

夏真っ盛りの8月です。毎日の暑さに本当に参りますね。でも、その中でも涼を工夫しましょう。



八月、心静かにお盆を迎えるご家庭も多い事でしょう。お盆の明らかな起源は分かっていませんが、一年に2度、初春と初秋の満月の日に祖先の霊が子孫のもとを訪れて交流する行事がありました。初春の行事は、祖霊の年神として神格を強調されて正月の祭となり、初秋の行事が盂蘭盆（うらぼん）と習合して仏教の行事として行なわれるようになったといわれています。日本では、古く八世紀ごろには、夏に祖先供養を行うという風習が確立されたと考えられています。さて、京都では、お盆にお迎えしたご先祖様の霊を再び浄土にお送りする、精霊送りのかがり火を五つの山で焚く行事が16日に行われます。街の灯りも消え、東山・如意ヶ嶽（大文字山）から西に向かって次々に点火される送り火は、約1時間静かに燃え続け、京都市内は幻想的な雰囲気になります（京・五山の送り火より）。



【ニュース】

1. 診療日の変更をお知らせします。

* お盆期間中のお休みはありません。

少し先ですが・・・10月4日（金曜日）5日（土曜日）は、恒例の鳳大社のだんぢりで、お休みをいただきます。よろしくお願いします。

尚、9月の診療日の変更はありません。

【川柳投稿コーナー】

うんち関、押し出しよりも、送り出し（倉田先生）

（大相撲は終わりましたが、その通りですね！）

何色に 染めてみたいの はげ頭（古希卒爺）

（いえいえ これからの流行になるのでは？）

2. MRワクチンについて

麻疹・風疹ワクチンの助成が開始されました。

対象の方は19才以上の堺市民で、

- ・妊娠を希望する女性
- ・妊娠をしている女性の配偶者

負担額は1000円です。

詳しくは、受付までお問い合わせください。

3. 8月・9月は大腸ガン検診月間です

「便の検査」で大腸ガンの検査が簡単にできます。

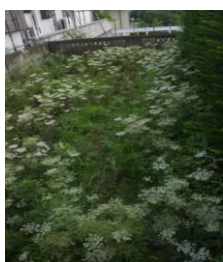
65歳以上の堺市在住の方は**負担なし**で受けることができます。ご希望の方に容器をお渡ししています。また、40～64歳までの方は**300円**です。

詳しくは、受付までお問い合わせください。

【ミタクリ歳時記 当帰の話】



先日、長野県・小諸にある、小川先生（ミタクリ5周年記念講演会でチベット医学のお話をいただきました）の薬草畑に行ってきました。「いやー、特に手入れはしていないよ」との事でしたが、当帰が力強く育っていて、気持ちをらくーにしてくれる芳香を放っていました。キアゲハの幼虫も元気に？育っていて、先生は「こいつら、恩を感じてないんだよね」と独特の言い回しで皆を笑わせてくれました。当帰は、薬用植物として栽培されます。根は、血液循環を活発にする働きがあり、うっ滞によって生じる痛みを緩和し、内から膿を出し、肉芽形成を促進します。江戸時代、幕府の命により、製薬原料として栽培が推奨されました。産地により、大和当帰（やまととうぎ）、越後当帰、伊吹当帰、常陸当帰、仙台当帰などと呼ばれましたが、将軍吉宗の振興政策により、本草学者の植村左平次（植村政勝）および吉野葛生産者で本草学者の森野藤助らに大和国（奈良県）で見出され、栽培加工法が確立された「大和当帰」（主な生産地・宇陀郡）、中でも、奈良県五條市大深で生産される「大深当帰（おおぶかとうぎ）」が最高の品である、とされています。残念ながら、現在同地方での栽培は行われていませんが、休耕地利用策として見直されています。



【欣子先生の診察室便り ラダック紀行 その1】



8月号の発行が遅れてすみません。8/3-11までインドのラダック地方に行ってきました。ミタクリ5周年記念で講演していただいたアムチ（チベット医）の小川先生と一緒です。ラダック地方とはパキスタンと中国との国境を接する地域でチベット文化が色濃く残る地域です。中心のレーという町までデリーから飛行機を乗り継いで、そこからは車での移動になります。山々に挟まれた“風の谷”という言葉がぴったりな素朴な村々を、散策しながら時には民家でお茶をいただきながら巡りました。いずれも3000mを超える地域ですので高山病を心配しましたが漢方

薬やダイアモックスやチベット医学で使われる果実のジュースなど手当たり次第飲みながら無事に過ごすことができました。インドなのでどれほど暑いかと思っていましたが、乾燥して紫外線が強いので昼間は半袖で過ごしますが、夜は肌寒いほど。毎日、満天の星空に天の川を眺めることができました（夏の大三角形もきれいにみえましたよ）。今回の旅の目的はラダックの大地に生える薬草を探し、小川先生とともに学んだアムチに会い、彼らの医療の世界を垣間見せていただくことでした。ラダックでは6人のアムチにお会いすることができました。メンツィカンという、チベット医学専門病院で働く現役バリバリの若いアムチ、アムチでありながら尼さんでもあり、今は幼い尼さんに教育を施して女性の地位向上を図ろうとする女医さん、代々アムチの家系に生まれ今も現役の村のアムチ（診療の合間にはお経を唱えておられました）、レーの町で西洋医学の医師などとグループ診療所を立ち上げようとするその息子、三年前に僧侶の資格もとり、お寺の門前診療所で患者を待つアムチ（三谷先生が診察を受けました）、そして大学で後輩教育に携わるアムチ・・・それぞれの立場のお話を聞かせて頂きました。村のアムチはどんな草がどんな病気に効くかをよく知っていて採集して薬をつくれます。普段は大麦や小麦、野菜を育て、牛やソを追い、村の人と変わらぬ生活を送りながら患者さんが尋ねてきたら診察をするのだそう。診察代はいただきず、村人が払うのは薬代だけ。でもアムチが家を建てる時には、患者さんがお手伝いするなど医師患者関係がしっかりできているのがよくわかります。

自分をふりかえって・・・自分が使う薬、特に漢方薬の場合、どこにどんな形で生えているのかも知らず、ましてや自分で薬にすることもない・・・そういえば、自分の食べるものですら自分で作れない・・・アムチの何でもできるその手に“生きる力”を感じて心底うらやましく思ったのです。若い息子アムチにその話をすると“僕は胆石を見ることができ西洋医学がうらやましい”とあっさり言われてしまいました（笑）この紙面では到底書ききれない体験は、又の機会にお伝えしますね！

【外来担当医一覧 2013年8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(往診) | 巽(予約) | 巽(往診) | 巽(予約) 三谷(往診) | |
| 夜診 (16:30-18:30) | | 三谷 | 三谷 | | 三谷 | |