

さあ、さわやかな薫風の五月を迎えました。これからは気候が安定しますよ！

風薫るとはよくいったもので、気温の乱高下も一段落、おだやかな日々になってきました。ゴールデンウィーク、高速道路の通行料金が引き下げられ各方面大渋滞のニュースが飛び交っています。ちょっとふるさとへ、が修行のようになってますね。そして、この間の最大のニュースが豚インフルエンザです。「これまでに経験したことがない」という不安感が拡大していますが、報道にあれこれ惑わされることのないように、ミタクリでは正確な情報を提供していきたいと思っています。基本は、早寝早起きとバランスのよい食事ですね！

【ニュース】

1. 5月の診察日の変更はありません。6月の診療日の変更をお知らせしておきます。

6月19日（金曜日） 三谷外来（夜診） 休診

6月20日（土曜日） 三谷外来 休診

6月22日（月曜日） 巽 外来 休診

尚、代診については検討中です。来月号に掲載します。

2. 事務の山内さんに女の子が誕生しました。おめでとう！

3. 投稿コーナー 皆さまのご応募お待ちしております

今回、はじめての試みでしたが、素敵な絵手紙や絵葉書で投稿してくださる方もあってスタッフ一同感動の嵐でした！！その一部を紹介します。

【投稿コーナー ほんの一部ですが・・・】

* 細い腕 昔チリメン今小波（シワシワシワ～） （名無しですが、きっとYさんでしょう）

評：ものは考えようで幸せになりますね。

* 採血の 名看護婦の居るミタニ （絵手紙とともに Kさんです）

評：そう思っていたら、うれしいです

* 手始めに 一句ひねって ぼけ防止 （フーさん）

評：なかなかさえてますね ぼけの日は遠いと思います

* 養生といつも先生おっしゃるが それができたらここへは来ない （Fさんですよ）

評：うーん、そうやね・・・ ミタクリ大賞の候補作との声も・・・

* ここはどこ？ 診察室から聞こゆるは いと楽しげな笑い声 （とこちゃん）

評：ハハハハッ！ 巽先生はね、笑いで腹筋を鍛えてはるんですよ

4. 豚インフルエンザのこと（医師会より）

新型インフルエンザ（豚インフルエンザ）がメキシコやアメリカ、カナダ、ヨーロッパなど広い地域においても患者が発生しています。アジアでは香港、韓国から症例が報告されました。発生国からの帰国後、10日以内に38℃以上の発熱、鼻水・鼻づまり、咽頭痛、咳といった症状があるなど、疑わしい症状がある場合は、まず最寄りの発熱相談センターに連絡し、指示を受けてください。

大阪市発熱相談センター（保健所感染症対策担当）

電話 06-6647-0956（24時間対応）

堺市発熱相談センター連絡先（保健所医療対策課）

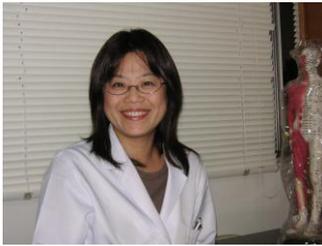
電話 072-228-7023（24時間対応）

大阪府保健所発熱相談センター（各保健所窓口）

開設時間 午前9時から午後6時まで

マスク・うがい・手洗いをこころがけましょうね。

【欣子先生の診察室だより】



「何この点数！！」びっくりするような算数のテストの点数をとってきた娘。平然とした顔で「いろいろおって、ええんです」「・・・??なによそれ？」
 「あんなあ、身体測定の際に、みんな“高っ！”とか“ちっちゃいなあ”とか“でぶ！！”とか言うねん。そしたら保健の先生が“いろいろおって、ええんです！！”っていうねん。」へえー、私やったら“そんなこと言うたらアカン！！”っておこるとこやけどなあ。“いろいろおって、ええんです！！”て深イ言葉やなあ・・・と考えている間にぴゅーっとどこかへ逃げていきました・・・しまった！！

2月に独立行政法人 放射線医学総合研究所の研究チームが非常におもしろい研究結果を発表しました。妬みの感情が強いほど他人の不幸を喜びと感じやすい、つまり“他人の不幸は蜜の味”を脳科学的に証明したのですが、その中で私たちが非常に関心を持ったのは妬みの感情には大脳皮質の一部で「前部帯状回」と呼ばれる葛藤や身体的な痛みを処理する脳内部位が関連していることがわかったことです。つまり肉体的な痛みに関係する脳の領域である前部帯状回が心の痛みである“妬み”にも関与していることは非常に興味深い発見です。私たちは日頃の診療のなかで、“恨み”“怒り”“妬み”がいろいろな病気にもなう慢性疼痛（痛み）に非常に影響していると感じていました。つまり、そういうネガティブな感情があると痛みを強く感じたり、治りにくかったりするということですが、その一つが証明されたわけです。“恨み”“怒り”についても、そのうち証明されるでしょう。

日常生活でも「ムカツク！」、「・・・さえなければ」、「・・・はうらやましいよなあ」・・・などいろいろネガティブな感情がおこりがちですが、こんなときに「いろいろおって、ええんです！」とひとつでも思えたら・・・自分の感情に一度むきあってみてはどうでしょうか？

【ミタクリ歳時記 方違神社のちまき祭】

5月31日は、方違神社のちまき祭があります。「方違」はカタタガエとよみます。外出する際、その方角がふさがっているとき、前夜に他に宿して方向を違えて行くことです。方違神社は西暦400年頃につくられており、同社の紋「ちまき」は、ちまきが災除けになるという故事によります。ちまきは、粳米粉を灰汁で煮固めて団子にしたものを菰(まこも)、葦または笹の葉で三角形に巻き、煮て熱したもので塩味です。ちまきは、水中の竜神を祀る中国江南地方の習俗で、屈原を慕った楚人の風習といわれます。旧暦の五月は、悪月と呼ばれ急激に外気温が上昇し伝染病が流行する時期であり、田畑も病害に悩まされます。この時期の保存携帯食として、灰汁で煮固めた「ちまき」は有用だったわけです。方違は陰陽家の語であり、天上における星の動きが地上にある人間の運命と関係があるという、天人相応、天人合一という考えかたであり、「星占い」として発展します。太一は北極星座に住む最高神で、天の五方の支配者である五帝は彼の臣下という考え方のなかで、八將軍、金神、天神などのいる方向に行くのは凶とよばれ、鬼門もこうした陰陽家の語です。星占いは次第に個人の運命を判断するものに変化し、結婚に際しての「相性」もこの流れのなかで生まれた迷信です。平安時代の貴族たちの生活は生活の基盤がなく、精神のもろさがめだちます。根なし草的生活のなかで生まれた考え方は、迷信に直結します。方違神社には転宅、旅行あるいは鬼門の厄除けなど全国から参詣者があり、「祓(はらい)」は現在なお生きています。

【外来担当医一覧 2009年5月現在】

予約電話番号：072-260-1601

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00-11:00)	異	三谷	異/三谷	異	異/三谷	三谷
午後 (14:00-16:00)	異 (予約)		異 (予約)	異 (往診)	異 (予約)	
夜診 (16:30-18:30)		三谷	三谷		三谷	