

本の紹介 「あの日 ～おおつち保育園 3.11～」

この本は、むつごろう・むつみ薬局が大変お世話になっています画家の森谷明子先生の作品です。森谷先生の作品はどれも素晴らしいものばかりですが、子供向けの絵本も出版されています。作品のすべてに森谷先生の心の優しさが表れています。どうぞご興味のある方は、一度読んでみてください。(鈴木)

「ゆず組は7人。でも本当は11人だった。」

この絵本は、2011年3月11日に東日本大震災によって津波の被害を受けた、岩手県大槌町おおつち保育園の物語です。つらい経験を語ってくださった園長先生、そして震災直後よりおおつち保育園に寄り添ってきた、静岡うみねこの会と静岡県ボランティア協会の協力により、一冊の絵本ができあがりました。

静岡うみねこの会から依頼を受け、八木澤園長のもとへ取材に行ったのは、震災後2年半のことでした。被災者でもない自分が、代弁者として絵を書き文に起こすことに、私自身大きな重圧があり、それ以上に、このお話を絵本として視覚化させることは、おおつち保育園の側でも大変な勇気と決断を必要をしました。けれど、まるで天使になった子どもたちに背中を押されるように、不思議な偶然が重なりこの本は完成し、そして現在も心ある人の手から手へと広がっています。発行から2年は書店にはおかず口コミのみで、静岡県内で6千部が完売となり、すでに県外の様々な地域の方々のもとへと広がっています。

昨夏に第3刷り増版をし、現在は静岡市内の書店でも購入できるようになっています。一人でも多くの方にお手に取っていただけるよう、カバー無しの簡易装丁定価 800 円です。利益は静岡県ボランティア協会を通し、おおつち保育園の研修会等にあてられています。

誰にでも訪れる親しい人との別れという出来事と、どう向き合っていくべきか。災害への備えや震災の記憶を留める、といった意味合いだけでなく、全ての人に問いかげられる「生きる力」を、この本の制作を通し考えさせられました。子どもたちの想い、先生たちの想いを、少しでも多くの人々と分かち合うことができますように。

絵・再話 森谷明子
語り 八木澤弓美子
監修 静岡うみねこの会

森谷明子(もりやあきこ)
1969年 静岡県磐田市生まれ 静岡市在住 無所属。
筑波大学卒、同大学院芸術研究科美術専攻日本画分野修了。東京・静岡を中心に制作発表を行うかたわら、寺社奉納絵画にも力を注ぐ。またコラム「ジャポニスム、ふたたび」を静岡新聞に寄稿。同テーマの講演講座等を通して日本文化の再発見を呼びかけている。



MUTSUGORO & MUTSUMI PHARMACY

NEWSPAPER

no.178

むつごろう&むつみ薬局新聞



徳川家康公 駿府城の桜

「天は長く、地は久し。天地の能く長く且つ久しき所以の者は、その自ら生きざるを以てなり。故に能く長生す。ここを以て聖人はその身を退けて身先んじ、その身を外にして身存す。その私なきを以てにあらざるや。故に能くその私を成す。(老子)」

これは有名な老子のことばです。何を言っているかと申しますと、「天と地の寿命は永遠である。その理由は、自分自身のために生きようとしなからである。自分を中心にしないで、まず相手を立てると、かえって人から立てられ重きを置かれる。私ごとを捨てるとかえって自分が生かされることになる。」ということです。残念なことに現代社会では、この反対が主流となりつつあるのではないのでしょうか。自分の身を引いて相手を立てるとするのは、漢方の世界でもよくあるのです。

我が身を引いて相手を立てる薬草「芍薬」

冒頭に出てきた、真っ赤な芽を春一番に出す芍薬がこのお話の主人公になります。「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」という故事ことわざに出てくる芍薬の根っこ。美しい女性の容姿や立ち居振る舞いを花にたとえて形容する言葉ですが、芍薬や牡丹の根っこは、婦人科の漢方薬に多く使われていて、**血行をよくして女性を元気にする薬草**なのです。また漢方処方全体から見て

影の立役者

皆さんこんにちは。

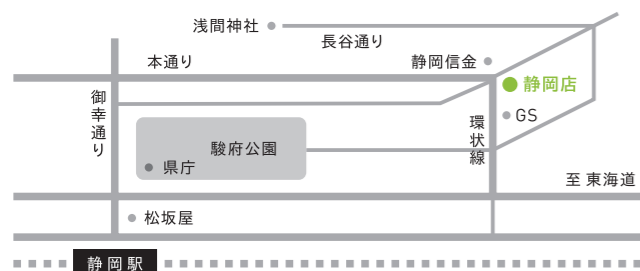
寒い冬が終わり春の香りが漂う季節となりました。この時期むつごろう薬草畑では、真っ赤な芍薬の芽が一番に顔を出します。芽吹く姿を見ていると、理由なく力が湧いてくるから不思議ですね。人間は自然から力をもらっていると感じる瞬間です。自然を大切にしなければなりませんね。これから畑では、薬草「当帰」の種まきが始まります。どれくらい発芽するかが楽しみです。またこの様子は HP で公開していきたいと考えていますので、楽しみにしてください。

さて、今回のお話は「影の立役者」です。きっかけは中国古典の一節に興味深い文章を見つけたことからでした。

静岡店(むつごろう薬局)
所在地: 〒420-0865 静岡市葵区東草深町 22-1
TEL: 054-(247)-6006
FAX: 054-(247)-6007
営業時間: 10:00~18:00 (18時以降は、要予約)
定休日: 日曜日・祝日
(12/31-1/3, 8/13-15 はお休みを頂きます。)
HP: <http://www.mutsugoro.co.jp>
EMAIL: info@mutsumi.com



東京店(不妊治療専門薬局むつみ薬局)
所在地: 〒104-0061 東京都中央区銀座3-8-17
銀座埋容会館ビル2F
TEL・FAX: 03-(3563)-6238
営業時間: 10:00~19:00 (予約制)
営業日: 火曜日・土曜日
(12/31-1/3, 8/13-15 はお休みを頂きます。)
HP: <http://www.ginzamutsumi.com>
EMAIL: info@ginzamutsumi.com



もなくなくてはならない大切な薬草です。例えば、皆様がご存知の風邪薬、葛根湯にも含まれます。この芍薬が、我が身を引いて相手を立てることがあります。それが、**桂枝去芍薬湯**という漢方薬です。**桂枝湯から芍薬を除く(去)**という意味です。桂枝湯は漢方薬の中で一番の基本処方で、五種類(桂枝、芍薬、生姜、大棗、甘草)の薬草から作られています。そしてこの中の芍薬の役割は`重石`の働きがあり、**他の4種類の生薬の調節役**として大切な成分です。この安定した組み合わせを崩してまで芍薬を除く理由とは……。

肺癌に効を奏した桂姜棗草黄辛附湯

先日、私の漢方の師匠から連絡がありました。漢方薬を服用した方の肺癌が6分に1の大きさになったそうです。直接その人とお話しする機会があり大変喜んでおられました。漢方薬の力は時としてすごいものがありますね。使われた漢方薬は桂姜棗草黄辛附湯で、**桂枝去芍薬湯**に麻黄附子細辛湯を混ぜた漢方薬です。この漢方薬の注目する所は、芍薬を除いてあることです。たかが一味でそんなに変わるのと思われるかもしれませんが、これが漢方特有の匙加減なのです。決して芍薬が癌に悪いと言うわけではなく、芍薬を除くことにより皮膚の緊張をゆるませ、毒素を発散させやすくするからなのです。

少し話が難しくなりますが、きんぎょうりやく金匱要略という古典の医学書があります。そこには「**気分、心下堅、大ナルコト盤ノ如ク、辺旋杯ノ如キハ、水飲ノ作ス所**」と出ています。翻訳すると、「胸苦さがあり、鳩尾と臍のちょうど中間の場所に円盤の塊があり押すと痛む」となります。塊を取り除き胸苦しさをのぞく目的を強めるために重石(芍薬)をはずし、その結果、肌表の緊張を緩ませ一気に中間にある水毒を発汗させると考えます。影の立役者「芍薬」の目立たぬ身の引き方はお見事です。

その他、心臓疾患で強心しなければならない場合や、腸に侵入した菌を下痢させて外に出さなければならない状況下でも芍薬は自ら身を引きその働きを助けているのです。

無農薬栽培にこだわった理由

芍薬一味の働きを知れば知るほど漢方薬全体がわかってきます。その除き方を知ると反対に正しい使い方がわかってきます。ところで東洋医学の考え方に「**表裏**」というものがあります。皆様はもうご存知かもしれませんが、「**皮膚と内臓**」と考えて下さい。芍薬は内臓の筋肉を緩めて皮膚を緊張させる働きがあると思います。また、芍薬を除きますと皮膚の緊張が取れます。この働きを利用して多くの不妊症を中心とした婦人科の病気、心臓疾患や自律神経失調症の方など、よい経過を辿ったと思います。そして、明らかに芍薬は漢方薬の中で最も重要な薬草の一つなのです。だからこそ私たちは20年以上無農薬栽培にこだわってきたのです。

(無農薬栽培の芍薬は年によっては、在庫が切れてしまう場合もありますのでご了承下さい。)

小人形法

先日ひどい腰痛になってしまいました。今回、ギックリとはならなかったのですが、だんだん痛くなり、ギックリ腰と同じように横になっても体を動かすのがつらいほどでした。以前むつごろう新聞(154号)でも紹介した内くるぶしの近くにある「中封(ちゅうほう)」にやっとのことで円皮鍼(絆創膏に鍼がついているようなもの)を貼ったのですが、鍼が長すぎてチクチクしてすぐに取りました。新聞のようにアルミホイルなどを丸めて貼って、桂枝茯苓丸を飲めばよかったかもしれません。少しよくなってから日課のお灸をやる姿勢になったらまた腰痛が悪化してしまいました。ものすごく痛い時には、自分で体の遠くに治療するのは難しいということに気づきました。

テレビで女優さんが夜眠るときに眉間にテープを貼っているという話をしていたので、メガネをはずして鏡を見てみました。普段メガネをしているので気づかなかったのですが、右と左の目頭の間に深いしわが何本か入っ

ていました。突然、ここは女性では腰にあたる部分だということ思い出しました。小人形法と言って、顔の中に人形があるように考えます。男性の場合は眉毛が両腕、法令線が両脚にあたります。女性の場合は人形が逆さになっていて、眉毛が両脚、法令線が両腕です。シワになっている部分を揉んだおかげか、ちょうど治る時期だったのか腰痛が軽くなりました。腰痛になったのは体重増加と体幹の筋肉がなくなったからだと思います。ヨガをやめてから4年が経ちましたが、今度は家でやることにします。

顔の中の人形…顔だったらすぐ刺激できるので、覚えておいていただければと思います。足がしびれたとき、眉毛を叩くといいと聞いたことがありましたが、これによると男性は口元の方がいいのでしょうか。是非試してみてください。

「むつごろう健康五ヶ条」

- 一、人は自然界の一部であり、その調和で成り立つ。
- 一、心と身体は常に一体である。
- 一、なぜ病になったのか、その原因を考えること。
- 一、無理せず、無駄せず、継続すること。
- 一、真の健康とは、心と身体が調和し常に自然体である。

INFORMATION

営業時間変更のお知らせ(静岡店)

1月より静岡店の営業時間が変更になっておりますのでご注意ください。
10時-18時(18時以降は予約制。お電話にてご予約下さい。)



小人形法

INFORMATION



NHK BS プレミアムに出演

去る2月23日(木)放送の歴史番組に徳川家康公、秘伝の漢方薬の説明を致しました。再放送があるかもしれませんがその際はご覧ください。



大学講義によるお休みのお知らせ(東京店)

4/4(火) 5/30(火) 6/20(火)は薬学部漢方講義のため東京店(むつみ薬局)はお休みさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますがよろしくお願い致します。

はこにわ薬草畑

清水港を見下ろす薬草畑は今年で2年目に入りました。今年は当帰の種まきを予定しています。また、2月にスペイン甘草の苗を頂き、畑のよせに植えて見ました。甘草は砂漠などの乾燥地帯を好みますのでうまく目が出てくれることを望んでいます。これから、6月に向けて畑が賑やかになってきます。畑の様子はホームページで随時お知らせしていますのでご覧ください。