

湯宿温泉接骨院だより

第51号

Tel 0278-50-9022

Fax 0278-64-2266

2009.10.

HPアドレス <http://www.yujuku-onsen.com>

Eメールアドレス webmaster@yujuku-onsen.com

【近況報告】

9月は雨が少なく、農家の方は作物の管理がさぞ大変だったのではないのでしょうか？ご苦労様です。又、台風18号の被害はなかったのでしょうか？商売柄、消費量が多いので当方としては仕入れ値が気になりました。



仕入れ値といえば新型インフルエンザが日本でも発症して以来マスクの値段が高いままですね！

旧新治地域でも新型インフルエンザが発症していると聞いています。保育園の子供が12人もかかっているとのこと。

皆様の身近の人は如何でしょうか？

新型のワクチンと季節性のワクチンを同時に生産しているために今年は季節性のワクチンも十分な量が無いらしいです。

愛梨と早苗は無くなる前にと早速10月3日に接種してきました。

お医者さんの新型インフルエンザに対する講習会では通常季節性インフルエンザと同じ対応で良いとされているらしいです。

予防は具体的には人の出入りが多いドアや手すりなどは1日に2回くらい、オフィスや応接テーブルなどは1日1回アルコールで消毒すると有効らしいです。でも、感染予防に対しては本人の体調が一番重要で十分な休養とバランスの良い栄養を取ることが一番だそうです。

体調の管理といえば、日曜日に子供と遊んでいたら、笑可が何度も泣いたり泣き止んだりしていたので眠くてぐずっていると思っていたのですが、やがて早苗の所に行ってしまいました。早苗が「肘が抜けてない？」と聞くので、診て見ると確かに左肘が抜けていました。骨接ぎの私が気付かないのに、子供の泣き方や仕草で肘が抜けている事が分かってしまう早苗はさすがに母親です。もちろん肘の整復は早苗にはできませんので私がしましたが、早く気が付いたおかげでその後は元気良く暴れていました。

【お知らせ】

- ◇ 10月12日 **午後休術**、24日は**休術**
- ◇ 11月3日は**午後休術** とさせていただきます。

【健康お役立ち&商品紹介】

今月の商品紹介は『**おきゅう博士**』です。ようはお灸なのですが『**おきゅう博士**』は誰にでも簡単にできるタイプのお灸です。これからの季節は寒さが身にしみます。冷えて痛いけど通院できない時などに御自身で治療しては如何でしょうか？



64 壮入り 2625 円

『**おきゅう博士**』は肩・腰・膝の3種類があります。なぜ3種類かというと体は場所によって温熱に対する強さに差があります。例えば肩と同じ温度のお灸を腰にすると、とても熱く火傷しやすくなります。『**おきゅう博士**』は難しい事をなくして肩・腰・膝の最適な温度と持続時間をあらかじめ想定して各々の専門につくられています。今年の秋冬はご自宅で伝統医療を試してみても如何でしょうか？最近では早苗と交代でお互いにつけて試しています。少し熱いけど癖になる心地良さがあります。「買ったけどツボ場所がわからない」等お困りな事がありましたらお聞き下さい。

健康お役立ちは

先月号で紹介した**ファイテン桑葉青汁**に関連して桑の葉についてです。桑の木は全体が薬になる有用な植物です。例えば冬に掘った根茎の皮を干したものは**血圧降下作用**がある事が知られています。乾燥させた葉も**高血圧や咳に効く**生薬の桑葉となります。また、秋霜の頃まで木に残った葉は効能の高さから**神仙葉**と呼ばれます。火傷にも使われ**抗炎症作用**や**消毒作用**もあるといわれています。

《火傷に効く桑の葉シップの作り方》

- ①秋霜の頃の葉を採取して完全に乾くまで天日干しします。
- ②乾燥した桑の葉をすり鉢などで粉状にして適量のゴマ油を加えてよく練ります。
- ③これを火傷した場所に厚く塗ります。乾いたら新しいものに取り替えます。

万が一『**おきゅう博士**』で火傷した時は桑の葉シップをお試し下さい。