



題字 新保勝海書

草声

入学

なかよし なかよし
みんな なかよし
小学一年生の国語のはじめです。新入生にとっては、生まれて初めて接する教科書であり、長い道程となる第一歩でもあるのです。

その一つは、所謂「初級の学校」という意味であり、昔、王城の一隅に置かれていた小学校を始まりとするというものです。その第二は、学問や知識そのものではなく、その基となる、例えば文字や文章の学問のことであり、さらに第三番目には、仏教に於ける小乗と似た意味で、我々の日常生活の実践の学問を指すという事です。

小さな親切

小さなフィルム、大きな思い出

千葉県 高校生 女性 (18)

京都修学旅行の思い出。自由見学の日にタクシーに乗って友達と銀閣寺へ。特に運転手さんとの会話もなくお金を払って降りた。いろんな所を見学し、宿舎に戻って気づいた。撮り終わったフィルムが一本どこかいつっちゃった。

夕方京都に住んでいる姉に会うために、宿の玄関に一人立っていた。なかなかこなくてイライラしているところに一台のタクシーが。姉が降りてくるのかと思っていたら運転手のおじさんが降りてきて、右手にはフィルムが。私を見て「あー、あんたやー! あんたやー! フィルム車に忘れていった

童謡

どこかで春が

草川信一作曲 百田宗治一作詞

一、どこかで「春」が生れてる
どこかで水がながれ出す

二、どこかで雲雀が啼いている
どこかで芽の出る音がする

三、山の三月
東風吹いて
どこかで「春」がうまれてる

作詞は百田宗治(一八九三—一九五五)大阪生まれ。詩人、児童文学者。詩集「最初の一人」「人と全体」「パイプの中の家族」など多数。草川信のメロデーも爽やかな抒情をたたえた佳曲で、野山に春がやってくる気配を、一語一語感情をこめて歌うことができている傑作です。

「うごこも」たちを
考えよう

自己表現力

私たちにあって、自分自身のことを有効に表現する能力は、社会生活を送るのに、極めて大切で、この能力は、誕生時点から、私たちに備わっています。当初は、泣くことしか自分のことを表現できません。ミルクが欲しくて、オシメがぬれていても、抱いてほしくて、同じです。したがって、これを的確につかんで、赤ちゃんが何を欲しているか、判断し、対処するのは、母親です。真に愛情にあふれ、自身も幸せな家庭生活を送っている母親ならば、最初は失敗しても、すぐに赤ちゃんの泣きかたで要求がつかめるようになります。こうして、赤ちゃんは、空腹、不快、甘えといった違った感覚や感情を、それぞれの方法で表現することで覚えていきます。その繰り返しの中で、感覚や感情自身をも、分化していくのです。

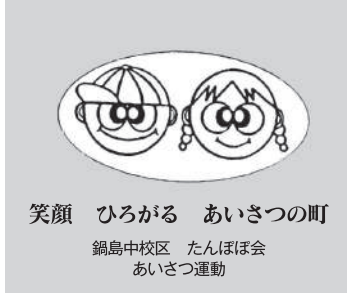
母親の心情

ところが、母親自身が家庭で幸せに感じていなかったり、関心が育児より別のところにあったりすると、この微

「あのときはありがとう」

でえー。こんなちっぽけな車の中に大切な思い出忘れているってどうすんねん。おたくの学校名分かんし、どこの宿かも分からんから、かたづけし調べて、人に聞いてきたんやでえー。あんたここにいてくれてよかったわー!。私はびっくりしてしまつて、ただ「ありがとう」が溢れます!。ありがとうございます!。このことを連発してフィルムを受け取りました。私もしこの場所にいなかったらフィルムは私の元に返ってこなかったと思います。タクシー名も、運転手さんの名も分かりませんが、この写真を見るたび、心の中で、ありがとございます!と感謝の気持ちでいっぱいになります。このはがきで伝わるかどうか分からないけれど、改めてお礼を言いたいです。どうもありがとうございます。

真の原因
子どもに問題がでてくると、あわてて本を読んだり、相談所に行ったりする親が多いようです。もちろん、それも大切なことですが、十年も、それ以上も前のことが原因になっていることがあることを知って欲しいと思います。言葉がしゃべれず、ただ泣いてばかりいた頃、何も分からないだろうとたかをくくっていた頃に、親が赤ちゃんにしたことを思い浮かべて欲しいのです。自己表現を促す、という意味では、ゼロ歳からの親の係わりが問題になります。これは、なりゆき上、母親の態度が問題になります。この母親がどういう気持ちで暮らしているかは、父親や、その他の家族の問題でもありません。



笑顔 ひろがる あいさつの町
鍋島中校区 たんぽぽ会 あいさつ運動

行動の原因が、生まれた直後の新生児期や、それに続く乳幼児期の育て方にあるというところ、いまさらどうなるか、という人がおられるかもしれない。しかし、そのこと、本当の反省なしには、反抗期だから思春期だから、といった個別の場合あたりの対応では、真に子どもの問題を解決することがむずかしいことはありません。
真実を教える
子どもは常にものごとの真理を知りたがり、追求していることと望んでいます。したがって、その年齢に応じて、理解できる範囲で、正しいことを小さい時から教えていく必要があるし、子どもも教えれば理解していきます。

兄弟葛藤がもたらすストレス
オヤツが少ない、オモチャを取られた、に始まり、成人してからは、親の遺産相続に至るまで、世に兄弟ゲンカの種類はつきません。このような物質的なことによる、表面的によくわかるケンカ以外に、兄弟はお互いに大きな影響を与え、精神的ケンカを秘かに行っています。
また、両親や祖父母がそれぞれ別々の子どもをたくに可愛がる場合も、兄弟葛藤が起ります。これは、母親に可愛がられなかった子どもに、大きな精神的ストレスが生じるからです。たとえば、祖母や父親があまり長男を可愛がるので、母親が叱り役に回った、というような場合、長男には母親に対して大きな不信感や寂しさが芽ばえて、下の兄弟に対し、精神葛藤が起ります。これは、子どもと母親の間に信頼が結ばれることがすべての人間関係の基本で、これは他では代用できないものだからです。

医療法人 コールメディカル クリニック佐賀
理事長 山口 宗孝
〒849-0907 佐賀市鍋島4丁目1番23号
☎33-2626【外来】
☎20-6622【訪問診療】

漢方と調剤
健康に感謝
ヤマト薬局
尼寺店
☎62-8162
佐賀市大和町尼寺 グリコ北
処方せんは
どこの処方せんでも受付ます。

漢方と調剤
健康に感謝
ヤマト薬局
立石店
☎51-2882
〒840-0851 佐賀市大和町東山田2100-5
処方せんは
どこの処方せんでも受付ます。

健康を考える 養正会
医大前 養正会薬局
薬剤師 鍵山 稔明
☎30-2694
〒849-0937 佐賀市鍋島4丁目1-6
処方せんは佐賀医大病院ほか
どこの処方せんでも受け付けます。

ハブ茶 (決明子)



決明子

ハブ茶は名前の通り昔からお茶として多くの人々から愛飲されてきました。

マメ科の植物エビスグサの種子で、中国では決明子と言って、この種子を服用すると、目が明らかになるから決明と言うのだと「本草綱目」という古い本に書いてあります。

日本で現在各地で栽培されているエビスグサは北米原産で高さ1m位の一年草で葉先が丸く、葉は互生し、有柄で、托葉は早落性。八月頃鮮黄色の花をつける。果実はさやとなり線形で中に黄褐色のひし形の種子を多数つける。この種子が決明子、即ちハブ茶である。

薬用部位

ハブ茶の薬用部位は種子で、採取時期は10月～11月頃で天日乾燥して用いる。成分はアントラキノン系物質のクリソアノール、オプツシフォリンなどである。

薬効

慢性胃腸病で便秘

一日量20gを700mlの水で約30分ぐらい半分以下になる様に濃く煎じてお茶がわりに飲む。濃く煮つめることが大事で、濃く煎じたものが飲みにくいならば、それを薄めて飲むとよい。又、ハブ茶で下痢気味になる場合はゲンノシヨウコを6～20g加えるとよい。ゲンノシヨウコの混ぜぐあいは、便のかげんによって多くしたり少なくしたりして調節するとよい。ゲンノシヨウコはあまり長くせんじないほうがよいから、ハブ茶を先によく煎じて、あとからゲンノシヨウコを入れ、さらに水を加えて10～15分煎じ直すことが肝心です。又、便秘のはげしい時は大黄1～2gを加えるとよい。ハブ茶20gは約一握りぐらいです。ハブ茶を使うときは、炒つてもよいが、炒つてから二ヶ月以上たつと効力が薄くなります。

高血圧、動脈硬化

ハブ茶10～20g、ドクダミ10～20gを煎じ、毎日お茶がわりに飲む。狭心症、動脈硬化を予防し、脳出血の予防にもなります。

ジン麻疹

ハブ茶、ドクダミ、ゲンノシヨウコ、それぞれ20gを合わせたものを一日量として煎服するとよい。

神経痛、リウマチ

ハブ茶20g、オオツツラフジ(木防己)20g、桑根皮(タワの根皮)12gを水700mlで煎じて半量にし、これを一日分として3回に分けて飲むとよい。

婦人病一般(血の道症)

ハブ茶6～12g、ドクダミ6g、ゲンノシヨウコ12g、夏枯草6gを長期に煎服するとよい。

二日酔い

ハブ茶30～50gを水360mlで半量になる様に濃く煎じて服用する。大酒を飲んだ場合には、これを飲んで寝ると二日酔いは免れる。

虫さされ、水虫

ハブ茶かハブソウの葉の生汁をつける。

腎炎(蛋白尿)

ハブ茶、キササゲ、ニワトコ各20gを煎じて服用する。

膀胱炎

ハブ茶、キササゲ、ゲンノシヨウコ各20gにワウルシ5gを合わせたものを煎じて服用する。

強壯

ハブ茶、ゲンノシヨウコを合わせたものをお茶がわりに飲む。ハブ茶は「腎精を増す」と古書にある。ホルモンの分泌を盛んにして精力旺盛な身体にする強壯剤ということである。

かすみ目、疲れ目

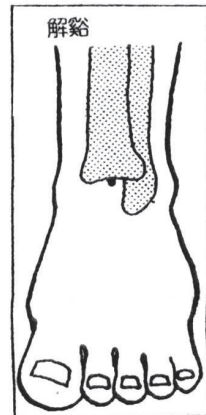
ハブ茶10g、ナンテン5gを合わせて煎服するとよい。

養正会薬局 (鍵山)

手技療法

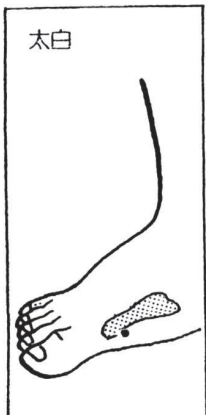
便秘による頭痛にも「解谿」

「解谿」は、胃経上のツボで、足首の前面中央、つま先を伸ばすと、少しくぼむところにあります。「解谿」は、五腧穴の経穴といって、とくにからだの異常があらわれやすく、治療に欠かせないツボのひとつです。



脾経の原穴「太白」

「原穴」とは、十二経路上にひとつずつある、とくにたいせつなツボです。「太白」は脾経の「原穴」で、足の内側の側面、土ふまずと第一中足骨との間のくぼみにあります。「太白」は、胃腸のほかの泌尿器、生殖器に関係しているツボなので、便秘をはじめ、排尿困難や足の冷え、不感症などの治療に用いられます。



知っていますか? おばあちゃんの知恵

リンゴ、ナシ、バナナ、酸です。リンゴやナシの皮をむいたり、傷つけたり、皮をむいたりしますと、きつない褐色になります。褐色になったものを見たら、味が悪く、かなり落ちておられます。この褐色になるのは、くだもの中に含まれている酵素によるものだからです。だから酵素の働きを止めれば褐色は止まります。酵素の働きを止める力のあるものは、食塩と

薬剤師 高木 丈夫



こどもの病氣シリーズ

じんましん

じんましんとは、突然皮膚の一部に発疹ができて赤く腫れ1～2時間程で消えてしまう病気で、小さいポツポツができる時と、それが丘状になり広がって大きな大陸のようになる時とがあります。じんましんには沢山の種類がありますが、大きく分けると食物、薬剤、物理的的刺激(接触、日光、機械的刺激、寒冷、運動)など特定の刺激によっておこるタイプと、きまつた刺激がわからないままに出没するタイプとがあります。ごくありふれた病気で約1/3の人が人生で二度はかかると言われています。殆どの場合、数日で治ってしましますが、ごくまれに長く続くこともありま

ります。じんましんは猛烈なかゆみを伴うことが多いのですが、かくと余計に発疹が広がり、ますますかゆみが増します。出始めにがまんする、早めに薬を飲むことが大事です。また患部に冷やしたタオルをあてるとかゆみが緩和されます。体が温まるとじんましんが出やすくなりますので、出ていた時は運動は避け血行が良くなるようなことはなるべくひかえて下さい。油物、甘いもの、刺激物も炎症を治りにくくさせますのでひかえましょう。刺激が特定できない時、精神的ストレスが原因ということもありません。受験前や不安な事がある時や、寝不足や疲れがたまると体力がおちてきた時に出ることもあります。親子、学校、友人などで良い関係を保ちましょう。



この病気で血液の中にじんましんをおこす物質が流れていると考えられます。この物質が皮膚の肥満細胞と血液の中の白血球の一種である好塩基球に作用して「ヒスタミン」を放出させます。その結果、かゆみやむくみが起

養正会薬局 薬剤部



漢方と調剤

健康に感謝

ヤマト薬局

江北店

☎86-2973

群馬県 群馬市 江北町 ジャスコ前

処方せんはどこの処方せんでも受付ます。