

温かい気持ちをお届けしたものを

皆様長い冬の夜や休日はいかがお過ごしですか？私は映画が好きなので、最近観て胸がジーンと温かくなったものを御紹介します。

まず、昨年公開されたアメリカの作品「P.S. アイラブユー」。夫の死を受け入れられない妻が亡き夫からの手紙に導か

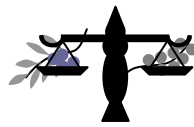
れ、徐々に生きる力を取り戻し自分の夢を実現するお話です。最愛の人を失った悲しみを乗り越えていく主人公と支える周りの人々が感動的でした。

次は少し前の韓国の作品「おばあちゃんの家」。母親と二人で都会に住んでいた少年が、しばらく田舎のおばあちゃんに預けられます。初めは不自



由な山の生活に不満ばかりですが、少しずつ心を開き愛情が芽生えた頃母親を迎えにきます。孫に対する無償の愛を感じて、私も亡くなったおばあちゃんを思い出しまし

漢方入門 ③④「冷えと漢方」



今回は冷えの漢方についてご紹介させていただきます。冷えを訴える人は圧倒的に女性が多く、成人女性の半数近くが冷えると答えた調査結果もあります。西洋医学では冷えを「冷える性質＝冷え性」ととらえ、一般に治療の対象としませんが、漢方では「冷えの症状＝冷え症」ととらえ、積極的に治療を行います。漢方では症状はもちろん、個人の体質に合った薬を選ぶことができます。たとえば、手足の先が冷えるというタイプには身体を温めたり、血流をよくする作用のある漢方薬が使われ、代表的なものに当帰芍薬散（トウキシヤクヤクサン）当帰四逆加呉茱萸生姜湯（トウキシギャクカゴシュユショウキョウトウ）があります。また、全身で冷感を感じる新陳代謝や胃腸機能が低下したタイプには、八味地黄丸（ハチミジオウガン）六君子湯（リックンシトウ）を用います。むくみがある人の冷えは水分代謝異常が考えられ、真武湯（シンブトウ）なども有効です。その他、生野菜や果物の摂り過ぎを避け、適度な運動を行うなど生活での予防も重要です。冷えでお困りの患者様がいらっしゃいましたらお気軽にご相談ください。

た。

映画を観ると、行ったことのない場所に行った体験したような気持ちになれるので好きです。家で観るのもいいし、たまには映画館へ出掛けてみてはいかがでしょう。か。（介護事務 谷 夏央 里）

新人紹介

十一月一日より医療事務として勤務している、新人さんの紹介をします。

Q・・・お名前を教えてください。

A・・・三野麻記子（ミノマキコ）です。

一月二日生れ 水がめ座、O型です。

Q・・・この仕事を選んだ理由は何？

A・・・以前から医療事務に興味があり、勉強したい

中で少しでも人の役に立ちたいと思ったからです。

Q・・・趣味はなんですか？

A・・・ドライブです。最近色んな所に車で行くようになり、運転の楽しさを知りました。もちろん交通安全には気をつけています。

Q・・・今後挑戦してみたいことは？

A・・・料理と一人旅です。料理は特に煮物などの和食料理の味を覚えたいです。

一人旅は桜の京都、紅葉の広島、白銀と旭山動物園の北海道に行きたいです。

Q・・・あなたの性格は？

A・・・おらかでマイペースです。

Q・・・今後の目標をお願いします。

A・・・色々な人の良い所を吸収し、接遇面にも力を入れていきたいです。

ありがとうございます。

皆様

よりしく
お願いし
ます。



編集委員会

岡崎博子 谷岡尚子
原田千恵子 赤松陽子
西岡博子 棟近成氏

曾山医院

胃腸科・外科・内科・肛門科

☎656-2131 兵庫県淡路市志筑1391-9 ☎0799-62-5566