバルプラザという
ストランの看板 閉店にともない解体
危機にあったが、ダスキン本社の目の
にある豊津公園に移転され、復活した

こどもの樹 東京都渋谷区
総合児童センター「こどもの城」
の敷地内にあるモニュメント。八
方にのびのびと伸びる枝の先端
に、さまざまな顔が花開く。

明日の神話 東京都渋谷区 メキシコのホテルに展示される予定だったが、建設が頓挫し行方不明になっていた 2003 年発見され、壮大な修復計画ののち各地で誘致合戦がひろげられたが、結局渋谷区が選ばれた 渋谷駅連絡通路に設置され一般公開されている 水爆作製の瞬間がモチーフで、ピカソのゲルニカにも匹敵する作品 太郎の絵画作品としては最大

温灸器 バンシン

BANSHIN

65℃の温熱刺激が
ポータブルになりました。

BS-10
医療機器承認番号
220AGBZX0008100

- 1クリックで安定した65℃の温熱刺激
- 刺激時間は火傷の起きにくい0.4~1.0秒
- 胸のポケットに入りいつでもどこでも使用可

磁気加振式温熱治療器 ホットマッソー

HOT MAGNER

磁気＋振動＋温熱治療で細胞を蘇らせる
治療器のベストセラー。

EMC
適合

HM-2SC-A
医療機器承認番号
15900BZZ01118000

URL <http://www.chuoms.co.jp>

株式会社 チュウオー

本社・大阪営業所 〒665-0874 兵庫県宝塚市中筋1-9-32
TEL.(0797)88-2121(代) FAX.(0797)88-1313