





餃子は中国人だけの食べ物ではなく、日本の方にも好かれています。現在ではいつでも食べられますし、ポピュラーな食べ物になっています。それにしても、中国人にとってお正月の食卓に欠かせない存在であることは変わりがありません。日本では焼き餃子が主流ですが、中国では焼き餃子も食べるものの、メインはやはり水餃子です。

餃子の歴史を探ると、中国春秋戦国時代のお墓の埋葬品として発見されているので、少なくとも2500年前に遡ります。餃子中身の具材はいろんなものが使われていますが、作り方はたいてい同じです。伝説によると一昔皇帝の膳作る料理人である蘇巧生という人がいました。大晦日の前日、彼は皇帝に99品の料理を作り上げ、皇帝を大満足させました。あと最後の一品ができたら、自分もお正月家に帰ることができ、家族といっしょに大晦日を過ごせるかと思いながら、その大事な一品はなににしようと一生懸命考えました。仕上げたのは羊肉のミンチと野菜とミックスにした具材を小麦粉で作った皮で包み、熱湯で沸騰させ、皇帝に献上しました。あまりにおいしくて皇帝は大喜び。するとこの餃子はまずお正月の皇族の食卓に登場しましたー。



















一方、餃子の皮は丸く、具材をたっぷりいれ、 形が昔のお金の形をしているので、豊かさと富の 象徴として皇族に好まれます。時代の流れのなか、 いつのまにかワンタンという食べ物も誕生しまし た。餃子に比べワンタンの作り方はわりにかんた んで、具材は少なめ、皮は四角、沸騰させたあと スープといっしょに食用するのが一般的です。広 い中国において、北方の人々はよく餃子を食べ、 作るのも上手ですが、南方の人々はワンタンを好 み、餃子を作るのは苦手といった事情があります。 実にこれも中国の文化と深く関係しています。中 国の伝統上家の玄関に階級を象徴する「門石」が 飾られています。丸石は武官、四角石は文官を示 し、階級では武官が上、文官が下という文化は戦 争の絶えなかった旧時代において長く続いていま した。こういった文化も絶妙に食べ物にも反映さ れています。餃子は上級社会の食べ物として丸い 皮を持ちいて、ワンタンは庶民の食べ物として四 角皮が使用されます。なお中国歴代の都、皇宮は ほとんどが北方に設けられたため、北方は餃子が 流行し、お正月やお祝いなどに食卓に不可欠な存 在として今日も続いています。

汲

111

流

我

拾

扉

晚

出

兩相

如

休

他

鄉

34

苦

抱道

有

友

自

相

親

示

就

生

凝淡

中国のお正月食べ物 設子



今年は実家に帰らずにお正月を過ごした樋川です。みなさん、お元気ですか? 去年の 12 月 3 日で 27 年度の大会はすべて終わりましたが、大きいトロフィーをもらって帰ろうとデッカイ袋を隠して大会に挑みましたら、案の定入賞止まりでした。今年は「欲張らない」が課題です。みなさんの目標・課題はなんでしょうか?

1月になると、もういよいよ国家試験間近といった雰囲気ですね。 近所の図書館に行くと、学生さんが朝から晩まで机にしがみついて勉強

している姿を目にしました。席取り合戦のようになるみたいですが、風邪の菌が目に見えるんじゃないか? と思うぐらい空気がモワッとしていました。くれぐれも試験当日は体調万全で挑んでくださいね。人それぞれ勉強スタイルはちがうと思いますが、1人きりでするよりも友だちと励ましあいながら挑むのもいいですね。わからないところをお互い確認しあったり、他愛もないおしゃべりを楽しんだり。わたしも友だちと3人ぐらいで、いつも学校の空いた教室で残ってやっていました。見まわりのおじさんが帰りなさいよ~と呼びに来てくれたのを覚えています。家に帰っても眠たくなるか食べるかで勉強する自信がなかったというのが一番の理由で、なるべく学校で勉強しようと決めていました。勉強7割、おしゃべり3割ぐらいの感じでしたが、今思えば楽しい受験生活でした。

今回は受験生のみなさんにがんばって! の応援を込めて、 廣瀬淡窓の「塾生に示す」を紹介します。淡窓は桂林荘とい う塾を大分県で開きました。その時、田舎を離れて学問修行 するのは苦労があっても、その中に格別の楽しみもあるもの だと塾生を励ましました。

道うことを休めよ福郷舍宰茤しと 筒髄发育り買ずから相親しむ 柴扉。解。に出ずれば霜雪の姉し 碧は川流を汲め我は霧で絡わん

[意解] 一度志をたてて他郷に遊学したからには、苦労が多いなどと弱音を 吐いてはならない。ここでは一枚の綿入れを貸し合って着るほどの親友ができ、自然に親しみ合うようになるのだ。朝早く柴の戸をあけて外に出てみると、 霜が一面に降りていて、まるで雪のようで実に寒い。さぁ、これから朝の炊事に 取り掛かろう。君は川の水を汲んできたまえ、私は薪を拾ってこよう。 1782~1856 年まで在世された方で、名前は建、字は子基、淡窓を号としていました。学を好み非常に優秀だったようで 12 歳のころには七言律詩を作っています。「塾生に示す」は 1 句の中に漢字が 7 文字、起承転結の 4 句からできているので七言絶句といいますが、1 句が 7 文字で 8 句からなる漢詩を七言律詩といいます。1・2 句を首聯、3・4 句を領聯、5・6 句を頸聯、7・8 句を尾聯と呼びます。文字を言言として発する際の調子を 4 つに分類して四声といいますが、これを大きく平声(高く平らな調子)と仄声(変化する調子)の 2 つにわけ、この平字と仄字の配列順序が漢詩では決まっています。そして韻を踏まなければならない所や 2 字目が平字であれば 4 字目は仄字でなければならない等、いくつかの法則に則って作らなければなりません。12 歳でそれができてしまうのは想像できませんが、昔の人は想像を絶するぐらいの時間を勉学に費やしていたのでしょうね…。









徒でした。

灸師だけ落としてしまう残念な生いいほど勉強ができず国家試験も代のわたしは、まったくと言って

い、使えない人でした。もできない治療もまったくできなもらうことになったときは、勉強はじめて鍼灸整骨院で働かせて

患者さんの治療をさせてもらえ は院長や先輩の先生方に、教えても は院長や先輩の先生方に、教えて は院長や先輩の先生方に、教えて は院長や先輩の先生方に、教えて は院長や先輩の先生方に、教えて は院長や先輩の先生方に、教えて もらえる範囲で教えてもらいました。すなおに聞く大切さと、自分 で考える難しさをそこで教えても らいました。

す。

は、これをいったが、
を年くらいずつ勤めたのですが、そのところもちがうということで
くるところもちがうということで
くるところもちがうということで

ます。そこからそれを治療し、良ます。そこからそれを治療し、はいました。やっより会話ができないとダメなんだはり会話ができないとダメなんだはり会話ができないとダメなんだはり会話ができない話からも自分を信用してもらい あっ! そういえば最近〇〇痛いねん」みたいいえば最近〇〇痛いねん」みたいれるが、仕事をしていくうえでですが、仕事をしていくうえでですが、仕事をしていくうえで

卒業生リレー連載 第2回

2期生 夜間部 平成17年度卒業 おだ鍼灸整骨院 院長



を卒業しました。鍼灸師学科の時

科、2011年に柔道整複師学科

わたしは2005年に鍼灸師学

小田 健太 先生

は、治療が楽しくなり、同時に患者さんとのコミュニケーションをしっかりとらないと1人ひとりに合う治療をできないこともわかいます。勤めてきた9年間で身につけた会話力で患者さんとのコミュニケーションをとり、患者さんとコミュニケーションをとり、患者さんとコミュニケーションをとり、患者さんイ人ケーションをとり、患者さんイクで、ひとりに合った治療とトークで、いとりに合った治療とというでは自分で鍼灸整骨院をしています。

グルメハウス

604-8375

文

神泉苑通

西ノ京池ノ内町 7-7 パインヴィレッジ三条

大宮通

京都市中京区

ローソン・

 〈 松村生花店とグルメハウスヨシダの間 〉

 診療時間
 月 火 水 木 金 土 日 祝

 9:00~12:00
 ● ● ● ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● ● - ● - ● - ● ● - ● - ● ● - ● ● - ● ● -







あけましておめでとうございます!

2016年一発目の趣味探しは…はやりの「ボルダリング」でーーーーす! ずっとやりたかったのですが、なかなか挑戦できず、今回やっと挑戦することができました!

今回お世話になったのは、大阪市北区にある MUSHROOMING というボルダリングジムです! (家の近所です)。

受付を済ませ、専用のシューズに履き替えて早速チャレンジ! 初めての人には一から教えてくれます!



ここでボルダリングの説明をかんたんに!

ボルダリングは壁にカラフルなさまざまなカタチの石みたいなものがついていて、それを「ホールド」を呼びます。ほとんどのジムでは、使っていいホールドが難易度とコースごとに決まっていて、そのコースを「課題」と呼びます。基本的なルールは、下記の感じがほとんどです。

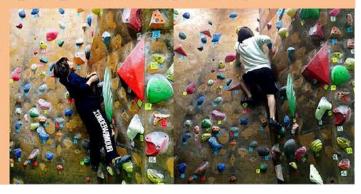
- 1. スタートホールドに手を載せて、体を浮かせる。(スタートホールド以外持っちゃダメ!)
- 2.フットホールドが限定されている時は、足を決められたフットホールドにのせて、自由なら、好きなフットホールドに足をのせる
- 3. ゴールのホールドを安定した体制で両手で3秒くらい持つか、登りきればクリア

ボルダリングジムでは、**グレード【難易度・階級】**が各課題ごとに存在し、使っていいホールドが決まっています。 色つきのテープやテープに数字が書いていたりと、コースが決められています。足が自由の課題は、テープで支持されていなくても、足はどこを使ってもオッケーです。足が限定されている課題は、足を置けるホールドも指定されています。

まずは初心者用の課題からスタートしたのですが、最初の2本は軽々と登れて案外いけるかも~と思いきや、3本目ぐらいから早くも腕に力が入らなくなりました…。次のホールドをどうやって掴みにいくかを考えているうちに限界が近づいてくるんですね~~。

最初はどうしても腕の力に頼ってしまうのですが、うまく体を使うとほとんど 力を入れずに登れるそうです。いっしょに行った友だちも、私自身も腕力・握 力ともに底をつきました。明日の筋肉痛を恐れ、今回は1時間半で終了…。

しかし!ボルダリングはかなりハマりそうな予感!!!!! 今後の松本の趣味候補暫定1位ですね! でもまだまだ趣味探しはつづきます…。それにしても、壁だいぶナメてました。



放浪記い

t

ツキー







帰ってきた ジャッキーの立ち食い放浪記

ダイエットのため「立ち食い放浪記」を一時中断していましたが、 お待たせしました。帰って来た「ジャッキーの立ち食い放浪記」! (そんなに待ってもないか) 以前、ステーキ編を載せましたが、今回は続 ステーキ編です。

大阪にもついに「ウルフギャング・ステーキハウス」が出店。ウルフギャング・ステーキハウスは、NY の名門ステーキハウスで 40 年以上活躍したウルフギャング・ズウィナー氏が独立して2004年マンハッタンに創業。こだわりのステーキのおいしさで、瞬く間に繁盛店となりました。現在では、舌の肥えた美食家をも唸らす「極上ステーキハウス」として、ニューヨークをはじめ、ワイキキ・マイアミ・ビバリーヒルズで絶大な人気を誇っています。日本国内1号店の六本木店は、アメリカ国外初出店となりました。

ただ、値段は安くない。大阪店舗とアメリカ店舗との大きくちがう 点は、まずステーキの味が薄いことと、二つ目はアメリカほどポテトが 旨くないこと。味がまったくもってちがうのでなにか物足りなさを感じて しまう。またスタッフに大人が少ないのもガッカリする。このタイプの 店は大人のプロのサービスを期待するはず。このような高級点は素 材も大切だが、雰囲気も大切にしてほしい。なにか一つ駄目が見え るとすべて台無しである。しかしこれはあくまでも個人的な意見なの でそのつもりで。

なので!今回は以前も紹介した立ち食いステーキの「いきなりステーキ編」。前回は法善寺店だったが今回はアメリカ村店に行ってきた。アメ村の三角公園の先を右に曲がってすぐだ。法善寺店ではランチメニューのレポートでしたが、今回は時間的にディナータイム。私の好きなUSアンガスビーフのサーロインがあったので、迷わずそれにした。ここのシステムは番号札をもってカウンターに行き、目の前でグラム注文する。焼く前の生肉を見せてもらったが良い肉だった。今回はUSサーロインを約300g、焼き加減はレアで注文した。基本この店には岩塩とかレモンなど置いてないので、岩塩で食べたい方は持参することをお勧めする(ふつうの塩はありますが)。塩は岩塩の方が肉に馴染むのでお忘れなく(ただしこれも個人の意見です)。次回は"本格熟成"国産サーロインステーキでも頼んでみよう。









温灸器 バンシン

ポータブルになりまし

/

BANSHIN

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 _{ホッナアグナー}

治療器のベストセラー。 磁気+振動+温熱治療で細胞を蘇らせる



HOT MAGNER



HM-2SC-A

医療機器承認番号 159008ZZ01118000



CHUO

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

Are you OK?

英語講座担当 南雅子 先生

これからますます寒さが厳しくなりますが、今回は体調に関するすぐ使えるフレーズを紹介します。"Are you OK?/Are you all right?" は「だいじょうぶですか?」と相手を気遣う時によく使う表現です。これは今すぐにでも使えるフレーズだと思いますが、相手の様子を見て、"You look pale."「顔色が悪いよ」や、"You look tired."「疲れて見えるけど」などと組み合わせて、



"You look pale! Are you OK?"「顔色悪いけど、だいじょうぶ?」と体調の悪い相手を気遣うことができます。

そういうふうに相手に聞かれて、「だいじょうぶ!」と返す時は "I'm OK. Thank you." で! 例えば、風邪をひいてる場合は(医療英語のレッスンを受けた皆さんは覚えているものがあると思いますが…)、"I have a cold"「風邪をひいています」の、cold を headache (頭痛)・fever (熱)・cough (咳)・runny nose (鼻水)・sore throat (喉の痛み) などの単語に置き換えると色々な風邪の症状名を言うことができます。

体調の悪い相手には、"Take care"の「お大事に」や、"Get well soon!"の「早く良くなってね」などのことばを!! 単語の発音がわからない時は、『Weblio』などのオンライン辞書で単語を調べると意味だけでなく発音を聞くことができますよ。

"Check it out!"



ふるさと納税をすると、自治体によっては特典をもらえる場合もあります。山口の 出身地せたな町にはどんな特典があるのだろうか?今回はせたな町ふるさと納税の お勧め特産品を紹介します。

お勧め① スルメ塩辛 5 個セット

干したスルメから造った塩辛です。麹と唐辛子が入ったさっぱりした味がお酒のつまみに大人気。あったかいご飯との相性も抜群です。山口お勧めの食べ方はお湯をかけて食べる塩辛お湯掛けご飯です。いい感じに出汁が出ておいしいですよ。



お勧め② だるまいか・にしん燻製・ ほつけ燻製・鮭トバスライス・エイ ひれの詰め合わせ

だるまいかとティセットです。特にだるまいか・鮭 トバスライスは 絶品。お酒のお供 にどうぞ。



ふるさと納税

山口家で最近流行の「ふるさと納税」。「寄付金のうち2000円を超える部分について、一定限度額まで、原則として所得税と合わせて全額が控除される」(総務省説明)というもの。生まれ故郷や応援したい自治体に寄付をし、地域振興に役立ててもらうことができる制度として近年注目されています。

お勧め③ 海藻8種類のバラエティセット

ミ ネラルたっぷり海藻のバラエティセットです。 黒ばら磯のり・天然寒ふのり・ぎんなん草・真昆布・カットわかめ・とろろ昆布・ 干しのり・ガごめ昆布の海藻の詰め合わせセットです。特にお勧めは黒ばら磯のり。 山口のお気に入りは、卵かけご飯に投入です。GOODです。

ふるさと納税お勧めです。気になる方はせたな町 IP をのぞいてください。



株式会社 プラーデーターアニノ

Online Shop — http://e-kenkou.jp





臨床力を上げるためにはモテる力が必要だ! をテーマに講 座をさせていただきました。清水鍼灸整骨院の戸花と西浦です。

ふたんの授業では体験できないことを体験してほしい。講座の 冒頭からイタリア人になりきって隣の人を褒めて下さい! というワーク日本人はなかなか人を褒めません。どうしても恥ずかし さが前に出てしまいます。いつもいっしょにいるクラスメイトでも 「褒める」ということが意外とできません。褒めるためには相手の 外見や特徴を見て、瞬時に判断し声を掛けなければいけません。 これは臨床の場ても同して、患者様の変化に気づく力がとても 大事です。少しの変化に気づくことによって、患者様からの信頼 や適切な問診ができると考えています。

間のワークでは自分自身を知ろう! というワークをおこないました。自分の長所・短所、好き・得意なことが武器になる。この講座で伝えたかったことの1つです。自分自身のことをしっかりと知ることによって、悲者縁に最高の施術を提供できると考えております。

講座の後半には発想力を鍛えるケーム、ボールをバスしながら瞬時のひらめきを鍛えました。これからの鍼灸師は治療だけてなく、柔軟な考えを持って変化に柔軟に対応する力がますます必要になってくると思います。それは治療院の中だけてはなくチーム医療の一環として、また地域社会の一環として鍼灸師が活躍てきると考えています。

最後になりましたが、学生の間はさまざまな治療法に出会うことがてきます。卒業して現場に出てしまうと、いろいろな治療法に出会う機会も減ってしまいます…。学生のあいだは自分の足でさまざまな治療院に実際に施術をしてもらいに行くのもすごく勉強になりますし、就職する際の基準にもなると思います。

私たちが考える、臨床力を高めること。それは知識はもちろん 大事です! それだけてはなくプラス。としてなにが必要かを自 分自身で考えそれを行動することだと考えております。私たちは そういった治療家をモテる治療家と呼んています!

あくまてブラスαの話ですので、学校で学ぶ基礎が身について いることが必要最低限です。どんなに対応が良くでも、人間性が あったとしても、医療の知識を身につけ施術していただきたいです。



特別講義





神君伊賀越えの巻

私の好きなバイクツーリングコースがあ る。信号の少ない巡行速度の高いままスロッ トルをもどさずで、さりとて要所々にコンビ 二や道の駅があり無料の休憩所がある一般 道だ。ゆるやかな峠道もあり、春夏秋と景色 も良く、温泉が山の上にあれば大満足だ。そ んな道がある。バスケットボール試合の審判 やコーチをして、大阪門真市なみはやドーム から、わざ々遠回りして、この好きなコース を一人でツーリングしていた。それは門真、 四条畷から 163 国道を奈良に入り、木津川を 右に見て伊賀街道をひた走り、時間があれ ば、柳生から左に折れ、県道4号線を満喫し て、山上の月ヶ瀬の温泉で汗を流した。名阪 国道の壬生野から降りて、阿山を通り、阿山 道の駅手前を県道674号から丸柱と、ゆるい 桜峠をぬけ大津の自宅に着いたものだ。たま らない快走道だ。

急ぐ時は、枚方から田邊街道を走り、山城 大橋を越え宇治田原から信楽にでる国道 307 号線だ。50歳でバイク免許を取ってツーリン グの喜びも書きたい気分だ。しかし、ツーリ ングの楽しみとグルメだけなら、市販のツー リング記になってしまう。どうせ行くなら歴 史現場に触れたいと思っている。こっちが楽

この道の近くを、戦国時代に冷や汗かいて 身の危険を背負い、摂津 (大阪) の飯盛山・ 枚方から三河(愛知県) 岡崎まで逃げた大物 がいる。それは徳川家康だ。ほとんど知られ ていない「神君(家康)伊賀越え」といわれ る史実だ。よくテレビでは見ることがある。 NHKでは、昨年徳川家康没後400年という



神君伊賀越えの NHK 放映

節首の年であり、家 康の歴史番組を放 映していた。その伊 賀越えのルートを 検証している。

なぜ家康が大阪 にいるの?とみな さんの疑問の前に、 少し織田信長・戦国 時代に、タイムトラ ベルしてみよう。

天正 10 年(1582年)6月2日早朝、本能 寺の変が起こる。。織田信長は、高血圧で 合理主義者の終焉で「是非もない」と言 って自刃した。その時、家康(当時約 40 歳)は上方・堺を訪れていた。家康は、わ ずかな手勢で、三ヶ月前に武田家が滅び、 武勲で信長に駿河一国をもらっていた。

御礼言上のため、国許から安土城や京都 に向い、大坂・堺を訪れていた。信長に挨 拶するため京都に向かっていた。四条畷 近くの飯盛山あたりにいた。

そのとき、本能寺近くに住む、武人からの 商人となり、家康から上方情報を任されて いた茶屋四郎次郎から明智光秀の謀反と 信長の討ち死した、との急報をうける。

家康は織田信長と、21年間の同盟関係であ り、戦国時代には下克上・謀反・裏切りなど よくみられる時代に珍しい関係であった。家 康は信長のつぎ殺されるのは私だ、と思い三 河国へ至急帰国をし、信長の弔い合戦を考え た。家康は、信長武将の内もっとも早く訃報 を知っている。2日の昼にはわかっていた。 秀吉が知ったのは6月4日だ。この時家康は、 無事帰国ならば初めて「天下」を意識したと 言われている。

家康一行約30名の逃避行は、おおまかには



ルートを明記した 最近の本能寺の変

四条畷の飯盛山 → 尊延寺 →

草内の渡し(木津川)

- → 朝営 → 小川城
- → (謎の3コース)
- → 柘植(徳永寺)
- → 加太峠

* 襲撃にあった所

今回訪ねたルートは滋賀(信楽)から伊賀 である。そのルートと(謎の3コース)をツー リングした。生き残るため全路を通して家康 の行動は秘密だろう。家臣も謎だから、今も 謎多いルートで諸説あるようだ。 最近 NHK で は、小川城に宿泊しないで妙福寺(今はない) に泊まったという古文書が出てきたと放映 している。小川城には、城外には篝火を炊 き、さも家康が泊まっているかのようにし、 実は寺に泊まったかも知れないと、町の歴史 家は述べている。臆病は身を助ける。太平 洋戦争時、虚勢ばかりの大声で決定した作戦 に、国民はどれだけ犠牲になったか。近代日 本史はまたの機会にしたい。

下図に朝宮から加太峠までのルートを示 す。見ると 殆どが近江の甲賀・信楽である。 「神君(家康)伊賀越え」と言うのに、実は 「甲賀越え」だと思う。しかし信長の同盟者 の家康にとって伊賀は敵国だ。現代で例えれ ば、アメリカ軍小部隊数名がイラク・シリア

国過激派 IS(Islamic State)の支配地を通過する ようなものだ。ほとんど生きて帰れない。生 還した家康の奇跡的な生命力を感じる。



家康の伊賀越えルート図

諸説あって

- ① 家康が通ったと思われるコース。信頼 性が高い。
- ② おとり(石仏)の籠が通ったと考えられ ているコース。多羅尾から伊賀に行く 危険な遠回り。危険な伊賀領が長い。
- ③ できるだけ敵のいない近江を通った と考えられるコース。伊賀領は最短だ が史実はない。命優先なルート。

①②③と未だ謎らしい

(『証言 本能寺の変』藤田達生 2010 より)

今回の舞台となる伊賀について語ろう。伊 賀の地形が三重県北西部の9里(36km)の小国 で、しかし京都に近く、それでいて高くはな いが峻険な山々に囲まれている、一種 "隠 れ家"の感がすると言う。都の"かげ"的記 述が多い。伊賀の地名「名張」は"隠り"「隠 れる」を意味するらしい。伊賀の気風は、お おまかに言って、国主、領主を持たず、国人



戦国時代の前後の 戦いと信長の本能寺 までが詳しい

は同姓・同族で生活範囲 を固めて、自律自衛 手段を維持する。このよ うに自主共和体制を保っ たとある(信長の合戦、戸 部新十郎著)。忍者の里は、 伊賀が一国、甲賀が一郡 の差だろうが、両方似て いる風土だったのだろ う。この伊賀の国を信長 は二回も攻めた(伊賀天正

の乱 1578年)。攻めたと言うより伊賀一国を 焼き、老若男女の人民を殺戮した。信長軍5 万と伊賀衆・国侍4千、皆殺しに近い。この 慟哭の悲劇を今に伝えているのが、伊賀の 「天正みだれ太鼓」だ、保存会が名張にある。

こんな中、家康は生き残るため逃げねばな らない。家康は伊賀天正の乱には出兵いてい ないが、信長の同盟者であることは確かだ

この逃走を助けたのが、信楽の多羅尾光俊 だ。光俊は、道案内と行く先々の豪族に許し を得るため活躍している。家康が自国に無事 帰国後、褒美として、光俊は信楽の代官任命 されている。多羅尾家は世襲代官としとて明 治維新まで200年近く生きながらえ、今も多 羅尾陣屋跡がある。



多羅尾陣屋跡(私有地で鍵がしてある)

この陣屋にバイクで行ったことがある。す ごい田舎で人も歩いていない。陣屋はこの辺 だが、と思って尋ねる村人を探した。すると 50~60歳ぐらいの婦人を見つけて「多羅尾 陣屋跡は知りませんか」と言うと、「私の家 に用ですか」と答えた。驚いた私は、そのま ま案内された。

その人は多羅尾さんと名前で未婚らしく、 東京から信楽に移り住んで、広い陣屋の固定 産税で役所ともめていた。私は思いがけない 子孫出会いを喜び、「へ一末裔さんですか」 と驚いた。私は歴史が好きでいろんな所に行 ってる者ですと自己紹介した。信用してくれ て、私有地の鍵を開けてくれて、好きなだけ 観ていいと許可をもらった。ラッキーだっ た。しかし多羅尾末裔の彼女の写真は断られ た。世が世ならば、若い頃はお姫さんだろう。



多羅尾陣屋跡内部(子孫に鍵を開けてもらった)

家康一行の逃走を助けたのが、 服部半蔵正成である。忍者の頭目と言えば服 部半蔵でしょう。この正成から後世まで「服 部半蔵」は代々受け継がれている。服部半蔵 家といわれる。みなさん、アニメ"ハットリ 君"は知っているだろう。

この服部半蔵正成は父親・服部保長が松平清 康(徳川家康の祖父)から広忠(徳川家康の 父)に仕えた。当初足軽身分(士分でない)だ った。父親・服部保長は伊賀の忍者出身で足 軽身分以下の今で言う正社員でなく、必要な 時だけ働くアルバイト要員だった。服部半蔵 正成は出世して武士身分となり、三河武士と 言える。また家康と同じ年に生まれている (1542 年生)。頭角を現した正成は石見守と なり、家康の長男(嫡男)・信康の世話役と なっていく。信康のことは、またの機会にし たい。服部半蔵正成は伊賀出身の父親の関係 で、伊賀の案内役と伊賀者(忍び者)のまとめ を勤めていた。

この逃走劇の最大の難所は加太峠であ る。前述の伊賀の国人には伊賀天正の乱の恨 みが残っていて、山賊も出ることも含めて、 一行30名が簡単に峠を通ることは不可能だ った。服部半蔵正成は、味方の増加を計り願



多羅尾から伊賀上野にぬける御斎峠石碑 (ここから服部半蔵が狼煙をあげた)

実は、家康は伊賀天正の乱で三河に逃げて きた人民・侍を信長に言わずに助けて保護し ていた。わかりやすく言うと、シンドラ一版 家康だろう。服部半蔵正成は、そこで加太峠 の手前の伊賀国柘植・徳永寺で家康を助ける 人は寺に集まってくれと、御斎峠で狼煙を あげたといわれている。狼煙を揚げたもの の、味方の伊賀衆が来てくれるか正成はわか らない。どうだろうと徳永寺に行くと、何と 200 名近くの味方が集まっていたと言われ る。大勢の味方で加太峠の報償金目的の山賊 を撃退している。

旧大和街道沿いの徳永寺には現在も いる (写真)。



柘植の徳永寺 (服部半蔵が味方を集めた寺)



徳永寺の瓦(徳川家の紋を飾っていた)



小川城跡 (山城で北側は絶壁で信楽の宮が展望できる)

家康一行は無事、三河の岡崎に到着してい る。直線にして 200km を三泊四日でかけてい る。帰国後弔い合戦をしようとしたが、いち 早く秀吉が山崎の戦いで勝利し終わってい た。そこで翌日、家康は、軍を旧武田領に向 け行軍し、甲斐、信濃二国を得ている。一日 遅れで飯盛山を逃避行で出発した穴山梅雪 は武田勝頼の親族だったが、殺されている。 殺したのは、土民の落ち武者狩りか切腹させ られたのか不明である。諸説ある。



小川城跡頂上と同好の川部さん(一部梅の花が咲く)

ここで歴史に学ぶことは、"情けは人のた めならず"と言うことかな。みなさんは「情 けをかけたら、人は甘えてその人の為になら ない」と誤って理解していないだろうか。「情 けは、回りまわって自分にかえることもあ る。見返りを考えず、人に情けをもっとかけ なさい(人の為に努力しなさい)、という意味 です。



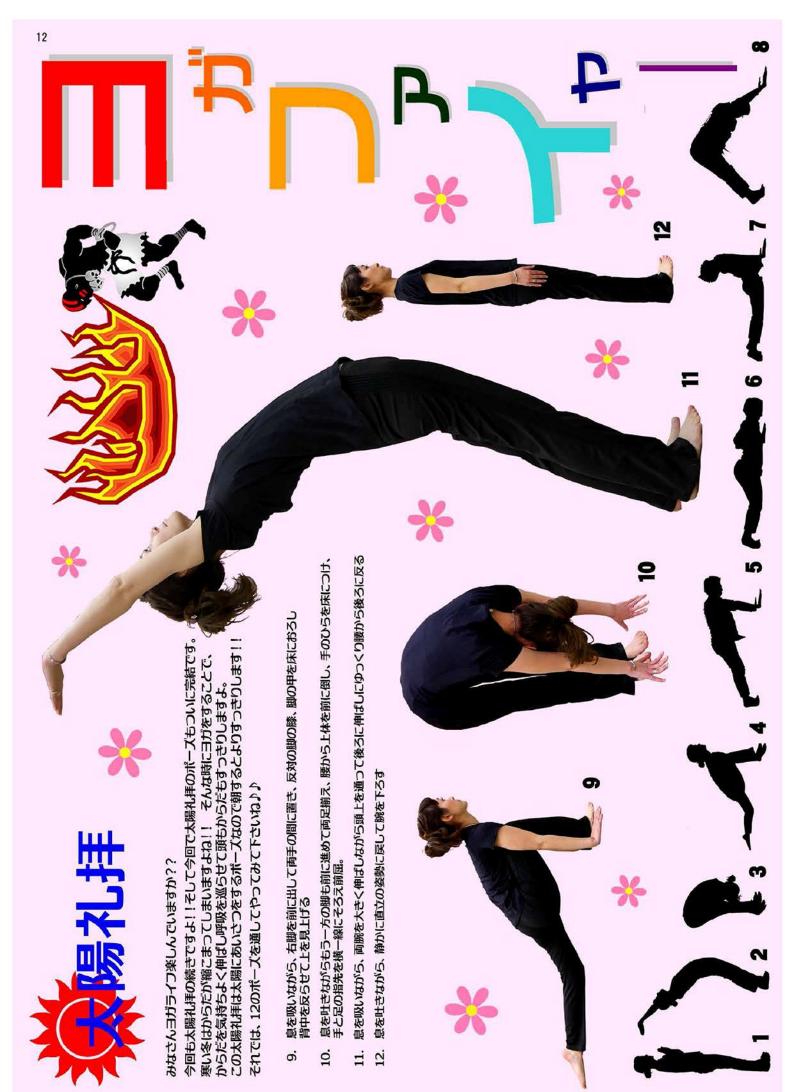
ゆるやかな桜峠 (近江伊賀の国堺)

家康はピンチをチャンスに変えているが、 ピンチの前に**しかけ**をしている。家康の場合 は人助けだろう。信長に殺されてもおかしく ないほど、国人と信頼を作っていたのではな いだろうか。



うっそうとした加太峠(ここで山賊に襲われたが 味方の加勢で勝利した家康は三河に無事帰国した)

これほどの人物だけど私は、あまり好きに なれない。NHK 大河ドラマの真田幸村が家康 を懲らしめろと叫びながらドラマを楽しみ たい。





今回紹介する温泉は兵庫県美方郡にある新温泉【湯村温泉】。こちらも古くからある湯治湯です。総源泉は 60 ヶ所で総湧出量も 2000 Lを超える等日本一を謳っている温泉です。泉質としては炭酸水素塩泉。源泉温度も 98℃と高く、荒湯では卵や野菜などを茹でることもできたり、飲用に用いられたり、もちろん浴用として用いられたりする等、幅広く愛されてきています。ここの地域には家庭にも送られているため、温泉好きの私にはうらやましいかぎりの町です。

今回、実際に卵を茹でてみよう!!! -ということで、荒湯近くの販売店で卵を購入!! 茹でるところが2つにわかれていて、それぞれ温度が異なっており、低い方のところに購入した卵を投入して、その間は近くを散策することに。

荒湯の説明書きがある碑の下には飲用の湯があるが、パッと見では見逃してしまいそうなほどわかりにくい。しかも飲みにくい。また荒湯の傍には川が流れており、足湯としても利用できるようになっている(温度はかなり低め)。また、この川には源泉の過剰分が流出していることもあり時として湯気が立ちこんでいることも!!!

荒湯から少し離れたところに薬師湯があるが、行った日があいにく定例の休館日で入れずトホホ…。夢千代館の近くにはアオギリの湯があるが、この湯の命名は広島で原爆によって焼けただれながらも新芽を出して人々に勇気を与えたとされる被爆アオギリの2世の苗を譲り受けて育てたことからはじまったそう。ちなみにこの夢千代館には ALWAYS 三丁目の夕日にもでてくるような昔の車も展示してあり、ちがった意味でも古き良き感じを演出してくれます。

卵はと言うと…時間超過してしまいしっかり茹で卵になってました。笑本当は半熟が良かったのに…。みなさんも一度試してみてく ださいね☆

湯村温泉近くのスポットといえば、県をまたぎますがなんといっても『鳥取砂丘』。これはことばでは言い表せれない満足感と充実感にひたれます!! 一度は必ず訪れてほしい! そんな場所です。

鳥取砂丘の近くに砂の美術館もあり、芸術性の高さにビックリ! 毎年ちがうテーマだそうで、毎年訪れてみたくなる、そんな地域で した。





1年 夜間部 石田 光徳

♥素無寒暑門突な特別講演会









昨年11月23日、浙江中医薬大学から2名の先生方をお 招きし開催された特別講演会に参加させていただきました。

講演では、范永升先生と褚海林先生のプレゼンテーショ ン、および褚先生の推拿の実演がおこなわれました。

范先生は「世界における中医鍼灸の広がり及び特徴」に ついてお話ししていただきました。現在、鍼灸はアジア圏の みにとどまらず、アメリカ・ヨーロッパ・オーストラリア、そして アフリカへと世界中に広まってきていること、高齢化が進む 日本においては、「治未病」という考え方を持つ中医・鍼灸 の可能性、天然薬物である中薬は西洋薬に比べ薬効が緩 やかで副作用が少ないということなどについて言及されてい ました。いずれは海外で鍼灸師として働きたいと考えている 私にとっては、とても興味深く、やる気を奮い立たせてくれる 内容でした。

褚先生は「鍼灸施術に併用できる推拿術」について実演 を交えてお話ししてくださいました。今回初めて推拿をこの 目で見る貴重な機会となりました。鍼灸治療に加えて推拿 をおこなうことにより、さらに効果的な治療ができるというこ とで、ぜひ留学時にはしっかり学んで身につけたいと思い ました。

今回の特別講演会に参加して、中国の先生方の話を聞 き、また実際の治療の様子をみることができて、より具体的 に卒業後の進路について考えるとてもいい機会となりまし た。毎日授業についていくのがやっとですが、自分がどん な鍼灸師になりたいか、鍼灸師としてどんなことをしたいの かを常に念頭に置き、日々の学習に臨んでいこうと決意を 新たにしました。今回、このような貴重な講演会に参加する 機会を与えていただきありがとうございました。











浙江中医薬大学 范永升 先生 褚梅林 先生

かんたん! まぜて冷やすだけ ホワイトチョコレアチーズケーキ

はい、どうもみなさま。

新年あけましておめでとうございます。

本年もふじた 's キッチンをなにとぞよろしく お願いいたします。本年もお料理男子目指し て、日々精進いたします。

さて…、今回は 2 月といえば!!! そうです。 バレンタインです。その後には国家試験ですね ー。 こちらとしてもうかうかしてられません!! しっかり気を引き締めていきませんと!

ということで、チョコレート関連のお手軽なお菓子をご紹介しますね。 今回は、かんたん! 混ぜて冷やすだけ!! ホワイトレアチーズケーキ!

材料はこちら…

クリームチーズ 100g ホワイトチョコ 50g (ロッテ ガーナ ホワイトチョコレート使用) 生クリーム 50g



次に作り方。

【1】生クリームはツノが立つまで泡立てて 冷やしておき、クリームチーズは常温 または電子レンジで柔らかくしておく



【2】ホワイトチョコは細かく刻んでから 耐熱容器に入れて電子レンジで溶か し、【1】のすべてと共に混ぜる



溶かす前



溶かしたチョコレート



生クリーム+クリームチーズ



生クリーム+クリームチーズ+チョコレート

【3】【2】が滑らかになったら 冷蔵庫で冷やし固めて完成

なんてかんたん!! 手抜きではないです! お手軽なしシピ紹介です。

今回はホワイトチョコでしましたが、ミルクチョコレートのように茶色のものを使うとマーブルに仕上がったりもしますよ!! 味もほんとにおいしいです!! ほんとです!

それではバレンタインお待ちしており ます。はい。冗談です。

最後に一句

お手軽と 手抜きのちがい 気持ちかな

本年も気持ちを込めて、みなさまにお手 軽しシピご紹介いたします。







イラン [2015年11月]

海外旅行事情

はじめて海外旅行に行ったのは 24 年前の 20 歳のときで、その当時から今日まで海外旅行事情もずいぶんと変化した。

例えば、ヨーロッパの大半の国がシェンゲン協定に加盟することにより、国境での出入国審査がなくなった。面倒な手続きが必要なくなり時間も節約できるようになった反面、いつ国境を越えたのかもあいまいになり、ボーダー越えの情緒は失われた。

セルビア・モンテネグロ・コソボ・南スーダン・東ティモールなど新しく生まれた国や、ユーゴスラビア・南北イエメンなど消滅した国がある。

香港やマカオは中国に返還され、帰属する国が変わった。わたしは返還前に両地域とも行ったことがあるが、はたして「イギリスやポルトガルに行ったことがある」と言っていいものかどうか悩む。 どちらも本土は行ったことないし。

さまざまな理由で行けなくなった国がある。その代表が「イスラム国」に一部支配され、内戦が続くシリアだ(イラクはもっと以前より旅行できなかった)。行けないことはないが行きにくくなった国も多い。ヨーロッパの多くの国々・トルコ・エジプト・パキスタン・インドネシア・タイなどなど、テロの危険性が高く渡航を控えたほうがいい国はこのところ急増中だ。

LCC が登場したおかげで、格安で海外に行ける国が増えた。海外での国内線など以前は考えたこともなかったが、それぞれの国に LCC があって、移動手段の選択枝が増えた。

あと細かい話しだが、機内での喫煙ができなくなった。公共の場、 例えばホテルの部屋内などの喫煙も全面禁止する国なんかも増えて おり、喫煙者にはちとつらい状況だ。

ビザ

実務的な面で言うと、なんと言ってもビザ事情の変化はうれしい限りだ。1993年の韓国にはじまり、中国・ベトナム・ラオス・モンゴルなどは、いまや日本人の渡航はビザが免除されている。以前クソ高い料金を払って取得した中国やベトナムのビザがいらなくなったときは、ちょっと涙が出た。

免除されないが、空港到着時にその場で発給されるビザを「アライバルビザ(正式には"visa on arrival")という。少々手数料が必要なものの、日本を出国する前にビザを準備する必要がなく、煩雑さがないので実質免除されているのと同じだ。最近だが、なんとミャンマーがアライバルで行けるようになったらしい。ミャンマーよくやった!あともう1つ、あのクソむかつくインドビザが、オンライン申請で大使館や領事館に行くことなく取得できるようになった!ビザのせいで行く気が失せていたが、また行くぞ。

イランビザ

先日ネットで調べものをしていると、なんと! イランがこの アライバルビザで行けるようになったというビッグニュースを 発見した。どうやら $2\sim3$ 年前かららしい。知らなかった。これ は行くしかないではないか。旅先をイランに決定した。

思い返せばイランビザ。当時ネパールからインド経由でエジプトまで陸路で向かう計画で、一番のネックがイランビザだった。ビザは発給されたりされなかったりかなり流動的だった。パキスタンではとれないことが多いという噂だったので、苦労したがなんとか無事デリーでビザがとれた。そのイランビザがアライバルでとれるようになったというのは奇跡に近い。ただし、現在もいつ状況がかわってもおかしくないとのことだったが。

イランよいとと一度はおいで

アライバルで行けることを信じてノービザで日本を出た。テヘランの空港に着くとかうんた一があった。その旨伝えた。あっさりいけた。テヘランの空港をでたときは自然とガッツポーズが出た。時代はかわった。入国してしまえばこっちのものだ。23 年ぶりとは言え、渡航は2回目なので勝手もわかっている。

イランの話しをすると、かならず「危なくない?」と聞かれる。 危険な国というイメージが定着しているのだと思うが、旅行者に とっては基本的に安全な国だ。イスラム教徒のスンニ派で構成さ れる「イスラム国」も、シーア派の盟主イランにはタッチできな い。主要な地域はテロの危険性はほぼなく治安も非常にいい(た だし、パロチスタンなど立ち入らないほうがいいエリアもある。その上サ ウジなどのスンニ派諸国との関係悪化から、今後はなんとも言えない状況 にある)。イラン人は超親切・超親日。しかし旅行者はやはり少な く、結局外国人旅行者らしき人物は数えるほどしかみかけなかっ た。特に日本人はほぼみかけない。

核開発問題で長年続いた経済制裁も今年解除された。イランは 今後大きな経済成長が見込まれ、おそらく旅行者も増えるだろ う。雰囲気もずいぶんとかわるだろう。イランはこれからある意 味「ふつうの国」になっていく過程に入ったのかもしれない。











さかな

私が住んでいるアメリカ・ミネソタ州は内陸部なので、湖はたくさんあるが海がない。生まれ育った奈良県にも海はないが、それなりに新鮮な魚は手に入った。ここで買えるのは限られた種類だけ、ほとんど冷凍の魚ばかりだ。2016 年は「食生活を根本的に見直そう」と目標を立てたので「肉を減らして魚(と豆)を増やす」ために近隣の店の魚売り場チェックからはじめている。ここで一番身近な魚は鮭でチリかノルウェーなどのアトランティック産の養殖物、またはアラスカ産の天然物の選択肢がある。養殖鮭はオレンジ色で厚い身に脂がのっていて、アラスカの鮭は身が薄い紅鮭だ。値段は天然鮭は養殖鮭の 2 倍ほどで、ちょっとしたステーキ肉よりも高価だ。

魚の中でも特に鮭は健康に良いオメガ3脂肪酸を豊富に含む。オメガ3脂肪酸は 血液をサラサラにしたり、炎症をおさえたり、うつ病などを予防するなど多くのす ばらしい健康効果がある。脂肪酸というだけに、脂ののった魚ほど多くのオメガ3 脂肪酸を含む。

養殖鮭は天然鮭に比べて脂がのっているが、それ以上に化学物質が懸念すべきレベルで含まれていると言われている。養殖に際してコスト面からケージ内でできるだけ多くの個体を飼う。魚口密度が高くなるとどうしても病気や寄生虫に侵されやすくなるため、餌に抗生物質や薬物を混ぜたり殺虫剤をまく業者も多い。また鮭はもともと白身の魚だが、海老などを餌として食べるうちにその色素が身に移って赤くなる。養殖鮭の場合は餌に合成色素を混ぜて着色しているケースも多い。このように育てられた魚はオメガ3脂肪酸の含有量を相殺してもおつりがくるほど毒性レベルが高く、アメリカでは養殖鮭を食べるのは年に3-6回以下にすべしと専門家たちがアドバイスしているほどだ。そのためかここ最近になって「抗生物質不使用」「人道的に育てました」などと明記した養殖鮭をみかけるようになった。安全な方法で育った養殖魚が出まわるのは非常にありがたい。

だが昨年末に米食品医薬品局 (FDA) が遺伝子組み換え技術により、通常の 2 倍の速度で成長する鮭を食品として販売することを承認した。大豆など遺伝子組み換え作物は賛否両論多々あるが、動物で承認されるのは初めてだ。現時点ではまだ商品として流通はしていないが時間の問題であろう。

近年、日本でマグロやウナギの養殖が成功した、するだろうという話題が目立つ。マグロやウナギが大好物な私にとっては非常にうれしいニュースだ。なんとなく「天然魚の方が養殖魚より良い」と思いがちだが、実際には自然の魚は海洋廃棄物などの汚染を受けている場合もあり、また養殖の魚は餌や育成方法が厳しく管理されているため安全な場合も多い。食の安全性については新しい情報が次々と出てくる。値段やイメージに惑わされず、ニュースなどの情報をまめにチェックしながら、自分の口に入るものは自分の目や耳で確認しながら選ぶ習慣を身につけたい。





梅田支店 大阪市北区堂山町3-3 10階

電話(06)6311-6621 FAX(06)6311-6657 担当 横山・中沢 海外 視察旅行・研修旅行・見本市ツアー 国内 各種学会イベント手配・合宿 幅広くお取扱しております。



2年生 夜間部 曽賀 敬二

平成 27 年 11 月 8 日から 13 日まで 5 泊 6 日の海外研修に参加いたしました。平日の日程と 参加費用は大きな負担でしたが、鍼灸を学ぶものにとって東洋医学の原点である中国にふれる稀 有の機会であると思い参加することにいたしました。現代ではインターネットやスマホで居ながらに してさまざまな情報が得られますが、自分自身の目で見て体験することは、本物に触れ、今までの知 識・経験・価値観とはちがう世界を学ぶ非常に貴重な機会であると思います。

2 日目より大学の教室と附属病院で講義と実習・治療見学をいたしました。中国鍼 / 推拿(すいな) / 吸玉・カッサ について、実際に体験してみて非常に驚きました。中国鍼は鍼管 を使わず直接、手指の操作により刺入するのですが、ズンとくる重い鍼響と短い時間ながら首の痛 みが嘘のようになくなったのに非常に驚き感動しました。推拿・カッサについても日本とはまったくち がう手技に中国の医学の奥深さを改めて感じました。特に病院見学では、顔面麻痺や腰痛の患者 に鍼や推拿が有効な治療法として実施されていることに、日本の鍼灸事情とは異なる重要な位置 づけであることが理解できました。

研修以外では、時間の制約もあって駆け足の観光と買物でしたが、授業で習った中国語は中国 人の会話が早すぎてほとんど使えず、たいへん反省しました。中筆料理も日本で食べるのとはまった くちがい、辛いのに閉口しました。本場の中挙料理が口に合わない人もいてかわいそうでした。日本 では自由に手に入るものが中国では難しいことも多く、特にスマホが繋がらず LINE ができないと みんな嘆いていました。Wifi ルーターは現地では調達できないので、日本で用意するかホテルの 無料 Wifi まで我慢するしかありませんでした。買物も食べ物も日本にはないものも多く、非常に良 い経験ができた研修旅行でした。このような機会があれば、みなさんもぜひ行っていただきたいと思 います。ありがとうございました。





