

風の習俗

「風」という言葉には、様々な広がりがあります。
「風」の熟語をひくと、風力・風土・風習・風評など多数記載されております。
料理の味わいを「風味」といい、人の姿かたち、身なりや様子ぶりにおいては「風容」や「風格」の言葉が用いられます。
口語的には、「風が良い」とか「風が悪い」などと使用されます。
また、人格や人柄においては、「風神」という言葉があります。

風味も風容も風格も、眼に見えない人の精神活動が「かたち」に表出されたものです。
姿やかたち、身なりや振る舞いにおいては、自己を辱め卑しめることがないように、十分に心を配らなければなりません。

いつの間にか時代の流れとともに、良き風習が簡素化されていき、古きものが消えつつあります。
そして現実としてこの現代社会、決して精神性の高い美的評価は得られないものです。
だからこそ、日本人としてあえて思う事は、

『一つ、一つの振る舞いにこそ、心を配りたい』

ということです。

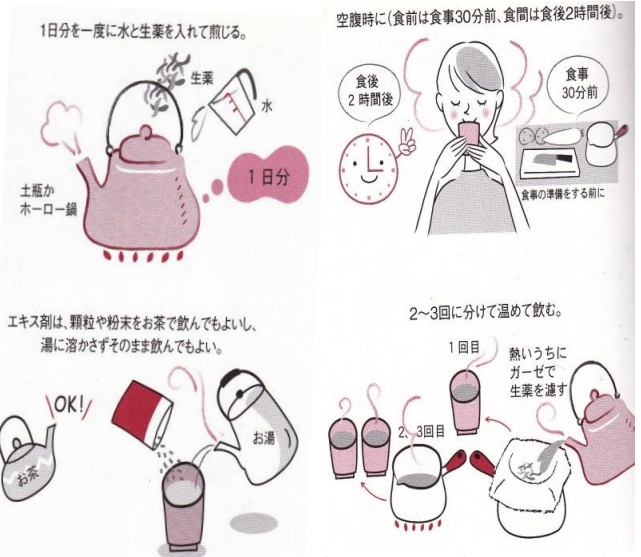
漢方薬による治療法

ひとりひとりの症状に合わせてつくる煎じ薬が一番ですが、
便利なエキス剤でも一定の効果は望めます。空腹時に飲むのが基本です。

漢方薬は、いくつかの「生薬」を組み合わせで作られます。
漢方薬といっても、さまざまな剤型があることをご存じでしょうか。
生薬を煎じる「煎じ薬」は有名ですが、そのほか煎じ薬の「エキス」を顆粒や錠剤にしたもの、生薬末を小さく丸めた「丸剤」、生薬を粉にした「散剤」などがあります。
煎じ薬は一人一人の症状に合わせて、生薬の種類や量を加減することが出来る為、きめ細やかな治療を行えます。
煎じ薬は漢方薬の王道と言えますが、人によっては面倒、臭いが気になる、持ち運びに不便などという欠点もあります。
しかし、病気・症状によっては、煎じ薬でなければ良い結果が出ないこともあります。

【飲み方の基本】

煎じ薬は一日分を一度に水と生薬を入れて30～40分とろ火で煎じます。煎じ終わったら生薬を取り出し、2～3回に分けて飲みます。その都度温めて飲みましょう。
エキス剤は顆粒や粉末になっています。そのまま飲んでもよいですが、苦味などが大丈夫であれば、湯に溶かして煎じ薬のようにして飲むことをお勧めします。



院長のつぶやき

11月のデイサービスの開所に向けて、凄まじく激しく時間が過ぎております。
アクト治療院とは別会社として、新たに設立し1からスタート致します。

株式会社 レガーマ と申します。

「レガーマ」とは、イタリア語で【絆】という意味です。どうぞ、宜しくお願ひ致します。

こちらでの新メンバーも決まり、新たに「チーム青木」が出来ました。
人を雇用する立場になり、できるだけ長く共に頑張りたいと思い、そういう思いで環境を整備していたつもりですが、届かない人には届かないのかもしれませんが…。それも私の力不足なのでしょう…。
私自身、気持ち新たに頑張りたいと思います。

ちょいメモ

「神経痛」
外から痛みを鎮める

カボチャ湿布・ウメ酒湿布

カボチャ湿布は肋間神経痛によく効きます。
適当な大きさに切った皮つきのカボチャを蒸してすり鉢でつぶしたら、やけどをしない程度の熱を保っているうちに、ガーゼに伸ばして痛む所に貼ります。
ウメ酒湿布は、ウメ酒をガーゼに含ませて痛む所に貼るだけでかまいませんが、なるべく氷砂糖の入っていないものを使います。

