

みどりの季節、5月です。年度変わりで行事などが多かった4月の疲れは残っていませんか。どうも、気温・気圧の変化が大きくて、体調を崩しやすいですが、着るものを工夫して元気に乗り切りましょう。



さあ、五月を迎えました。GW、皆さんも計画いろいろ立てておられることでしょう。ただ例年ですが天候は不安定、クリニックでも先月末から気温の乱高下で体調を崩す方が多かったですね。そうはいつても、何日かはカラッと晴れて欲しいです。それって「五月晴れ（さつきばれ）」？いえ、その表現、本来は旧暦の五月、新暦では梅雨の合間の晴れ間を指しますが、もはや誤用が定着してしまいました。一方、五月雨（さみだれ）は、現在も梅雨を指すことばとして理解されています。日本語、難しいなあ。

【ニュース】

1. 診療日の変更をお知らせします。

今月の診療日の変更はありません。

6月8日（金曜日）夜診のみ休診

6月9日（土曜日）休診

日本東洋医学会出席のため 代診はありません

2. 骨そしょう症の検査の日程

5月は 15日（火曜日）午前 です。前回から4ヶ月、間が空いていれば再度受ける事が出来ますよ。

3. 長谷川式検査を気軽に受けることが出来ます

皆さんの中で物忘れに悩んでる方（ご家族の方でも）おられませんか。この検査は、記憶力などのチェックが簡単にできます。窓口・診察室でお尋ねください。

【ミタクリ漢方講座 漢方診療の実際】



私たちは日々病人さんと向き合い、東西両医学を駆使して方針を立てています。診察が始まります。「ベロを出して下さいね。ペーっ！はい、結構ですよ。」ほんの数秒ですが得られる情報は豊富です。舌は訴えかけています。毎日のつらさ、しんどさ、それを理解してもらえない悔しさ、先生何とかして下さい、こちらまでつらくなることもあります。漢方医学は「証（しょう）」に随って診断し治療方針を決めていきます。紅舌・茸状乳頭のうっ滞・地図状の苔と揃えば柴胡剤、厚みのある舌（水毒）に厚い苔がのっていれば六君子湯、亀裂舌には気虚対策、そ

して鏡面舌には人参もしくは四逆湯類と一定のルールはあります。しかし、色と形だけの分析で「証」に到達できるのでしょうか。漢方医を目指して日々努力していた時、指導医の診察に陪席するたびに「なんで病人さんのことが、そこまでわかるんやろう。」と感動しました。神経内科の研修で脳波やMRIをみて指導される先生の系統的な診断技術に驚いたように・・・その中で東西両医学の違いを理解できました。変化するひとを一時的に静止させて捉えるのが「病名・診断」ですが、変化を変化としてまるごと捉えるのが「証」なのですね。診察室では患者さんと私は基本的には一対一です（家族に入っていたくことも多いですが）。まず「その人の身体」の中で何が起きているのかを考えるのが生物学的な視点です。主病名を考え、鑑別診断をできるだけ挙げ、多種多様な検査を行った上で病名・診断を絞り込んで治療方針を立てます。一方「検査ではどこも悪くないのに不調」という方に対しては、それだけでは不十分ですね。漢方医学に目が向けられたポイントの一つはここにあります。しかし漢方薬を単に「くすり」と考える立場では「安全性の高い薬効」で難治とされた病人さんが元気にはなりません。図を見てください。タマネギの芯の部分が病人さんです。病人さんには家族・友人がいる、職場（学校）の中で生活しておられる。地域との関わり、社会の影響抜きには考えられない、四季の変化も・・・舌を診ながら考えること・受けとめるのはそういうことですね。漢方医学には、「ひとを社会的な存在とみる」優れた視点があります。ひとりの病人さんに対し、治療の守備範囲をどこまで拡げて考えるかを確認しながら向き合うことで、その本領が発揮されていきます。「漢方薬をのむこと」だけが漢方治療ではないんですね。

【ヤギの由無し事（よしなしごと）】



2回目登場の米本千春です。自己紹介はミタクリ通信 2017 年 9 月号に載せていただいていますので、よろしければご覧ください。実は4月から常勤となりました。皆さま、より一層よろしく願います。三谷先生からミタクリ通信連載の指令をいただきましたので、“ヤギの由無し事”と名付けました。

ヤギの由来は、何でしょう？ 3つあります。（答えは最後に）最近…だいぶ昔…に『徒然草（つれづれぐさ）』を習った覚えのある方もいらっしゃると思います。鎌倉時代に吉田兼好がまとめた随筆です。冒頭は、『つれづれなるままに、日くらし硯（すすり）にむかひて、心にうつりゆくよしなし事を、そこはかたなく書きつれば、あやうこそものぐるほしけれ。』なのですが、この中で『つれづれなるままに』と『よしなしごと』だけが頭に残っていました。

- ・つれづれなるままに → することもなく手持ちぶさたなのにかかせて
- ・よしなしごと → 心に浮かんで消えてゆくたわいもないこと

だそうです。ミタクリ通信には、ふと思いついたことを書きたいなと思った時に、『よしなしごと』が思い浮かびました。

というわけで、由無し事（よしなしごと）と名付けました。

最近には年に数回山歩きを企画しています。先日、ツツジを見に大和葛城山を登ってきました。山一面に広がる一目百万本のツツジは見ごたえがあるんです。今年は冬が終わるとすぐに暑くなりましたよね。そのため、ツツジの開花は去年より1週間くらい早くて、連休中に見頃となりました。去年の台風 21 号で登山道がしばらく通行止めとなっていました。地元の方が頑張ってくださいましたお陰で、無事開通しました。山頂で（少しだけ）飲むビールは格別です。ロープウェイでも登れますので、お子さんや脚（体力）に自信のない方も行ってみてください。一面ススキの秋もお勧めです。皆さんで、山歩きをされる方がいらっしゃったら、ぜひお勧めの場所を教えてくださいね。

最後に、ヤギの由来を。 1. やぎ座です 2. ヤギに似ていると言われたことがあります 3. ヤギの鳴きまねができます 《一番の理由》 天王寺動物園のヤギ舎の前で鳴きまねをしたら、ヤギ達が一斉に寄ってきてちょっと怖かったです。ちょうど隣にいた子どもさんがびっくりしていて恥ずかしかったです。ちなみに、ヒツジ舎の前でもヒツジ達が寄ってきました。機会がありましたら皆さまにご披露いたしましょうか（笑）。

【外来担当医一覧 2018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 米本 | 三谷 | 巽/三谷 | 巽 | 巽/三谷 | 三谷 |
| 午後 (14:00-16:00) | 巽(予約) 米本(訪問診療) | 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 | |