

商品の紹介 子育飴

静岡県掛川市、旧東海道の日坂宿と金谷宿の間に小夜の中山峠があります。小夜の中山には「夜泣き石」という伝説があります。身重の女がある石の近くで襲われ、おなかを切られました。おなかの切り口から生まれた赤ん坊を助けるため、母の魂はその石に乗り移って泣きました。泣き声に気付いた久延寺のお坊さんに拾われ、お乳のかわりに水飴を与えられ、子どもは立派に成長しました。

「夜泣き石」の伝説にちなんで生まれた「子育飴」はもち米と大麦を原料とした水飴です。もち米を麦芽によって糖化させます。漢方では膠飴といいます。小建中湯、黄耆建中湯、大建中湯などの漢方薬に使用されます。膠飴は滋養緩和強壯剤。よく胃の気を助け、脾を和し、腸胃を寛にします。中を緩め、気を下し、食を消し、一切の米類菓食の諸積を化し、殊に血分を寛にし、中気を健にします。五行説で脾胃は五味のうち甘と関連があります。胃腸が弱い方は甘いものが欲しくなりますが、お砂糖たっぷりの甘いものは体によくありません。そんな時には、子育て飴を割り箸に取って、よく練って食べてみてください。

6年ほど前に、フリーペーパーに記事のついでに、久延寺に行きました。そして近くのお店「扇屋」さんでも飴を売っていることを知りました。少し寒い時期で、飴が固くなっていたので、飴がはいっている壺を奥で温めて割り箸にとってくれました。むつごろう薬局で扱っている子育飴は小夜の中山トンネル脇にある「小泉屋」さんのものです。冷蔵庫には入れないで、常温での保存をお願いします。



INFORMATION

年末年始のお休み

静岡店・東京店共に 12月28日(金)から1月4日(金)までお休みを頂きます。  
(メールでのお問い合わせは、お休みなく対応させて頂いております。)



「漢方音楽」12月7日発売

作曲：小松正史 監修：鈴木寛彦による、「漢方薬を音楽にしたCD」を作り上げました。  
金額¥2,000+(税)。お店、メールでの予約販売をしております。ぜひ、お申込み下さい。



MUTSUGORO & no.188  
MUTSUMI PHARMACY  
NEWSPAPER

むつごろう&むつみ薬局新聞



(写真の真中が作曲家 小松正史さん)

味には好みがあります。酸味、辛味、塩辛い味を好む方もいます。又、薬草にもそれぞれ味があります。酸味が強い果実「五味子」を使った漢方薬は、喘息や腎臓などの病気に使われますし、辛みが強い薬草「細辛」は、体を温める漢方薬の中に入ります。味覚と内臓の関係は分かりませんが、自分が欲している味は安心感や気持ちの快復をもたらす事につながります。このことは、「香り」や「音」や「色」そして「場の雰囲気」に関しても言える事だと思います。この時期の森林浴とそこで食べるおむすびの味は最高です。

今、私達の生活はネット社会になりつつあります。これからはより加速的に変化し、全て PC やスマホで事が済んでしまいそうな勢いです。こうなると人間は、五感で感じる力が落ちて脳が退化して来るのではないかと危惧しています。この度、作曲家の小松さんと作り上げた「漢方音楽」はまさに五感を呼び戻す目的です。漢方の不味い味、香り、そして自分で作る感覚。それに「音」が加わる事でより力を発揮する事を期待しています。

薬剤師 鈴木寛彦

五感を磨く

皆さんこんにちは

今年も残り僅かになりました。来年は「平成」最後の年となります。次の元号は何になるのでしょうか。現代人の気持ちの焦りを漢方で緩めたい思いから、「寛」の字を付けてもらいたい気がします。「寛」は私の名前でもありますが、寛容、寛大に使われるように、緩める、くつろぐ、ゆとりの意味があります。老子が言うように「先ず相手を立てる」気持ちが、心の寛大さにつながるのではないのでしょうか。

ところで、漢方薬でも気持ちを緩める働きがあることをご存知ですか。ナツメや甘草、小麦、膠飴(こうい)、はち蜜などの甘味漢方がそれに当たります。皆さんも疲れた時に甘いものを欲しますよね。糖分が脳に栄養を与えるからです。逆に苦い味の大人漢方を好む方もいます。このような方は、体に溜まった毒素を発散したい方もかもしれません。コーヒーやビールを嗜好する事に似ています。

漢方を音楽にする

漢方は口から飲むものであり、音楽は耳から入るものであります。どちらも、人の心身に深く影響を与え、明日への活力を促す役目を担っています。

私は小さなときから「音を聞く」ことが大好きでした。遠くから迫る雷の音をじっと聴き入ったり、隣家の機械音に耳を傾けていました。音が身体に染み通る瞬間に、得も言われぬ悦楽を感じていたものです。

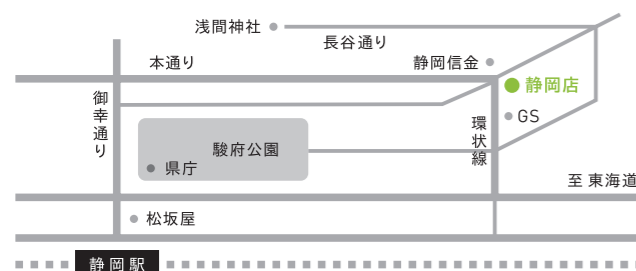
音を聞くことの楽しさを、多くの方と分かち合っていたい。そんな想いで40年以上にわたる音活動を続けてい



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：http://www.mutsugoro.co.jp  
EMAIL：info@mutsumi.co.jp



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：http://www.ginzamutsumi.com  
EMAIL：info@ginzamutsumi.com



ます。代表例を2つ紹介します。ひとつは、京都タワー展望室や京都国際マンガミュージアムなどの公共空間の居心地をよくするために、専用の環境音楽（BGM）を制作しています。もうひとつは、老化防止や脳の活性化を目的に開発した「耳トレ!」。耳の聞こえをよくすることを目的にした音源を制作し、書籍執筆やセミナーを展開しています。

漢方薬と出会ったのは、むつごろう薬局の鈴木さんがきっかけでした。箱根のポーラ美術館で流れていた私の音楽を偶然耳にされ、その音楽に心を動かされたとの連絡があったのです。その後、直接薬局に伺う機会をつくりました。鈴木さんと話しをするうちに、「漢方薬による音楽をつくろう!」という流れになりました。

私はこれまで、顆粒状の漢方薬を何度か飲んだことはありました。薬局でいただいたのは煎じた漢方薬でした。その味は衝撃的でした。身体にすっと溶け込むような「やさしさやわかかさ」があるのです。漢方薬の広大無辺な魅力と奥深さに強く共鳴し、「漢方を音楽にする」プロジェクトが進行したのです。

漢方を音楽にする目的は、漢方薬の効能を音楽の力でさらに高め、薬が効くための心理的な環境を質的に向上させることです。音楽は漢方薬と違い、目には見えません。ところが、耳を介して脳に取り込まれます。つまり、心に直接作用を促すのです。明るい曲なら明るい気持ちに、暗い曲なら暗い気持ちに…。音楽心理学では、これを「同質の原理」といいます。聴き手の心理状態に近い音の刺激を与えると、安心感や気持ちの快復につながる、という理論です。

音や音楽は、無意識のうちに人に影響を与えます。耳はずっと開いているからです。人工音の多い場所に居続けると、なぜか疲れてくる。ぎゃくに、自然豊かな場所に出かけると目はもちろん、耳も安らいでできます。自然音には、人の耳（正確にいえば脳）を休める効果があるからです。

漢方薬は天然素材である生薬を利用しています。即効性は弱いけれども、人間の生命力（自己治癒力）に働きかけ、根本的な体質改善に資するといわれています。音楽もこれに似た効果があります。場に相応しい音楽であればあるほど、（個人差はあるものの）その空間にいる方々の心身により作用をもたらせる。こうした事実を、これまでに携わってきた数々のフィールドから発見してきました。この手法を漢方薬の現場にも応用する、というのが漢方を音楽にするやり方なのです。

漢方薬にマッチする音源を制作するために、(1) リズムの力で推進力と躍動感を表現、(2) 心に響くシンプルなメロディ、(3) 多様な楽器を使ってのアドリブ演奏、(4) 漢方薬にゆかりのある環境音を導入、の4項目を意識しました。



鈴木さんとはじめて出会ったのが2018年6月初頭。それから互いの想いを温めつつ、作曲・編曲・レコーディングを一気に進めました。マスタリング(最終の音質調整)を終えたのが、9月末。3ヶ月余りの短期間で、幸運にも日の目を見ることになりました。タイトルは、ズバリ『漢方音楽』! 漢方薬を服用されるときはもちろん、漢方薬を煎じるときや、服用後の穏やかなひとときなど、適宜お使いいただける内容となっています。

制作中最も苦労したことは、漢方薬をイメージできる音づくり、の一点に尽きます。安直な中国風の民族楽器を取り入れても逆効果。試行錯誤を続けて思いついたのが、漢方薬を想像できる「サウンドスケープ(音風景)」を取り入れること。漢方を煎じる音、生薬配合音、私が録りためてきた自然音(小川、鳥、虫、波など)を、まさに生薬を配合するかの如く、適材適所に散りばめました。使用楽器は意外にも西洋楽器。ピアノ、チェロ、ベース、マリンバ、ギター、パーカッション…。さて、これらのブレンド具合は如何に!? 漢方薬とセットでお使いいただければ、きっと心身の滋養増強につながることでしょう。「耳から漢方プロジェクト」に興味をいただければ、『漢方音楽』をご一聴いただければ幸いです。

小松正史(作曲家、音育家、京都精華大学教授)

## 顔が青いとき

最近、万年筆やボールペンを使いやすいように改造しました。5色ペンを使って色分けして手帳に記入しているので、普段は手帳に5色が1本になったペンを使っています。新月の日、つまり旧暦の朔日(ついたち)には新月の願いを緑のペンで手帳の半ページくらい書きま

す。その時には、緑色のインクの万年筆を使っています。5色ペンではスラスラ書くことができないのと、インクの減りを考えてです。万年筆のカートリッジ入りのインクの色も試しましたが、書いた字を見てワクワクしないので、コンバーターというものを使って、ボトル入りのインクも使ったりしています。

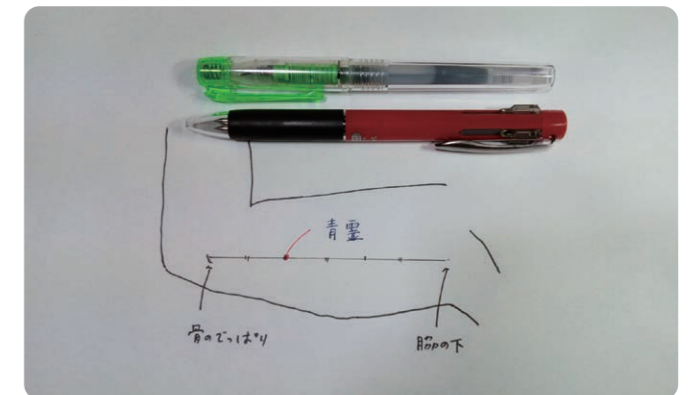
万年筆はしばらく使っていないとインクが蒸発して使えなくなってしまうのですが、2年前にお手頃価格で蒸発しにくい万年筆があることを知り、たくさん買ってしまった。ペン先の太さも3種類があるので買い揃えました。細いペン先は3色しか売ってなく、キャップの色は青なのにインクの色は緑と色が違うのが、気持ち悪かったです。今回、ペン先を抜くことができることを知り、キャップとインクの色を同じにすることができました(写真の万年筆はコンバーターでなくカートリッジです)。他にも、4本の太さが違うボールペンの黒を4色ボールペンに入れ、ノック部分の色も黒に変えました。見たままの色が出てくるのは、とても分かりやすいですよ。

白・青・紫と色名がついているツボがあります。五行論によると、木火土金水はそれぞれ五臓である肝心脾肺腎・五色である青赤黄白黒と関連しますが、白がついていても肺と関連するものもあれば、しないものもあります。また機会があるときに書きたいと思います。青がつくツボは「青霊(せいれい)」で手の少陰心経のツボです。心は赤と関連するので、経絡の本では心経のルートは赤色で書かれることも多いです。「青霊」の青は青色のことで、顔色などを見る望診では青色は痛みを主ります。「霊」は病を治すのに霊験あらたかであることを示します。疼痛疾患に効果があり主治は目の黄ばみ、脇痛、肩背痛だそうです。顔が青い時は「青霊」、覚えやすいと思います。

薬剤師・鍼灸師 谷津吉美



漢方を音楽にする



顔が青いとき

## 「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。

## はこにわ薬草畑(やちよ村より)

写真は、修善寺から引越しをしまして、芍薬の根っこです。10月にお店に届きました。移植して2年が経ちました。途中の状態を確認するために掘り起こしたものです。まずまず順調に思えます。何しろこの芍薬は無農薬、有機肥料で作っていますから、箱から出した時の芍薬の香りは、素晴らしいものがありました。一瞬で体の緊張を緩めてくれました。芍薬の主成分ペオニフロリンは、筋肉を緩め、痛み引きつりに効果があります。腹痛、足のつり、婦人科の漢方薬でも活躍する漢方です。

