



草声

春の目覚め

春はやさしい光とともに訪れる。冬空の下で凍っていた空気が少し緩む頃、東からの風がさつと吹く。先人たちはその風のわたりに新鮮な輝きを見てきた。春という言葉には、心がときめく明るいひびきがある。それはおそろしくその前に冬があるからである。厳しい冬の果ての春だからである。春のためには、その様に明るさを取り戻す、素敵な言葉がたくさん用意されている。そして実際にも寒が残り冬が尽きる頃には日射しはやわらぎ、やさしくなってくる。生き物たちはその少しの温度のゆるみを的確に読み取り、動き始める。駒返る草という言葉がある。冬の間枯れていた様な草が、春になるとよみがえって青々としてくる。枯野の下ではもう幼い春が立ち上がっている。春の目覚め、生命をふくらますのである。

小むす親切

千羽鶴に願いを込めて

東京都 女性 (19)

私の家の隣のマンションに住む三歳になる男の子が、ある日三階のベランダから誤って転落してしまいました。頭蓋骨陥没の重体でその日のうちに二回も手術をし、集中治療室で入院することになったのです。私はベランダを見上げ、「あんなに高い所から硬いコンクリートの地面にたたきつけられたらどうなってしまうんだらう……」と、考えただけでも怖くなってしまいました。

そんなとき母が、「千羽鶴を折ろう」と言ってきたのです。その日から私は学校へ折り紙を持参し、一羽でも多く折ろうと決めました。すると私の席の近くの子

童謡

早春賦

中田 章 作曲 吉丸一昌 作詞

一、春は名のみの 風の寒さや 谷の鶯 歌は思えど 時にあらずと 声も立てず。時にあらずと 声も立てず。

二、氷解け去り 華は角ぐむ。さては時ぞと 思うあやにく 今日もきのうも 雪の空。今日もきのうも 雪の空。

三、春と聞かねば 知らずありしを 胸の思を 聞けば急がる この頃か。いかにせよとの この頃か。いかにせよとの この頃か。

森繁久弥の「知床旅情」と歌い出しがそっくりなので、「早春賦」を歌っているつもりが途中から「知床旅情」になってしまったということがよくあるそうです。作詞の吉丸一昌は、大分県臼杵市生まれの国文学者で、他にも「浦のあけくれ」「故郷を離るる歌」など多くの唱歌を作っています。作曲の中田章は、東京音楽学校の教授でもあり、作曲家としても、オルガニストとしても有名です。

「うごいても」を考えよう

教育力

偏差値では測れない生活体験の学力

本物の学力は、偏差値だけでは測ることができません。生活体験を通して「隠れた能力」が本物の学力をつくっていきます。親子の触れ合いが大切

親子関係がうまくいって生活体験は豊富になる。親子の触れ合いと生活体験とは、たいへんに密接な関係があります。小さいころから親子関係がうまくいっているから親子関係のコミュニケーションは活発になり、言語能力の発達も早くなります。さらにいろいろなところに出かけて、外で未知の体験をしたり、室内では親子でゲームをしたりして一定のルールを知ることは、本物の学力を身につけることとはとても大切なことで、「隠れた能力」といってもいかもしれません。

結果重視 優等生タイプのお子さんほど、結果をよく聞きたがり、応用が利かない場合が多くあることも事実です。私の経験では、むしろ四年生ぐらいまでは外で遊んでの子の方が、算数・理科・社会科の勉強の要領さえ教われば、どんな学力が伸びてきます。先に述べたような基礎

生活体験の少ない子は、「隠れた能力」が育ちません。五、六年生になって受験勉強しても、それ以上伸びが少なくなります。生活体験

また社会科や国語などでも、参考書やドリルだけでは伸びません。伸びるのは、よく本や新聞を読んでいる子どもです。「ダムのない川を次の中から選びなさい」といった中学入試問題が出題されましたが、これなどは机にかじりついているだけではだめで、新聞を読んで世の中の動きのわかっている子にしか解けません。社会科は何のために勉強するのかといえは、例えば湾岸戦争のような問題や旧ソビエトのバルト三国の問題を自分で考え、自分の答えを出せるようにするためです。つまり総合的な判断力が必要になってくるのです。このような判断ができるようになって、はじめて生活体験を生かした本物の学力がつくのです。

家庭の教育力 学校の教育力は変わっていないけれども、ただ残念ながら周りの環境が変化していると思うのです。回りの状況といってもよいかもしれません。つまり、家庭の教育力が落ちてきているので、「しつけ」ができていないため、いろいろな教育問題が起きてしまったといっても過言ではありません。子どもは塾に入ればなし、運動はスイミングクラブやサッカークラブに入ればなし、つまりなんでも人に任せてしまいう風潮が強くなってきました。例えば、「うちの子は宿題をしないので、するよ」と言ってしまうので、するよと母が言っているのです。宿題をやるやらないは、家庭の問題ということをお忘れしてしまっているのです。

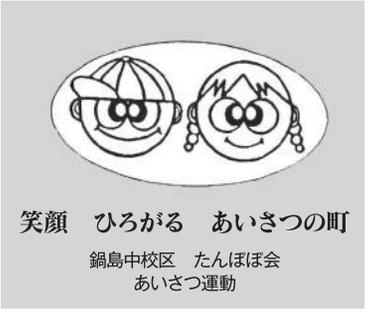
地域の教育力 もうひとつは地域の教育力の低下です。社会の分業化が進み共同体が崩壊、地域の教育力が低下したのは確かです。学校・家庭・地域の3本柱で支えられてきた教育を、学校だけで支えようと思っても無理です。周りがすぐく変わっていることに対して、学校がどうしていいのかわからないでいいのでしょうか。

親子の会話から これらの教育力の低下をくい止めるためにも、親子のコミュニケーションを大事にしなければなりません。特に幼稚園から小学校までの期間は大切で、お父さんが忙しくて時間が無いのなら、なんらかの方法で会話を工夫してください。例えば、日記を子どもと交換するのもひとつの方法でしょう。「お父さんはいつもきみたちのことを考えているんだよ」というパフォーマンスも、ときには大事なのです。

家庭での教育を、お母さんとお父さんが分業してしまつたらだめだと思えます。お父さんは夜遅くまで会社のつきあいで、まったく教育には無関心。これでは子どもはたまったものではありません。非行の問題が起きてから、中学生になった子どもと話をうとしても、もう手遅れなのです。過去の歴史を調べてみると、もともと教育は父母の共同作業だったのです。

楽しい勉強 私はどんなことでも「なぜそうなるのか」を、いつも子どもに教えてきました。「ああ、こういうしくみか」と納得したときの一種の驚き、そこから応用力や創造力が生まれてきます。驚きや好奇心がなければ、学校の勉強はつまらないものになるし成績も伸びません。勉強は本来楽しくなければだめですから、小さいうちから何かに感動したり驚いたりする経験をさせてください。

何にでも興味を持つ子は、新しい場面に出くわしたときに応用を利かせて、それを自分で切り開いていきます。机の上だけの偏差値の優等生タイプは、社会に出てから役に立たなくなってしまうのです。生活体験を豊かにすることは、役に立つ本物の能力を身につけることですが、それには親子の触れ合いが大切なのです。



「あのとときはありがとう」

「勉強する前に読む本」より

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、真ん中の棒状（黄色）のものだけが花。



葉は赤みを帯び、ハート型。

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「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、この薬がワクド（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「ワクドクサ」。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。

日本のいたるところの生け垣の下や、裏庭などの日陰に生え、多年草でさかんに繁殖する。全草に特異の悪臭がある。この悪臭の成分はカプリンアルデヒド、ラウリンアルデヒド、デカノイルアセトアルデヒドによるものと言われている。白色の地下茎が横に走り、葉は卵状心臟形で、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。梅雨のころ白色四序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、かさ、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時間経過したらとり、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。一日だけでも、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、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。

高血圧、動脈硬化

干したものを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る。

腰痛、冷え症、痔

煎汁を浴剤として利用する。よく温まり効がある。

水虫

生薬を塩でもんで、やわらかくして患部にあてる。

便秘

15gを煎服する。2〜3日続けても排便のない時は、増量してセンナ葉15枚位加えるとよい。又、ドクダミ15g、大黃

2gを合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1日量として煎じて服用する。又、ユキノシタの生薬をすり合わせたものを患部にはる。

ジン麻疹

ドクダミ20g、ゲンノシヨウコ20g、決明子（はぶ茶）20gを含ませたものを1日量として煎服するとよい。

毒下し

ドクダミ12gと忍冬8gを一日量として煎服する。

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、1日5〜6回服用する。 養正会薬局（鍵山）

知っていますか？

おばあちゃんの知恵

暑くなつて、汗ばむ季節になってきますと、わきがが、他人はもとより自分自身もいやなものになってきます。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、その発汗によって悪臭が、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、打ち粉にして腋窩につけた

薬剤師 高木 丈夫



こどもの病氣シリーズ

花粉症

免疫

私達は、細菌やウイルスの混じった空気を吸い込んで生活しています。それなのに病氣にならないのはどうしてでしょう。それは、私たちの体の中で「免疫」という機構が活躍しているからなのです。鼻、のど、気管支、肺の粘膜の中をパトロールしているリンパ球が、異物を捕まえ取り除いてくれています。外から入ってきた病原体を「抗原」といい、これに対してからだの中で抗原の毒性を和らげるために作られる蛋白を「抗体」といいます。

予防

そして早いうちからアレルギー剤などの飲み薬や、点鼻液で予防すればかなり違います。花粉の飛散が始まる1〜2週間前からのみ続ければ重症化が防げるとのデータが出ています。花粉症でお悩みのあなた、来年は是非、早めの対策で快適にお過ごしください。

体調を整える

また、花粉症の症状は体調が良くない時に重くなるので、風邪をひかないように注意し、過労やストレスを避け体調を整えましょう。さらに、ファーストフードやインスタント食品の取りすぎなど、偏った食生活は、体にさまざまな変調をきたし、アレルギー体質になりやすいといわれています。まずは普段の食生活が大事です。

しかし、筆者自身もこの年にして、今年初めて、花粉症にかかり、いまだにひきずっております。薬局の店頭でもめがねをかけての応対どうぞお許しくださいませ。

養正会薬局 薬剤部

対策

花粉症に対抗するには、なんととっても花粉を室内



漢方と調剤

健康に感謝

ヤマト薬局

江北店

☎86-2973

柵島郡江北町 ジャスコ前

処方せんはどこでも受付ます。