

六月、水無月、梅雨入りです。恵みの雨に感謝して、カラッと乗り切っていきましょうね。



6月を迎えました。つまり、梅雨。予想では7日あたりが梅雨入りとか・・・そういえば雨の日が多くなってきた気がします。六月は「水無月」といいますね。雨が降るのになんで水が無い月なん？と思われる方もおられますが、実は「無」は、「・・・」という意味です（つまり、「水の月」、詳しくいうと連体助詞）。農家の方にとっては、苗を植えた田に水を張るための大切な雨です。そういえば「夏越しの祓（なごしのはらえ）」にいただく「水無月」のお菓子の話をしたのは何年前でしたっけ。高校生も夏服になり涼しげな雰囲気です。写真は、住吉大社の御田植神事です。

### 【ニュース】

#### 1. 診療日の変更をお知らせします。

三谷外来 10日（金曜日）夜診～11日（土曜日）  
 11日の代診はいつもの久保先生です。学術総会シーズンで申し訳ありません。

#### 2. 6～7月は糖尿病の足ケア（フットケア）月間です。

この時期は、糖尿病の方にとってミズムシの出やすい季節です。恒例のフットケア、ストッキングは脱いで、素足になりやすい格好でお越してください。

#### 3. 骨そしょう症の検査の日程

7月12日・9月20日 とともに火曜日 午前  
 前回の検査から4ヶ月、間があいていれば再度受ける事が出来ます。ふるってお申し込み下さい。

#### 4. ガン検診・ドックのこと ぜひ受けましょう！

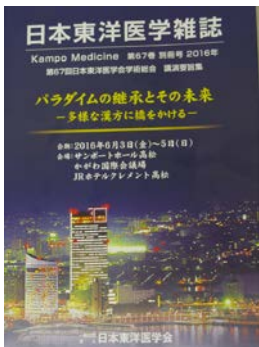
私たちは、様々な臓器（乳腺、子宮、消化管など）のガン検診に力を入れています。「結果が怖い・・・」と尻込みせず、積極的に受けましょうね。

#### 5. 川柳コーナー

熊本の大地震に寄せて・・・

くまモンも 全くお手上げ 打つ手なし  
 人間の 奢（おご）りを諭す 大震災  
 厳しい現実が突きつけられました  
 口数の 少ない男の ありがとう  
 ひと言が 多い男の ありがとう  
 対比が面白いですね

### 【ミタクリ歳時記 日本東洋医学会 in 高松】



6月3日から3日間、香川県高松市で開催された第67回日本東洋医学会学術総会に参加してきました。巽先生は「女性の健康と漢方」のシンポジスト、私は「傷寒論（しょうかんろん）再々考」の座長と「生薬原料委員会」のシンポジストを務めてきました。今回は、卒業直後より親交のある愛媛県立中央病院の山岡傳一郎先生がプログラム委員長を担当されたことで、内容がとても充実した学会でした。「故きを温ね、新しきを学ぶ」ザ・伝統医学、一方に西洋医学的漢方、トピックス漢方薬によるガン治療、ベールに包まれる鍼灸治療のサイエンスなど朝から晩まで会場に張りつき、じっくり学んできました。その中で、私の担当した傷寒論について少し触れましょう。この書は紀元200年頃（後漢の時代）に張仲景（ちやうちゅうけい）の手により成立したといわれます。漢文自体はとてもシンプルで「〇〇の症状があれば、△△湯」という易しい記述ですので、その分、どう読むかが問われます。漢方医学では、まず「証（しょう）」をとらえてお薬を出すわけですが、病人さん・患者さんを家族や地域との関わりの中から理解することで、より有効な治療方針を立てることが出来ます。私は研修医の時に、当時勤めていた病院の近隣の町工場やお煎餅屋さん、クリーニング店に次々に奉公（？）に出され、病と社会（家族や仕事）との関わりを学びました。ひとは一人で生きてることはありません。必ず誰かとの交わりの中で毎日を過ごしています。病をその人の家族や社会との関係性からみることは漢方・東洋医学の優れた側面です。「魔法の漢方薬」だけを探し求め、ひとを社会的な存在とみない風潮に、少しお灸を据えてみようと思いましたが、果たしてその成果は？これからの漢方医学にご期待くださいね。

【欣子先生の診察室だより】



気づけばもう6月も半ば！！ミタクリ通信6月1日発行と書いてあるのに遅くなりまして、すみません（汗）さて、6月3、4、5日と日本東洋医学会学術総会が高松でありました。今回は“女性の健康と漢方”というテーマのシンポジウムで、シンポジストとして発表の機会をいただきました。いままでの自分の診療を振り返るいい機会でした。

私は三谷先生に漢方を学んだのですが、最初から「1に養生、2に看病、3、4がなく5に薬。漢方薬といえども一番最後や。漢方薬をだすだけが漢方やない。」と



学びました。つまり、漢方薬といえども薬は薬。もちろん処方をするけれど、調子が悪くなったのは生活のどこかに問題があるからなので、養生（食べるもの、身体の動かし方、呼吸、睡眠、排泄、考え方など）をちゃんと理解し、看病＝暖かい人間関係を大事にするように指導できてこそ、という教えなのです。暖かい人間関係を家族だけではなく、友達、ご近所さんに広げてみると、地域そのものが元気になるのではないかと（そんななかで薬をつかわず人のチカラで人を元気にするみんなの応援室「ちぐさのもり」の発想が生まれたわけです→たくさんの先生に激励の声を掛けていただきました！）



特に女性。黄帝内経という2000年前の書物に女性は7の倍数（年の）で身体が変化してくると書いてあります。驚くのはその頃も7×7＝49才で閉経す

と書いてあるのです！なんといまと全く同じですよ！つまり2000年前と変化したのは閉経後が伸びただけなんです。いまの平均寿命は86才ですから閉経してから約40年、元気に過ごさないといけないわけです。どうしたら？それを地域の目線で見直してみると、女性は出産してから公園デビュー、子育てサロン、保育所、職場復帰を果たせたとしても保育所というコミュニティにと、なんらかのかたちで関わることとなります。こどもが学校に上がっても地域の祭り・学校行事・学童保育にPTA、そして塾や習い事・・・ママ友はうまくいくと育児を助けてくれる頼もしい存在だけど一歩間違えるとややこしい人間関係に巻き込まれることとなりますよね。そして更年期。自治会や婦人会の役員・近隣で趣味活動・親の介護にともなって地域の介護職とのつながりがうまれるのもこのあたりです。つまり男性に比べて女性は、地域のなかで必然的に多様なコミュニティにつながりをもとめられている、ならば地域で細やかな女性の支援が必要と思うのです。私たちは目の前の患者さんはもちろん、地域全体を元気にしたいと思っています。役所は縦割り行政で自分のところ以外の分野は手をだせない。学校も自分のところで精一杯。ならばそういう点と点を有機的につなげる、横断的な視点と活動が必要なのです。東洋医学では身体の中で気・血・水がぐるぐる滞りなく巡ることが健康な状態とみえています。地域も東洋医学的な視点で見たらまったく身体とおなじです。お仕着せではない「女性が輝く社会」を漢方の視点で応援できたらなあと思います。

【外来担当医一覧 2016年6月現在】

予約電話番号：072-260-1601

診察受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00-11:00)	巽	三谷	巽/三谷	巽	巽/三谷	三谷
午後 (14:00-16:00)	巽(予約)	巽(訪問診療)	巽(予約)	巽(訪問診療)	巽(予約) 三谷(訪問診療)	
夜診 (16:30-18:30)		三谷	三谷		三谷	