

■ 岐阜環境医学研究所・座禅洞診療所
 ● 呼吸器疾患・禁煙治療
 診察日：毎週 月曜・木曜・金曜
 時間：9:00~12:00、13:00~17:00
 〒502-0017 岐阜市長良雄総878-16
 IP Tel:050-5201-5567
 FAX:058-296-3903
 E-mail:zazendoh@ccn.aitai.ne.jp
 http://www42.tok2.com/home/zazendoh/

第40号 2007.6.1
 毎月1回発行 座禅洞診療所 松井英介

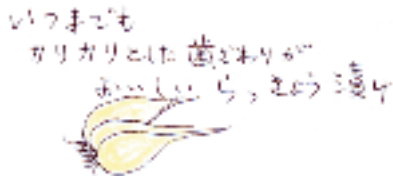
座禅洞だより

季節と暮らし

- 新シリーズ -

この新コーナーでは、四季折々の暮らしにかかわる、ちょっといいお話しを『医・食・住』にわけて紹介していきます。

第1回は「座禅洞風らっきょう漬け」です。



<材料>

- ・泥つきらっきょう..... 2 Kg
- ・塩.....100~120g (らっきょうの重さの5~6%)

<漬け汁>

- ・水.....らっきょうのかさの半分
- ・酢.....らっきょうのかさの半分

らっきょうの泥を一つずついねいに洗い落とす。根も軸もそのまま。

容器にらっきょうを入れ、水と酢を入れる。

塩を入れ、びんをゆすって全体にゆきわたらせる。

らっきょうが浮かない程度の重しをし、涼しいところで10日くらいおく。

(10日後)

塩漬けらっきょうの根と軸を切り落として水できれいに洗い、水を切る。

< を、好みの味に漬ける > らっきょう1 Kgで...

「酢漬け」

砂糖1カップ+酢1カップ+とうがらし(適量)

「しょうゆ漬け」

砂糖(みりん)1/3カップ+酢1/2カップ+しょうゆ1/2~1カップ

「梅酢漬け」

砂糖 小さじ2 + 酢1/2カップ+赤梅酢1/2カップ+酒(適量)

[セイヨウハッカ]

欧州原産の多年草。花期6~8月。全草にメントール(menthol)を含み、葉を健胃、駆風に用いる。メントール含量は日本産ハッカに劣るが、香味で優れるとされ歯磨き、菓子などの賦香料として利用される



(17)

于海 (Yu Hai)

「環境と人間」

人間は環境に適応します。それとも、環境が人間に適応するのでしょうか。この問題の答えは難しそうですね。

大都市では、人間の活動のために環境が変えられています。そして、変わる環境に適応するために人間の体もまた変えられているのです。産業革命以降の社会に生きる私たちには、シックハウス、アトピーなどの現代病が多くみられるようになってきました。

人間はもともと自然の一部でした。しかし今、人間は自然の支配者になろうとしています。この現況の下で、自然材料を使った長い歴史のある漢方薬は、現代人間の自業自得による現代病を治します。これは「天人相応」ということのもう一つの現象なのでしょうか。

(つづく)

[参考写真(植物)] 帝京大学薬学部ホームページより
<http://www2.odn.ne.jp/~had26900/index.htm>

Violinist

岩切陽子の音楽ひろば

来月は:7月10日(火) 13:30~

〜禁煙治療は保険診療の対象です〜

ニコチン依存を断ち切って、健康な生活を!!

治療に必要なニコチンパッチは保険診療で処方されます。詳しくは、当院窓口までお問い合わせ下さい。