



草声

四季の色

日本には四季がある。春、夏、秋、冬、美しい四季があり、その季々に素晴らしい風情を見せてくれる。日本人は、その移ろいの中で生活をし、感性を研いできた。それは、季の風を色分け出来る「細やかさ」であり、小さな生き物を愛でる「気づかい」であり、その場の空気を「察して」行動出来る能力である。しかし今、その日本の感性が危ないという。会田雄次氏は、その著「日本人の忘れもの」の中で、日本的なものを忘れた日本の未来を危惧し、警鐘を与えている。氏と同じような危険感を抱く有識者は数多い。我々の周りでも理由は分からなくても、何とはなしの不安感が広がっている。生き物が生きてゆくうえで、危険の空気を察知する感性は大切な要素である。

幸い、日本の自然は豊かである。そのうえ四季の区別がある。その四季には、夫々色がある。例えば春は青い色。例えば夏は朱色。そして、秋は白、冬は黒色。つまり、青春、朱夏、白秋、玄冬となる。今は春、青春の真ん中である。息吹のときである。花が咲き、裸木に芽が吹き、新しい生命が次々に誕生する。自然界の生命の営みは未だ不可思議でしかない。そこに宇宙のエネルギーの存在を感じ得た先人達は偉大である。今はそのエネルギーも科学的に解明されつつある。しかし実は、解明し、証明することより、自ら感得する事の方がはるかに大切である。

童謡

てるてる坊主

中山晋平 作曲 浅原鏡村 作詞

一、てるてる坊主 てる坊主 あした天気にしておくれ つかの夢の空のよに 晴れたら 金の鈴あげよ

二、てるてる坊主 てる坊主 あした天気にしておくれ 私の願いを 聞いたなら あまいお酒を たんと飲ましょ

三、てるてる坊主 てる坊主 あした天気に しておくれ それでも曇って 泣いてたら そなたの首を チョンと切るぞ

大正十年「少女の友」六月号に発表した詩です。 作詞の浅原鏡村（一八九五—一九七七）は長野県生まれ。本名は六朗。早稲田大学英文科卒業。昭和初期に新興芸術派作家として活躍した人です。

子どもたちを 考えよう

子どもの詩

今回は子どもたちの詩を紹介いたします。まずは愉快編から。

けっこん

一年 しげあき ぼくはけっこんしたら 2かいめをしません したらまた ダイヤモンドを あげないといけないから ぼくは1かいめのおよめさんをお願いにします

おとうさん

一年 まさひろ おとうさんは こめやのパンをたべる あさ パンをたべる

おとうさん

一年 しんや ぼくがおとうさんに おこられようとき おとうさんが おならをしたから おとうさんがおあさんに おこられた

おなら

二年 けいこ ぶすん おならをこきました それから わたしはおくさんごっこをしました

やさしい手 一年 せいとつ おかあさんが 「きょうやさしいけしやうひんこ うてきてん」 ゆうたからおとうさんが 「なんぼええけしやうひんこ うてもむだやゆうことがやつと わかっつてんな」とわらいながら ゆうた やすいけしやうひんは おとうさんのへやーとにつく やつた

おもしろい 一年 きよみ いつものおしやうがつやつたら おにくをたべたりごちそうをたべるのに おちやぶげととしこしそばだけ だから みじめ おかあさんは おかあさん じよやのかねをききながら、 みんなでがんばろうなといった

わらいながら いっぺんほかのベッドで ねてみたいなあと 敬子ちゃん は笑いながら、貧富を批判します。大人社会に対する強烈な不満があるので、もちろん子どもの心には優しさが多くを占めています。

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 どの処方せんでも受付ます。

やさしい手の温もり 群馬県 女性 (27) 私は二年前に摂食障害による貧血で、外出先のデパートの中で倒れました。目がまわり、体中がゾクゾクとし、四肢がこわばり、このまま死んでしまうのではないかと、と思う程の恐怖を味わったのです。一緒にいた妹は救急車を呼ぶためにそばを離れ、床に倒れたまま一人で苦しんでいた私に、そっと何かがかかれたのはその時でした。と同時に、冷たくなり感覚もないまま投げだしていた両手を、誰かのあたた

かい手がギョツと包んでくれたのです。「大丈夫、すぐ治るから」と耳元で言ってくれたその人を、目を開けることができなかつた私は見ることができませんでしたが、その人の手の温もりが、私の体に伝わってくるのを感じ、恐怖がどんでんうすれていくの感じていました。 幸い、すぐに救急車が着き、近くの病院で治療を受け、大事には至りませんでした。今でも時々、あの時両手を包んでくれたあたたかいその人を思い出し、心の中で感謝しつつ健康の回復に努めている毎日です。名前も顔もわからないけれど、いつかどこかでまたお目にかかれますでしょうか……。

「あのときはありがとう」

ただいま 一年 きよみ おかあさんがしごとについているから 学校からかえって「ただいま」といっても だれもこたえてくれない でもわたしのところの中におかあさんがいるから へんじをしてくれる

あつげらんかんと見える子どもたちの心の中にも複雑なものがあります。 三年 敬子 かねもちのいえはベッドがある わたしのいえはしゃんががある おねもちの子はわらうとき おじよひんに口に手をあてて ほほほとわらう わたしはうがいをするみたいに大きな口をあけて がらがらがらとわらう

「いそがしいのやつたら ぼく てつどうたる」といった 「いらん」と おかあちゃん 「なぜ？」と きくと 「子どもやのに かわいそうやないか」といふ ほんまにかわいそうなのは おかあちゃんやのに

子どもたちの心の中には優しさも残酷さも楽しさも悲しさも複雑に同居しています。その中から優しさや楽しさを引き出し、悲しさや苦しさを表現していく方法を正しく学ばせてやる事が大切だと思います。そして子どもたちの持っている可能性を良い方向に伸ばしてやりたいものだと思います。

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】

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 どの処方せんでも受付ます。

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 どの処方せんでも受け付けます。

# ドクダミ



梅雨のころ白い花を咲かすが、この白い花は葉の変形したもので、真ん中なの棒状(黄色)のものだけが花。

葉は赤みをおび、ハート形。

ドクダミは、たいてい日の当たらないやや陰湿な場所に自生する。

毒下しの妙薬といわれるドクダミ、名前の由来は毒痛み(毒にも痛みにも効く)からとられたであろうと言われている。又、十種の薬に値する。十種の病気に効くということから「十薬」。重ねて薬となるということから「重薬」とも呼ばれる。佐賀の方言としては、この薬がクワド(ガマガエル)が好む湿りけのある所に生えていることから「ワクドグサ」。又、トベラグサ、ヘクソカズラ等とも呼ばれている。昔から民間薬として広く使用されており、現在でもゲンノシヨウコ、ハブ茶と共に最もよく使われております。

は卵状心臓形で、先端は急にとがり、紫紅色を帯びて、サツマイモの葉のような形をしている。梅雨のころ白色四角の十字状の花を開き、ガクと花弁とがない細かい花の集まりである。「どくだみや真昼の闇の白十字」「どくだみの花の白さに夜風あり」等と吟まれて親しまれている。採取時期は花期(梅雨の頃、この花の開花が梅雨入りの目安になる)で、この時に地上部全草を取り、日光に二日ほどあて、あと日陰干しして乾燥して適当な大きさに切り、紙袋に入れて貯蔵しておく。

## 薬効

一成分のデカノイルアセトアルデヒドは、カビの発育をおさえ、白癬菌の水虫、たむし、いんきんだむしなどに抗菌性を示す。又、化膿菌に対して殺菌作用もある。昔から腫物を吸い出すのと、毒下しに用いられ

ており、そのほかに痔疾患、鼻の病氣、打撲、切り傷、毒虫にさされた時、カイセン、かき、尿道炎、又、毛細血管強化作用もあるので、高血圧、動脈硬化、心臓病等にも用いられる。

## 使用法

### はれもの

生の葉を火にあぶってやわらかくして、はれもの大きさに丸めて、患部にのせ、バンソウコウで止めておくと、早く膿を吸い出し、痛みも少なくてすむ。又は火であぶってからもんで汁を出し、それを患部に塗ってもよい。

### 痔口で痛みかゆみのある場合

生の葉に塩少々入れて、すりつぶし、脱脂綿にのばして肛門にはる。干したものを20gを、水600mlで40〜50分火にかけて、その半量になるまで煎じて、一日三回に分けて飲む。

### 蓄膿症

一日20gを水500mlで、半量まで煎じて、空腹時に一日三回に分けて飲む。少なくとも二ヶ月以上連用しなければ効果があらわれない。生の葉4〜5枚を塩でよくもみ、汁の出るくらいにして、まるめて鼻の穴の片一方に挿入し、30分位で鼻をかむと、ウミのような鼻汁が出てくる。これを一日3〜4回行うと非常に効果がある。又は、夜床につくときに、鼻の穴片一方につめ、そのまま寝て、約5時間程度過

したらとり、鼻をかむと、悪臭のある膿液が出る。その後、もう一方の鼻の穴に同じようにして寝て、翌朝起床のときに同じように鼻をかんで膿液を出す。一日だけで、翌日は更生したようにさわやかな気分になり、3〜4日後には、吐く息にも不快な悪臭がなくなり、膿液も少なくなってくる。2〜3週間続ければ、膿汁はすっかりとれてしまします。

又、ドクダミ15g、大黃2gを合わせたものを煎服するとよい。  
**にきび**  
ドクダミ30gとハトムギ皮付きの粉末20gを一日量として煎じて服用する。又、ユキノシタの生薬とドクダミの生薬をすり合わせたものを患部に貼る。  
**ジン麻疹**  
ドクダミ20g、ゲンノシヨウコ20g、決明子(はぶ茶)20gを合わせたものを一日量として煎服するとよい。  
**毒下し**  
ドクダミ12gと忍冬8gを一日量として潜伏する。  
**いぼ**  
ドクダミ15gとハトムギ20g合わせたものを煎服する。  
**髪を美しくするには**  
ドクダミ15g黒豆25gを煎じてお茶代りに服用する。  
**夜尿症**  
ドクダミを濃く煎じて、さかづき一杯ずつ、一日5〜6回煎服する。  
養生会薬局 (鍵山)

暑くなって、汗ばむ季節になってきますと、わきがは、他人はもとより自分自身もいやなものでございませう。わきがは、腋窩部の汗が悪臭を放つもので、多汗症を伴うことが多く、その発汗によつて悪臭が、一層増加するそうです。これには、焼ミョウバンをガーゼに包み、打ち粉にして

知っていますか?  
**「おばあちゃんのお知恵」**  
暑くなって、汗ばむ季節になってきますと、わきがは、他人はもとより自分自身もいやなものでございませう。わきがは、腋窩部の汗が悪臭を放つもので、多汗症を伴うことが多く、その発汗によつて悪臭が、一層増加するそうです。これには、焼ミョウバンをガーゼに包み、打ち粉にして

頭痛は、漢方治療のよい対象です。薬の選択には、頭痛の症状だけでなく、例えば、のぼせや冷え、胃腸症状がないかなどにも注意します。胃腸の機能が低下し、新陳代謝も衰えて手足の冷えの強い者の頭痛には、胃腸の機能を賦活する人參を含む処方、逆にのぼせて赤ら顔で筋肉の発達の良い者の頭痛には、冷やす治療として黄連を含む処方方を考えます。又、血液の流れがどこかで滞つてはいないか、心氣的傾向はないかなども手がかりになります。頭痛によく使われる処方を紹介しましょう。  
**回春黄湯**：いわゆる片頭痛に最もよく使われる処方です。頭痛発作時に、頸から肩にかけて筋肉のこりがあり、脈打つような激しい頭痛が現れ、吐き気や嘔吐を伴うというのが片頭痛の症状ですが、この呉茱萸湯と、次に述べる五苓散が功を奏します。ただし呉茱萸湯は、大変飲みにくい味の処方、証の合わない人にはかなり苦く感じられると言われています。  
しかし効き目はすぐに現れ、頓用でも用いられます。  
**五苓散**：水の代謝異常に関連して起こる病気に用いられる薬なので、片頭痛の他に二日酔いの頭痛、めまいを伴う頭痛、てんかんや緑内障に伴つて起こる頭痛に効果があるとされています。

**葛根湯**：かぜ以外にも肩こり、頭痛によく使われる漢方の代表的な処方です。後頭部から背中にかけて筋肉が凝りやすい人には有効です。ただし胃腸があまり丈夫でない人が長く飲み続けると、食欲がなくなつたり疲れやすくなつたりすることがあります。  
**葛根湯加川芎辛夷**：副鼻腔炎からくる頭痛には、これがおすすです。額や目の奥の鈍痛には副鼻腔炎を疑つてみる必要があります。  
**半夏白朮天麻湯**：日頃から胃腸が弱く、貧血気味で手足が冷え、立ちくらみがあるとといった漢方という「虚証」の頭痛薬の代表的な処方です。天気の良い前日にひどくなる事が多く、軽いめまいを伴うといった頭痛に用います。  
**釣藤散**：朝起きた時に頭痛がする、というのが目標です。激しい痛みではなく頭痛感(頭に帽子をかぶつたような重い感じ)で、起きているとだんだんよくなっていくというものによいとされます。頭痛の他にめまいや肩こり、神経過敏や不安、のぼせなどを伴つたりします。  
**抑肝散**：元来は小児の疳のむしの薬でしたが、不安、不眠、頭痛、動悸など、肝の気がたかぶると起こる。とされる症状に用いられます。眼精疲労に伴う頭痛には効果が認められています。  
**黄連解毒湯**・三黄瀉心湯：漢方という陽の実証で、のぼせ、不眠、鼻出血などいわゆる、頭に血がのぼっている状態の頭痛、頭痛が目標です。  
**当归芍薬散**：虚証の、主に女性の冷えを伴う頭痛、頭痛に使用します。血行を改善します。  
**加味逍遙散**：閉経期前後の不定愁訴を伴う頭痛、肩こり、動悸、不眠に用います。  
**桂枝茯苓丸**：体格が中程度で、後頭部や頸部の筋肉のこりを伴う頭痛に用います。便秘をしていけば大黃を加えます。

このように、頭痛といつてもさまざまな状態があります。よく話をして薬を選ぶ必要がありますね。  
養生会薬局 薬剤部

## こどもの病氣シリーズ

## 頭痛の漢方

頭痛は、漢方治療のよい対象です。薬の選択には、頭痛の症状だけでなく、例えば、のぼせや冷え、胃腸症状がないかなどにも注意します。胃腸の機能が低下し、新陳代謝も衰えて手足の冷えの強い者の頭痛には、胃腸の機能を賦活する人參を含む処方、逆にのぼせて赤ら顔で筋肉の発達の良い者の頭痛には、冷やす治療として黄連を含む処方方を考えます。又、血液の流れがどこかで滞つてはいないか、心氣的傾向はないかなども手がかりになります。頭痛によく使われる処方を紹介しましょう。  
**回春黄湯**：いわゆる片頭痛に最もよく使われる処方です。頭痛発作時に、頸から肩にかけて筋肉のこりがあり、脈打つような激しい頭痛が現れ、吐き気や嘔吐を伴うというのが片頭痛の症状ですが、この呉茱萸湯と、次に述べる五苓散が功を奏します。ただし呉茱萸湯は、大変飲みにくい味の処方、証の合わない人にはかなり苦く感じられると言われています。  
しかし効き目はすぐに現れ、頓用でも用いられます。  
**五苓散**：水の代謝異常に関連して起こる病気に用いられる薬なので、片頭痛の他に二日酔いの頭痛、めまいを伴う頭痛、てんかんや緑内障に伴つて起こる頭痛に効果があるとされています。

養生会薬局 薬剤部

漢方と調剤  
健康に感謝

**ヤマト薬局**  
江北店  
☎86-2973  
杵島郡江北町 イオン前

処方せんは  
どこの処方せんでも受付ます。