

健康新聞

すゝか

題字 新保勝海

草声

母さんの色

お母ちゃん
なあに
なんでもないの
顔みに帰っただけ

河野進氏の「母の詩」の一編です。そうなんです。神様みたいなんです。お母さんの存在は。子供にとって。安心するんです。顔を見れば。落ち着くんです。声を聞けば。

住居便なのですね。心の。その時子供の心も平和になるのでしょうか。

そうなんです。

どうさんが好きなもの、母さんです。果の実食べて思い出すの、母さんです。手袋を編んでくれる、母さんです。

そこへいくと切ないですね。お父さんは。頑張っているの。こんなに。時々、背中が登

温かな
母の色をしている
いま、おんなの人に求められて
いるのは、そんなお母さんの
色なんです。きつと。母の色をしている
いま、おんなの人に求められて
いるのは、そんなお母さんの
色なんです。きつと。

(健山)

童謡

海

文部省唱歌
作曲・作詞者不詳一、松原遠く消ゆるところ、
白帆の影は浮ぶ。
二、千代紙に高くして、
鶴は高く飛ぶ。
三、島山間に着きたたり、
漁火光流し。
四、寄る波岸に残して、
清風軽く吹く。
五、見よ 夜の海。
六、見よ 夜の海。
七、見よ 夜の海。大正三年五月発刊の「尋常小学校唱歌集(五)」に載っています。
再録されているのだから、想像もつかないとは思いますが、
メロディの美しさにひかれる尋常小学校唱歌の中にも数曲出ている持っています。今こどもたちを
考えよう

いじめ

いじめが問題になってかなりになります。いじめによる不登校も増加しています。

いじめによる不登校

神経質で几帳面なため、新しいことに不安を感じるU君が、最近、学校へ行くのをいやがりました。このように性格の子供は、登校拒否が多いのですが、一般には小学校の高学年以降に出現するので、小学校二年生U君では少し早すぎます。どうやら神経症のなものでなく、いじめによるものらしいのですが、本人は否定しています。登校拒否の場合、本人が学校へ行かない理由を「しん」といから「先生がこわいから」などとはっきりいうと、かえってそれは、本当の理由でないことが多いようです。U君のように、否定したりごまかすところに、逆に真実性があるように思えます。

いじめる子

学校でのいじめは、先生や親が協力して、徹底してやめ

したね。私は鉄工所で働いていましたから、ごつごつとした太い指で貴女のようにきれいな手にはなにか折れませんでした。でも千代紙は令子さんのお小遣いから買ってくれたのでしよう。挫けては罰が当る思いでした。

でも令子さんの親切をつくづく感じたのはもっと後でした。担当の医者にボツボツ立っ練習から始めなさいと言われてもなかなか立てないでいた私を、再三促して親身になって助まらしてくれました。私はまだ無理だと思っていたが、もう一度なればと頑張り気持になり、こわこわそつと立ってみました。立てました。「ワ、松崎さんが立つた。」その時貴女が祝ってくれたあの大きな声は、実習とは別の、令子さんが私にくれた親切の集大成だった様に思います。

「あのことばはありがとう」

笑顔 ひろがる あいさつの町
鎮西中学校区 たんぽぽ会
あいさつ運動

V君の場合

教育熱心で元教員の母親は、V君を小さい頃から、自分の考える理想的な「よく出来て、頑張る」子に育てようとして、努力を凝らした。V君もそれに十二分に応える素質を知った面では持っていたので、幼児期からピアノを習い、才能開発教室に通い、小学二年生の現在では、算数、国語の学習塾、英会話、ソロバン、ピアノ、それに、スイミングスクールと、月曜から日曜まで休むことなく毎日どこかへ出かけています。しかも、すべて本人が行きたいとい

いたから行かせている、と母親はいます。しかし、実際にはV君がその言わざるをえないように母親が育ててきた結果であり、本人も本当は自由に仲間と子どもらしく遊んだり、悪いこともしてみたいはずですが、小さい時から常に親の期待に応じたいというV君の気持ち

させるべきである。U君の場合、いじめているV君の親を先生が呼んで厳しく注意している。その後もいじめは改まらない。最近では先生も少々ヒステリックに体罰を加えているが効果はない。いよいよU君は学校へ行かなくなる。U君のかわりに別の子どもがV君にいじめられている。——ということがある。

小学二年生のいじめすら適切に処置できない先生にも問題はありそうに思えました。が、V君の行動も異常に思える。自然な子どもらしい要求を心の奥に抑え込み、むしろ表面で「やりたくない」と親に言う子どもよりも、強い抑圧された不満がうっ積していたと考えられます。こうして、なんと自分と同じように親のいうことを聞き、自分よりオドオドしているU君をみた時、彼をいじめようとする、自分のどう表現してよいかわからない不満を、V君は解消していったと考えられました。そのうえ、V君の心情をわかるような親や先生が、彼の不満の唯一の表現であるいじめだけをみて、体罰で阻止しようとした行為が、よけいに彼のいじめを助長していったと考えられました。

いじめられる子

また、いじめられて学校へ行けなくなった子どもをみてみると、彼らは「いじめられやすい」とあるいは「いじめを誘い出す」という素因を持っていることが多いのです。彼らはいじめる側の子どもに目につくやすく、すぐにいじめの対象になります。いじめる側の子どもも心を病んでいるので、彼らは弱い子どもをいじめることで、心の病を誤った方法で発散、解消させるのです。

本当の治療

最近では、いじめの問題がクローズアップされており、実際、われわれもいじめの相談をよく受けますが、もちろん、すべてがいじめられる側からの相談です。しかし、V君の例でも分かるように、実際に治療の必要なのは、いじめる側の子どもの場合です。V君のように、治療の場にいる親や子どもはまずいませ

参考 富田和己著
「こどもたちのSOS」漢方と調剤
佐賀大学病院前

養正会薬局

代表 鍵山 稔明
☎ 30-2694

〒849-0937 佐賀市鍋島4丁目1-6



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。

オオバコ（車前草）



薬用部分は全草と種。オオバコ科

オオバコは日本全土でごく普通に見られる雑草の一つで多年草である。大葉子の意味で葉が大きくて広いことに由来している。漢名は車前草、当道、牛遺などの名があるが、牛や馬の足跡や車の通る道のくぼみにはえやすいところから名がついたともいわれている。

語一つつおおばこの葉を
ふんでゆく

星野 立子

車前草の花のよこれや牧場口
鈴鹿野風呂

葉の間から伸びる花茎は、高さが10〜15cmほどになり、たくさん白い花を密に咲かせる。

花期は長く4月〜10月にまで及ぶ。生命力を強く、人に踏まれようが、地面が硬かろうがたくましく成長する。

薬用部位は種子、全草で種子は秋、全草は夏に採集して天日乾燥する。種子は車前子といひ清心蓮子飲、牛車腎気丸等の漢方薬に配合されている。

薬効

せき

種子（車前子）4〜10gを水500mlで煎じ一日3回に分けて服用する。平素カゼ引きやすい、カゼびくと咳と痰の症状だけが残つてなかなか治らない場合に服用すると効果がある。

膀胱炎

葉、種子5〜8gに甘草1gを加え500mlで煎じ一日3回に分服する。利尿作用があり、水分の排泄を増加させるだけでなく、尿中の尿素、塩化ナトリウム、尿酸等の排泄もよくするという。

明目作用

車前子一日5〜6gを煎服するとよく目が見えるようになるという。茶桂枝甘湯という漢方薬といっしょに服用するとよい。

高血圧

オオバコ全草一日20g、どくだみ20g、はが茶20gを配合して煎服するとよい。

調理

オオバコの葉の煮浸し
オオバコの葉は、熱湯に塩一つまみ入れてゆで、冷水にさらします。出し汁を煮立て、砂糖、しょうゆで好みの味にととのえ、オオバコの葉を加えて1〜2分加熱します。かつお節をかけていただきます。



途中で、ゆでくあいを見る

神経痛、リウマチ

オオバコ10g、どくだみ12g、ヨクイニン20gを煎服常用するとよい。

腫部のかゆみ、帯下

葉または実を煎じて飲む。竜胆瀉肝湯という漢方薬は車前子が主薬となっている。

歯痛

生の葉を塩でもんで、痛む歯の間に噛みしめ、ときどきとりかえるとよい。

養正会薬局（鎌倉）

知っていますか？

おばあちゃんの知恵

お年寄りにとって、少量の酒が体によいことは確かです。酒を飲む前に少量のブドウ酒を飲むようにしたら、よく眠れるようになります。不眠症が治った人もあります。

お年寄りがかかえる体の問題の中で多いものとして、不眠のほかに便秘があげられますが、予防に少量の酒が役立つのです。食事のときに酒を少量飲むと食欲が増進し、食事量が増えてきます。

養正会 薬部 高木 丈夫



薬酒への基本



こどもの病気シリーズ

『夏に多い病気』

手足口病

生後6カ月〜4、5歳の乳幼児によくみられる夏カゼの一種で、ウイルス感染によるものです。軽い発熱と手のひら、足、お尻に小さな水疱が現われ、口の中にも口内炎ができます。普通の場合は、数日で治りそれほど心配はいりません。

（症状）

3〜4日の潜伏期の後、手のひらや指の側面、足のほかと、お尻、口の中に水疱がまばらに現われます。腫りが赤く縁どられた米粒大から小豆大の楕円形の水疱でかゆみや痛みはありません。この水疱は破れることなく2〜3日たつと内容物が吸収されて小豆色から紅色の斑点になり数日で消えます。口の中の水疱は、口唇の内側、頬の内側、舌などにできますが短時間で破れるので普通は赤く縁どられた楕円形の潰瘍としてみられます。

（治療）

直接このウイルスに効く薬はありませんが、二次感染予防として抗生剤を内服したり口内炎がひどい時は紫色の外用消毒剤を塗ります。

（注意）
発疹が水疱の間は爪でひっかいて細菌などに感染しないように注意することが必要です。口内炎ができていた時はしみるので、食事の味を薄くしたり流動食にしたり、プリンのようなとろりのよいものを食べさせて痛みを軽減してやるのが大切です。食事が十分にとれない時でも、水分

はたっぷり飲むようにしましょう。

とびひ

細菌が皮膚に感染して化膿をおこす病気です。その内容物が他の皮膚につくと自分はもちろん他人にもすぐ感染するので、とびひといひます。

（症状）

黄色ぶどう球菌の感染が原因で、夏に幼児の顔、手、足をはじめ全身いたるところにできます。

最初は、赤い斑ができ、まもなくその上に水疱ができますが、水疱は破れやすく、破れるとただれや薄いかさおたになり、やがて治ります。しかしかゆいのでかくと分泌物が付着し、他の部位に広がったり、全身におよび、点々と多発したり、大きな水疱になることがあります。

（治療）

患部を消毒し、抗生剤や消炎剤の入った軟膏をぬり、ガーゼなどでおおって、分泌物が周囲につかないようにします。かゆみを抑えるためかゆみ止めの内服や抗生剤の内服を併用します。症状が重くない場合は、軟膏をぬってガーゼで患部をおおえば、登校、登園も入浴もさしつかえありませんが、水疱の中の水を健康な皮膚につけないよう注意が必要です。いづれにせよ、皮膚の不潔な状態、あせも、虫さされなどが誘因となっておこりますから、皮膚を清潔に保つことが大切です。

養正会薬局 薬部部



漢方と調剤

健康に感謝

ヤマト薬局

江北店

☎86-2973

群馬県江北町 ジャスコ前

処方せんは
どこの処方せんでも受付ます。