

今年のGWは最長9連休という方もおられたようですね。さあ今週から5月です。リフレッシュした頭とからだで清々しくスタートしましょう。女性陣は疲れたーって嘆いてる方が多いようですが・・・？！



GWいかがお過ごしでしたか。「そんなん、どこも人いっぱいやで」「暦通りの仕事やしね」その通り！しかし、テレビをつけると海外旅行に出かける人の波波・・・身近な淡路島からの帰りの道路など何十kmの渋滞と報じられていました。「疲れるからどっことも出かけへん」じゃあ、誰がごはん作るの？思わず突っ込みたくなりますね。とにかかにも、8日から始まる今週から、しっかり切り替えて体調を整えましょう。話題満載のGWのことなど、また診察室でも聞かせて下さいね。

## 【ニュース】

### 1. 診療日の変更をお知らせします。

三谷外来・巽外来とも休診

5月12日(金曜日)午後～13日(土曜日)

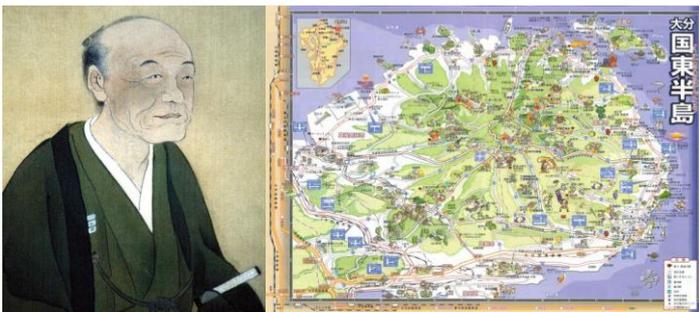
6月 2日(金曜日) ～ 3日(土曜日)

5月13日の代診は久保先生です。学術総会シーズンで申し訳ありません。

### 2. ホームページ(mitani-fc.com)ニュース

4月27日にミタクリのホームページをリニューアルしました。山内さんのセンスで、みやすく、利便性に優れたものになっています。ちぐさのもりのページも新設されましたよ。ぜひご訪問くださいね。

### 【ミタクリ歳時記 三浦梅園(ばいえん)を想う】



三浦梅園(1723～1789)は、一般的にはあまり馴染みがありませんが、大分県の国東(くにさき)半島に居を構えた医師であり優れた思想家です。彼は、長崎・出島に赴き蘭学(自然科学)を学んだ以外はほとんどその生涯をこの地で過ごしました。先達や書物の教えを鵜呑みにせず、「なぜと疑問に思ったことを、とことん考えぬく」姿勢(懐疑的態度とされます)で検証を続け、そのなかで天地・陰陽・上下・内外など、対比する概念を常に一まとまりのものとして考えました。祖父が「哲学の径」についてまとめる際「玄語」「贅語」「敢語」の梅園三語を話題にしましたが、その偉大さに気づくのは後のことでした。漢方医学を学ぶにあたり、私にとっては、陰陽・虚実・寒熱など正反対の概念がひとの身体の中で同時に存在することをどう理解するか?がテーマでした。そこで、漢方の底流である儒学と蘭学を融合し、自然には法則・条理があると説く梅園の考え方、生き方に触れる機会を得ました。言葉の解釈としての機械的な二元論ではなく、ひとの中でこそ梅園の思想はイキイキと息づいています。「師とするは天地なり」(岩波文庫・三浦梅園集)

### 3. 糖尿病フットケア足月間の予告(今年もやります！)

6月は糖尿病の足月間です。ムシムシする6月は、糖尿病の方にとって、足白癬などの出やすい季節です。足をチェックしますので、ストッキングは脱いで、素足になりやすい格好でお越しく下さい。

### 4. 川柳コーナー(今回はシャレになりません)

忖度(そんたく)を する人もなく 気楽な身

流行語大賞にノミネートされそうですね、忖度・・・

臣民や 教育勅語 復活し

銃剣道 必修科目の 仲間入り

憲法を改正し、武器で国家を守ろうとする安部さんの強い意志を感じます。景気も大事ですが、いのちが危機にさらされています。次の選挙は正念場となりそうです。

## 【欣子先生の診察室便り】



昨年より三谷先生と私が参加しているものとして、私の母校である奈良県立医科大学と早稲田大学都市計画研究室が連携して立ち上げられた「医学を基礎とするまちづくり」(MBT: Medicine - Based Town) というプロジェクトがあります。これは橿原市にある奈良県立医大のすぐそばに今井町という重要伝統的建築物保存地域があるのですが、人口減少によって増えてきた空き家を再生利用しまちなかの医療・福祉・健康のサービス、コミュニティの拠点にしていこう、そして同時にまちなみの景観を保存していこうという新しい取り組みです。

そこから派生して、以前にも書きました奈良県の“漢方のメッカ”プロジェクト(奈良県で古くからおこなわれてきた生薬(薬用作物)を再び生産しようという取り組み)と相まって、宇陀町や高取町などでの薬草を使ったまちおこしとして農村医療ツーリズムの取り組みも始まりました。昨年はその準備として早稲田大学の台湾視察にご一緒させていただきました。ある原住民族タイヤル族の小学校では子供たちに薬草教育を行っていました。卒業する時にはその地域に生

える薬草を見分けられ、効能などを説明できるようになることで子供たちの自己肯定感も高まるとのこと。私たち訪問者にも薬草の知識を披露し、薬草で石鹸をつくり、薬草でデザートをつくってふるまってくれました。低賃金労働者が多い地域で、その母親たちが薬草石鹸を販売するビジネスを学校が支援。原住民にとってももとは雑草としか認識されていなかった薬草を、宝の資源に変換させた校長先生の取り組みは素晴らしいものでした。また、台北の淡水という港町から山側にあがっていった村では、お年寄りたちが薬草を育て、お茶をつくり、村人たちが集う場所でそれをいただくという取り組みも見学しました。もともとは“一緒にごはんをたべよう!”からはじまったというところが「ちぐさのもり」と似ているのです。そこは、集う場所お寺が提供し、ボランティアが食事を作り、村の人たちがお金を払って一緒にお昼ご飯を食べだしたのがきっかけで、結構な坂道をのぼりおりして水を運び、腰をかがめて薬草の手入れをする中で、村の人同志の交流が盛んになりました。これからの超高齢化社会では、老化という「すっきりしない病気を抱えたまま」生活する時代ですので、食事・運動をはじめ心の持ち方や人との良好な関係など、薬に頼らないで自分の力で自分の健康を維持することが大事です。それが、意図せず自然な形で村の人々に受け入れられていました。それらの映像を編集されたものがあります。またミタクリのホームページ上にアップしておきますのでごらんくださいね。その時の早稲田のメンバーが私たちの「ちぐさのもり」に非常に興味を持ってくれて、いまこのプロジェクトと並行して調査をしてくれています。医療・コミュニティ・まちづくり・薬草・・・ひとまちも元気にしたいまさに私たちの興味そのものです。今年はどうな活動になるのかな? どうぞ期待!

### 【外来担当医一覧 2017年5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	