

はりきゅっていきましょう！

毎月8日・9日ははりきゅっていきましょう！

令和4年
夏号

令和4年度定時会員総会開催される

去る5月22日午後1時30分より、京都市中京区烏丸御池上にある「登録会館」にて、公益社団法人 京都府鍼灸師会 令和4年度定時会員総会が開催されました。

オミクロン株による新型コロナウイルス感染症の第6波もやや収束傾向を見せ、この2年間で培った感染対策とリモート会議システムの運用で、当日は会員数157名の内、会場へ22名、リモートで3名、委任状71名の計96名の参加者を得、定数の半数を超えたことで総会は無事成立しました。

会議はまず、令和3年度の事業報告及び令和4年度の事業計画と収支予算の報告がなされ採決の結果、承認されました。続いて決議事項として第1号議案、令和3年度貸借対照表の件、第2号議案、令和3年度損益計算書（正味財産増減計算書）の件、第3号議案、令和3年度貸借対照表及び損益計算書（正味財産増減計算書）の附属明細書の件、第4号議案、令和3年度財産

目録の件が上程され、また、令和3年度監査結果報告として問題が無かった事が報告されたのち、会場で質疑応答審議がなされ、過半数の承認が得られました。引き続き第5号議案、任期満了につき令和4年度役員改選が行われ、立候補者数が定員内であったことから選挙は行われず、選任の決議が取られ、11名の理事と2名の監事（内1名は外部監事）が選任されました。11名の理事の内4名が女性、また理事4名が八幡市、宇治市、亀岡市、福知山市在住で、リモート会議システムの運用の効果により公益社団法人京都府鍼灸師会らしい役員体制となりました。近日中には各理事の役割担当も決まり、いよいよ新しい執行部体制による活動が始まります。

益々府民市民の皆様の健康づくりに鍼灸東洋医学が広がり役立っていくよう、執行部全員鋭意努力をして参る所存です。

東洋医学暮らしの倶楽部 第3報

東洋医学暮らしの倶楽部の第3回目は、「まもなく立春！知っておきたい春の迎え方過ごし方」と題して、去る1月30日に開催されました。今年の立春は、国立天文台の暦計算室のホームページによると「2月4日午前5時51分に太陽黄道が35度になって迎える」との、なんともアカデミックなお話から始まり、立春の意味・二十四節気の意味・そして黄帝内経素問上巻に書かれている「春三ヶ月の過ごし方」をやさしく詳しく教えて頂きました。

また今回は、かつて2004年に世間を騒がせたSARSに対して抗ウイルス作用が認められた「板藍根（ばんらんこん）」を藍染に使う藍の根（この成分）を含んだ「板藍根飴」が、未だ収まらぬオミクロン株にも効果が期待出来ると、プレゼントして頂きました。今回もお得感満点のセミナーで、次回も期待されます。

オミクロン対策



- 悪寒、無汗、咳：麻黄湯
- 悪寒、無汗、咳、鼻水、：小青竜湯
- 悪寒、無汗、咳、口渴：大青龙湯
- 発汗、口渴、咳：麻杏甘石湯

咽の炎症に

おしえて！鍼灸 ③1

麦粒腫（ものもらい）にお灸は効果がありますか？

Q

幼稚園に通う息子は、しょっちゅう「ものもらい」ができています。すっきりと治らないのですが、お灸で改善できますか。

（35歳、女性）

A

麦粒腫（俗にものもらい）は、幼児ならびに児童のころに多く、不潔な手指で眼をこすったりしたために起こるものです。これは、睫毛の腺に化膿菌が入って起こる疾患といえます。

この症状は、眼瞼が赤く腫れて痛みが強く、1週間ほどで膿が排出されて治りますが、ときどき再発する人も少なくありません。

治療法としては、なるべく手指や汚れたタオルなどでの眼の周囲の刺激を避け、患部の温湿布やペニシリンの点眼を行えば、たいいていの場合治療します。それでもすっきりしないという人のためには、お灸治療があります。

用いるツボはいろいろ挙げられますが、有名なのは「合谷」（親指と人差し指を手の方へたどっていき、これらの骨がつながっている所）と「曲池」（肘を屈し横紋の外端）と、そこより指幅3本下の「手の三里」です。（図参照）

【症例】幼稚園児

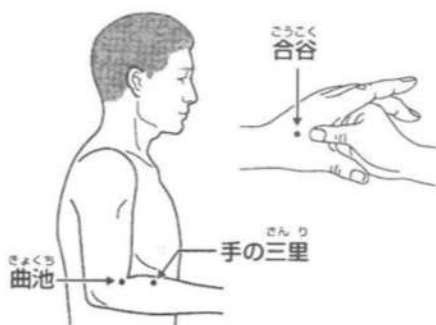
母親に連れられて、泣きつつ来院。母親によると、広場で砂遊びをして帰宅したようで、その翌日、下瞼が急に赤く腫れだしたので、早速医者に行くと、「麦粒腫」と診断され、5日間通院治療を受けたが、はかばかしくなく、どうすればよいのでしょうか、とのことです。

そこで私は、合谷・手の三里・曲池と

いう名穴に、半米粒大の灸を3〜5壮ほどすえて、母親に「今日は、この子の腕に灸をすえておきますから、家でもすえてみてください」と言いつつ、その日は特に患部に触れずに帰しました。

数日後、その子は母親に連れられて来院しました。見ると、あんなに赤く腫れあがって痛々しかった眼が、以前と比較にならないほど、腫れがひいていました。

母親から「お灸をすえて貰ったその晩から、不思議に痛みが取れて楽になったようです。それにこの子は普段より甘い物が大好きで、日頃から痛いと言っていた歯痛も止まり、おかげさまで歯医者さんへ行かなくてもすみました。先生、このお灸は麦粒腫の他に歯痛にも効くのですか」と聞かれるほど著効を示しました。この3つのツボの灸は、鼻炎・歯痛・頭痛・肩こり症にも効果がみられます。



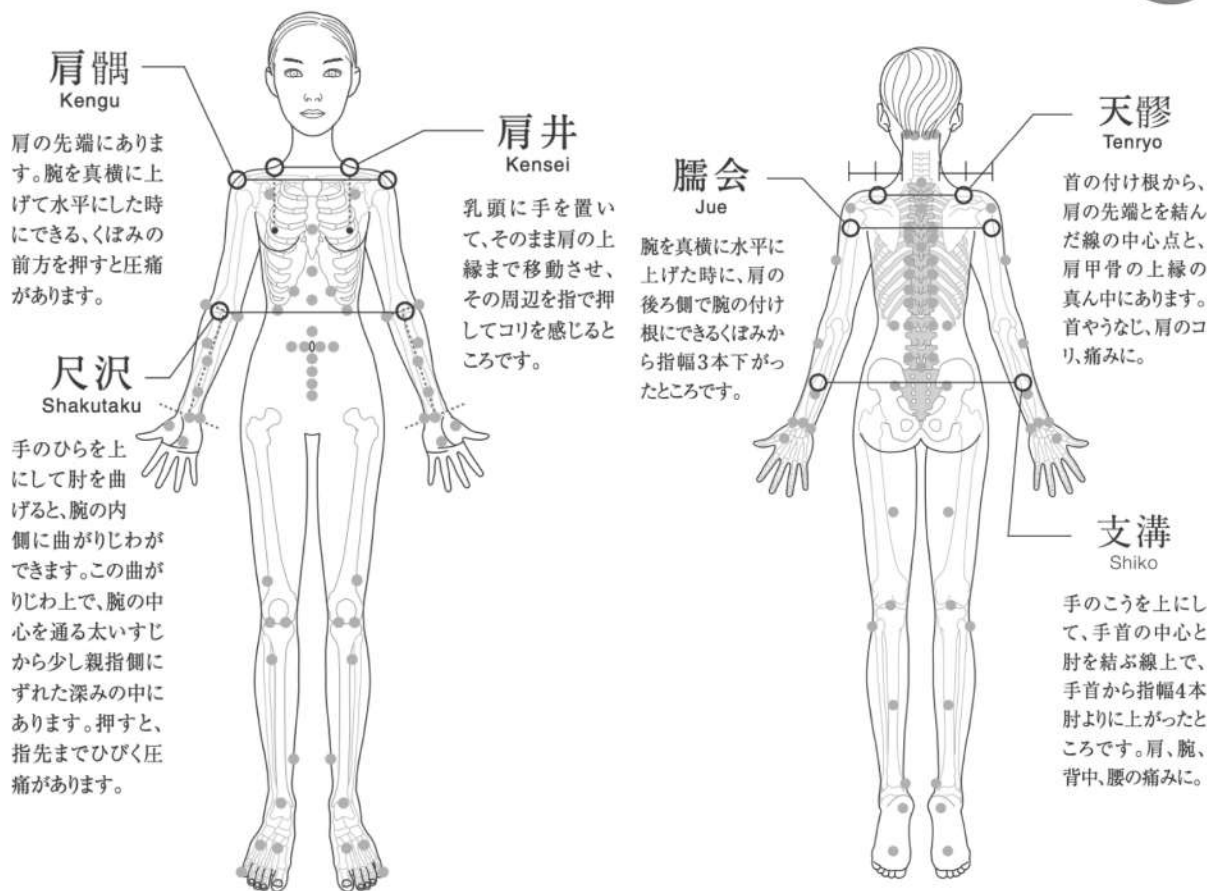
● 回答者：河内 明先生
元大阪医科大学附属病院麻酔科外来鍼灸部
主任鍼灸師 兵庫 明石市

四十肩・五十肩 Stiff and painful shoulder

How to Care

五十肩は別名「フローズンショルダー（凍結肩）」といい、肩が氷のように冷たくなって痛みがあります。肩井など肩周辺のツボをケアする時には、事前によく温めると効果的です。

ツボの豆知識



鍼灸東洋医学

夏の養生法

夏を涼しくする江戸の情緒と智恵で「ほてり」を取るもう少しで、全国的に梅雨明けしますが、蒸し暑い日が続いて体調を崩しやすい季節です。毎年、熱中症がニュースになりませんが、江戸初期の夏は、気温が下がり、飢饉になるほど夏は涼しかったのではないかと言われています。それが今では地球温暖化で気温が少しずつ上昇して、避暑地でもエアコンが欠かせないようになっています。熱中症の予防にはエアコンは大切ですが、暑い夏の「ほてり」を取るための方法はないかと思ひ浮かんだものが、夏の涼を求めることは江戸の情緒として受け継がれて、今でも行われているのが、団扇、打ち水、葦簀(よしず)、グリーンカーテン、風鈴などがあり、これらで涼を求めてみるのはいかがでしょうか？

うようよになったようで、夏祭りには欠かせませんね。打ち水は、気化熱と蒸気圧によって微風が吹いて体感温度が下がりますから、できれば芝や土が良いですね。葦簀とグリーンカーテン(朝顔・ゴーヤーなど)では、グリーンカーテンの方が生きている植物ですので効果が高いようです。これから夏本番！浴衣を着て、朝顔のグリーンカーテンに打ち水をして団扇を仰ぎ、風鈴の音色をゆっくり聞きながらスイカを食べたりすると、江戸の情緒を感じながら「ほてり」がとれそうですね。また、休日には涼を求めて「滝浴み」(たきあみ)というのも良いですね。

(公社)日本鍼灸師会メルマガジンNo.79より抜粋引用



メルマガ登録用QRコード

(公社)日本鍼灸師会では広くどなた様にも鍼灸東洋医学に関する情報メールマガジンの受信をお薦めしております。無料購読登録は公社日本鍼灸師会のホームページ <http://www.harikyu.or.jp/> もしくはQRコードから。

毎月8日、9日は「はりきゅっていきましょう」

健康雑学

「文学にみる鍼灸の効果」

大川(隅田川)で川遊びの旦那衆が仕出し弁当に食あたりし、顔色の青ざめた21人の男が染谷の治療院で履物を脱いだ。治療に先立ち染谷は患者の脈を診た。脈の打ち方で、患者のどこが痛んでいるのか、およそ六割がつかめるからだ。脈のあとは舌を診た。脈・舌を診た後、染谷は着衣の胸元をはだけさせ、顔色と肌の色艶の具合を確かめた。染谷は患者の様子を一人ずつ念入りに確かめた。誰もがやまい持ちではないと診立ててから問診に移った。「弁当に入っていたもので、思い出すと気分のわるくなるものは？」問うたのはこの一点だけである。21人全員がかまぼこだと答えた。全員うつぶせに寝かせ、いつもの倍の太さと長さにもぐさをひねって、患者の足の裏の人差し指の膨らみ(裏内庭)に載せ、線香で点火した。患者の様子を見ながら、染谷は同じ場所に何度も灸をすえた。「熱いと感じた者はうつぶせのままでもよろしいから手を挙げなさい」ほとんどの者が四度目の灸で手を挙げた。全員の手が挙げたのを見定めてから、染谷は線香の火を消した。「あ！胃の腑のむかつきが嘘のように消えています」(山本一力「たすけ鍼」朝日文庫新刊より抜粋／一部編集)

編集後記

梅雨に入り、体調管理の難しい季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？

「ケロケロ」と雨のお便りは蛙の声、紫陽花から滴る水はお日様の誕生日、睡蓮の花は水面に咲いた可憐な髪飾り、冷たい雨も穏やかな陽ざしも見上げる顔は同じになる・・・「ああ！旅行に行きたい！」「各地の美味しいものを食べたい！」「温泉に入りたい！」・・・あ、あれ？？いつの間にか心の声が変わっていました。夜中に書くところくな事は無いですね。失礼しました。様々な制約が減りつつありますが、皆様どうぞ健康に留意してお過ごしください。

本年、五月に行われた総会も終わり、新しい船出となった当会。益々の発展を期すると共に、今後ともよろしくお願いたします。(T・K)

公益社団法人 京都府鍼灸師会 会誌
「はりきゅっていきましょう！」 令和4年 夏号
発行 令和4年7月
発行所 公益社団法人 京都府鍼灸師会
発行者 森岡 正和
編集者 岡田 高 岸本 敬司
〒602-8147
京都市上京区葎屋町通樵木町下ル直家町215-5
TEL 075-801-2957 Fax 075-841-0200
E-mail: kyotofushinkyushikai@gaea.ocn.ne.jp
URL: http://www.kyoto-shinkyu.jp/



京都府鍼灸師会HP