

## 人の紹介 佐藤正枝（出張助産院 White Stork 院長）

MY 助産師をご存じでしょうか。MY 助産師とはあなた専属の助産師のことを言います。出張助産院 White Stork（ホワイトストーク）では妊活・不妊治療を行っている方や妊娠中・出産を控えた方のご相談サービス、産後ケアとして育児相談や母乳ケアを行っています。また、妊活セミナーやベビーマッサージ教室といったイベントも開催しています。妊娠前から産後もずっと継続的に関わっていくことで、個人・ご家族に合ったケアが提供できるため、お子様の成長を一緒にお祝いできる家族のような関係を目指しています。

写真のお子様は妊娠前の受精卵の時から、妊娠判定、妊娠中、産後ずっと近くで成長を見させて頂き、これからも MY 助産師として女性と家族の幸せに寄り添っていきます。



## INFORMATION



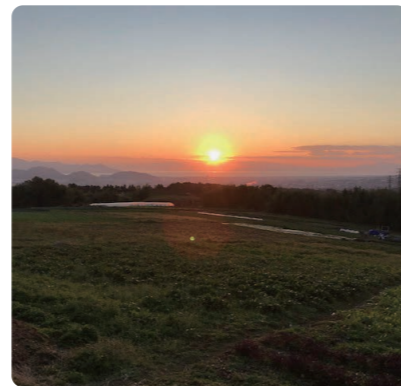
### NHK BS プレミアム 「偉人たちの健康診断」に出演予定

2020年1月9日(木)20時から(再放送1月16日(木)8時から)分に、薬剤師鈴木がほんの少し出演させていただきます。今回のテーマは、大河ドラマ「麒麟がくる」の明智光秀です。内容は、私も目からうろこでその結末は大変驚きでした。歴史を変えた本能寺の変。明智光秀がどうして動いたのか、歴史を光秀の健康の面から分析したすごい発見がありました。是非ご覧ください。



### 主婦の友社「Baby-mo」に掲載

P58、59に「ママの不調に漢方という選択」のコーナーにて大きく取り上げていただきました。産後の体調不良にお困りの方はぜひご覧ください。



### 年始営業のお知らせ

年始は、1月4日(土)10時から営業いたします。本年もよろしくお願いたします。



# MUTSUGORO & MUTSUMI PHARMACY NEWSPAPER

no.195

むつごろう&むつみ薬局新聞



をいただく事を大切な行事にしています。  
さて、今回のお話も家康公の健康法についてお話しさせていただきます。

## 宋の時代からの情報収集

秘伝の漢方薬を自ら作り、飲んでいた家康公は、何を参考に漢方薬の勉強をしていたのでしょうか。それは中国、宋の時代の漢方処方集「太平惠民和劑局方」を参考にしていました。実際に自ら作って飲んでいた秘伝の漢方薬「八之字」は和劑局方に収録されている「無比山藥丸」の処方と同じです。後に、この事を三宅意安が自分の著書「延壽和方彙函」のなかで正式に「八之字」と記しています。

## 家康公の健康法 「情報の使い道が運氣を呼ぶ」

あけましておめでとうございます。

本年もより一層皆様方に寄り添えるように、そして少しでも体調が良くなるようにスタッフ一同努力を致しますので引き続きよろしくお願い致します。

## 情報の使い道

歴史を遡ること西暦 1000 年の中国。文化の花開いた大国、唐が滅び 300 年の乱世が続いていました。戦争が人々の生活を苦しめ亡くなる人や病気の人が町にあふれました。この世を救ったのが宋の8代皇帝「徽宗」でした。国に救療病院を作り、漢方薬を分け与えていたのです。日本薬局方の言葉の由来はここから来たと聞いています。それだけ素晴らしい国でした。この事を、賢人、徳川家康公が見逃すはずはありません。時代背景

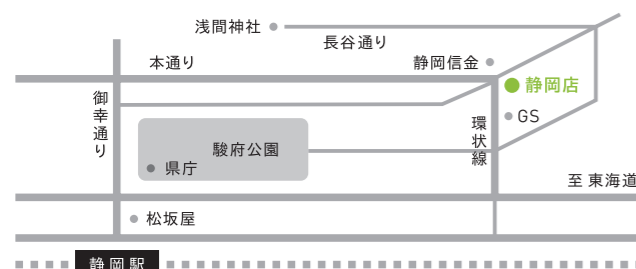
皆様お正月はどのようにお過ごしでしょうか。私は毎年、静岡の浅間神社に初詣でに出かけます。そこでおみくじは引きませんが、干支の大きな絵馬を見る事を楽しみにしています。浅間神社は、徳川家康公が元服した場所であり、徳川幕府の祈願所となった神社です。一年の始まりに寛大な心



静岡店（むつごろう薬局）  
所在地：〒420-0865 静岡市葵区東草深町 22-1  
TEL：054-(247)-6006  
FAX：054-(247)-6007  
営業時間：10:00～18:00（18時以降は、要予約）  
定休日：日曜日・祝日  
HP：https://www.mutsugoro.co.jp  
EMAIL：info@mutsumi.co.jp  
Facebook：https://www.facebook.com/mutsugoro6256



東京店（不妊治療専門薬局むつみ薬局）  
所在地：〒104-0061 東京都中央区銀座 3-8-17  
銀座理容会館ビル2F  
TEL・FAX：03-(3563)-6238  
営業時間：10:00～19:00（予約制）  
営業日：火曜日・土曜日  
HP：https://www.ginzamutsumi.com  
EMAIL：info@ginzamutsumi.com



的に日本でも同じような状況でした。応仁の乱後の乱世を政治と漢方薬で安定させたのがこの家康公でした。情報をただ自分のためだけでは無く、常に民百姓のため考えていく事にリーダーとしての質の高さを感じます。それが 300 年の徳川の世を築いたポイントであったかもしれませんね。余談ですが、老子は次のように言っています。

「天と地の寿命は永遠である。その理由は、自分自身のために生きようとしないからである。自分を中心にしないで、まず相手を立てると、かえって人から立てられ重きを置かれる。私ごとを捨てるとかえって自分が生かされることになる。」ということです。残念なことに現代社会では、この反対が主流となりつつあるのではないのでしょうか。自分の身を引いて相手を立てるとするのは、漢方の世界でもよくあるのです。

### 漢方薬と頭は練って使う

漢方薬は、煎じ薬、丸剤、散剤と3つに分かれ、煎じ薬が基本なのですが、この和剤局方中の処方では80%が散剤、丸剤でできています。漢方薬を育てるのは広い場所が必要です。また、収穫も6年かかるものもあります。多くの民を救うにはなるべく少量でよく効く漢方を作らなければなりません。丸剤や散剤は煎じ薬に比べて10分の1の量で済みますから結果多くの民を助ける事につながります。数ある漢方医学書の中で、儉約家の家康公が和剤局方を選んだ理由がここにあります。

皆さんいかがでしたでしょうか。漢方研究家、徳川家康公が考えている奥深さには尊敬の念を感じ得ません。だからと言って家康公は気取る事なく、プライド高くもありません。自然体を常として、自分の失敗も隠さずに「徳川実紀」に書いているのです。歴史で言われている家康像とは違い、カリスマ的ではなく常に民と寄り添う将軍であったと想像します。

今年は、令和2年、東京オリンピックがあります。どんな年になるのでしょうか。そして皆さんはどのような目標を立てられましたでしょうか。私は、居合道で3段をとる事と家康公を見習い、常に自然体でいる事を目標にしています。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

(薬剤師 東邦大学客員講師 鈴木寛彦)

### 鍼灸のツボ 「光明」

令和2年がスタートしました。2月22日には、西暦でも和暦でも2が並びますね。翌日の23日は、天皇陛下が還暦を迎えられます。今年の干支は庚子です。庚か子が入っているツボがあればよかったのですが、奇穴の「子宮」以外にはありません。ツボの本をめぐっていたら、承という字の中に、子があるように見えました。「子」は小さい子供を描いた象形文字で、上の部分は頭を横棒は両手を描いているそうです。漢字の部首は『子』です。「承」は丞から。丞は人のひざまずいた形を表した文字「𠂔」から変化した了が入っていて、落とし穴に落ちた人を両手で助け上げる形だそうです。「承」の部首は『手』です。子と承は関係がなかったのですが、今回は「承」が入っているツボを紹介します。「承」は承る、受けることです。

「承」が入っているツボですが、8個もありました。「承光」「承扶」「承筋」「承山」そして「承漿」「承靈」「承泣」「承満」です。最初の4つは膀胱経のツボです。「承扶」「承筋」「承山」は下肢の後面、太腿の付け根からふくらはぎにかけてあります。体重を受け止めていることを意味しています。「承光」は、頭にあります。天の光をここで受けるため、または眼疾患を治し、視力を改善して病人に光明(こうみょう…あかるい見通し・希望)をもたらすので、こう名づけられたといえます。前髪際の上 2.5 寸(1寸は親指の幅)、前正中線の外方 1.5 寸なので、目頭くらいのラインで生え際から

指4本の幅(3寸)の少し手前のところにあります。主治は、視覚不鮮明、鼻閉、多量の鼻汁、めまい、頭痛、嘔吐、胸部煩悶感です。眼疾患には「行間」・「光明」を配穴します。「行間」は第1と第2趾の間、みずかきが始まるころ、「光明」は外くるぶしの上5寸のところにあります。それぞれ2つある「承光」「行間」「光明」でみなさんに光明(こうみょう)がもたらされる1年でありますように。

(薬剤師・鍼灸師 谷津吉美)

### 「むつごろう健康五ヶ条」

- 一、人は自然界の一部であり、その調和で成り立つ。
- 一、心と身体は常に一体である。
- 一、なぜ病になったのか、その原因を考えること。
- 一、無理せず、無駄せず、継続すること。
- 一、真の健康とは、心と身体が調和し常に自然体である。

### 国立酵素

今回むつごろう&むつみ薬局新聞に掲載することとなりましたきっかけは、鈴木寛彦先生がたまたま展覧会で受け取った国立酵素(植物発酵エキス)のサンプルを試していただきその晩に小腹(腸内)が活発に動いているのを感じ翌朝いつもよりも快適なお通じを実感されました。これは何なんだろう?ということでお問い合わせいただき、更に一ヶ月間ご愛飲いただき、今回の掲載に至りました。

国立酵素(植物発酵エキス)は良質な「腸内ループ」を皆様にお届けします。美容効果・ダイエット・便秘・下痢・冷え・疲労回復・ストレス解消・安眠・免疫力UP・アレルギー抑制・高血圧抑制・炎症抑制 など様々なお悩みを解決するために大切になるのは腸内環境を良い状態を保つことから始まります。※腸内ループ{腸内環境改善⇒デトックス効果⇒代謝活性化⇒腸の吸収力UP⇒腸内環境改善} 国立酵素によく似た類似商品は世の中にたくさんありますが素材や製法に大きな違いがあり品質・商品の持つパワーも大きく変わってきます。例えるならば秋田県産のコシヒカリとタイ産のタイ米くらいの差がある商品もあります。

#### 国立酵素のこだわり

- 1、全88種の素材(野菜や果物など)を旬の時期に収穫
- 2、エキスの抽出工程で沖縄産のサトウキビの天然の純黒糖を使用
- 3、一種類の素材につき、1つの樽を使いエキスを抽出
- 4、モンゴル由来の15菌株の乳酸菌を配合
- 5、岡山県産の自然豊かな環境で職人に見守られながら長期熟成・発酵(3年半)
- 6、防腐剤・合成保存料は不使用

素材となる野菜や果物は収穫の時期によってビタミンやミネラルの含有量が3倍以上も変わってくるものが沢山あります。最も栄養価の高い旬の時期にこだわって素材を集めています。更に素材からエキスを抽出する際にはビタミンやミネラルを豊富に含んだ純黒糖を使用することでより栄養価の高いエキスが抽出されます。全ての素材をまとめて一つの樽でエキス抽出するのではなく、旬の時期に採れた素材を一つずつ別々の樽で熟成させ職人の手を加えながらエキス抽出を行っています。このように集められた88種の素材を最後は一つの樽で混合させて熟成発酵させることで国立酵素が完成いたします。素材・製法にこだわったこの商品をぜひお試しください。

