

★健康相談★

◆木 通◆

アケビ科 アケビ

太田順康

最近フェイスブックで友達たちが、「アケビの実がなった」とか「スーパーで売っていた」とか報告がありました。美味しいという人が多いのですが、私はゼリー状の果肉がどうも苦手です。そう言えば大学の恩師も果肉の中にあるツブツブの種子は噛むと苦いので、噛まないように食べるのが難しい、種無しアケビを開発して欲しいと言っていました。

アケビは実が開くことから、「開け実」からきているそうです。

アケビには、ミツバアケビ、ゴヨウアケビの亜種があります。小葉が5枚が「アケビ」3枚が「ミツバアケビ」5枚で縁が波打っているのが「ゴヨウアケビ」です。どれも太いツブツブの茎を「木通」として薬用にします。

腎炎、尿道炎、膀胱炎などに利尿剤として用います。

漢方薬では38番当帰四逆加呉茱萸生姜湯に入っています、

民間ではむくみに木通1日5gを煎じて服用します。突き目に乾燥した実を細かく砕いて煎じた汁で洗うと良いそうです。



尿道炎、膀胱炎で小便がタラタラとしか出なくて、排尿痛や残尿感があるときはつるも葉も一緒にきざんで煎じて飲むと良いそうです。

血の道の頭痛や月経不順に木通を1日20g煎じて飲むと良いようです。

話は全く変わりますが先日「神様は小学5年生」という本に出会いました。

不思議な能力があると云う女の子のお話です。

この子は、神様、天子、妖精、幽霊、などが見えるし、お話もできるそうです。また人の発しているオーラも見えるし、お母さんのお腹にいる赤ちゃんとお話が出来るそうです。

空の上の方に神様が居て地球の人間を見守っているそうです。



ジョウビタキも帰ってきました。

すこやか教室 山歩き

曜日と時間： 毎週金曜日 10:30～

☆雨のときは、中止します。

☆お茶など飲み物を持参しましょう。

＜11月の予定＞

2日(金) 9日(金) 16日(金) 30日(金)

紅葉の季節。松尾池に、カモやオシドリなど鳥たちが戻ってきました！寒さが増すごとに木々も色づいて、山も鮮やかさを増すでしょう。

でも今年は台風や大雨で木が倒れ、人の手が追いつかずにそのまま。何とかしたいと行くたび思うこの頃です。

§ 漢方相談日

担当：太田順康：日本漢方交流会認定漢方終身師範。岐阜県漢方研究会会長。岐阜薬科大学「漢方学」講師

今月の漢方相談日は、下記のように。

5日(月) 12日(月) 26日(月)

§ 11月の休診日

23日(金・勤労感謝の日)

§ すこやか健診 9月1日～11月30日まで

受診券、保険証、自己負担金500円

赤ちゃんは空の上で「たましい」として浮かんでいて自分のママを探しているそうです。このママの子になりたいと感じたらお腹に飛び込むそうです。

これからすると、世のお母さん方は赤ちゃんに選ばれた訳です。こんな子いらなんだ、とか出来ちゃったなどとは言ってはいけないようです。良く私の赤ちゃんになってくれたと感謝すべきですね。できたのではなく授かったのですね。

最後に神様は世界中の人が幸せになってにっこり笑って生活することを望んでいるそうです。

信じる・信じないは別にして読み終わってホッとしました。

(つづく)