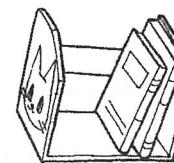




薬草ウルトラクイズ



★テーマ：生薬の名前

★問題：生薬にはその色から名前に色に関する文字がつくものがあります。例えば白朮、紅参、紫根などです。そこで、黄色の黄という文字を使うもので黄柏（オオバク）とは次のうちどれでしょう。（ヒント：色が植物の名前に入っているよ。）

- A. クワの根皮を乾燥させたもの
- B. ホオノキの樹皮を乾燥させたもの
- C. キハダの樹皮を乾燥させたもの

★前号の答え：A（ヤマノイモの根）

ヤマノイモの根を山薬（サンヤク）、キキョウの根はそのまま桔梗（キキョウ）、オミナエシの根は敗醬（ハイショウ）もしくは敗根（ハイショウコン）といいます。

* A～Cより解答を選び、下記宛までご返送して下さい。
又、FAXでも結構です。

〒460-0012
中区千代田5-21-17
漢方の本草閣 近藤宛

FAX 052-251-3294

*正解者の中から抽選で記念品をお贈りします。尚、解答と解説は次号に掲載させていただきます。

★ご当選の皆様：〔順不同〕

松阪市	坪田 幸雄様
瑞穂区	寺西 成子様
中区	山内 則子様
宮崎県	弓削 マツ子様
中川区	三和田 朝子様

ご解答を多数お寄せいただき、ありがとうございました。抽選の結果、左記の方に本草閣健康茶をお送りします。

〔西春だより〕

本草閣薬局西春店がオープンし、早や半年がたちました。オープン当初は期待と不安が入り交じり、無我夢中で正直いって漢方だけで精一杯の状況でしたが、日がたつにつれて、慣れないOTC薬（大衆薬）に対しても積極的に対応できるようになり、最近は気持ちにも少し余裕がでてきたのではないかと思っております。

4月1日より処方せん調剤も始まりやっと私達が理想としていたドラッグストア、漢方薬局、調剤薬局と異なる三種の形態の一体化が形の上では整いましたが、これからはいかに患者さんのニーズにこたえ、これらをうまく連携し、機能させていくかが大事な課題です。利益追求に走らず、あくまでも薬局は悩める人のよろず相談所であるべきだという基本姿勢を崩さず、今まで以上に頑張りたいと思います。

〔管理薬剤師 早川 浩次〕

④481-0033

西春町大字西之保字青野東35

和漢・漢方の本草閣 西春店

TEL 0568-24-6480 0568-24-6481

FAX 0568-25-6551

（定休日 毎週日曜日）



《編集後記》

桜も開花して過ごしやすい季節になりました。四月は新入学、新入社等何か新鮮な気分になりますね。私の子供も高校入学を迎え、何をしているのかなと見ていると友達と一緒に5年後の自分に対して手紙を書いていました。そんな子供の様子を見ていて、私も自分の5年後を考えました。とても想像がつかないですけど、今の季節のようにあたたかい気持ちで笑って暮らしていられたらと思います。

〔かわら版編集部：近藤〕

平成10年4月15日発行
(偶数月の15日発行)

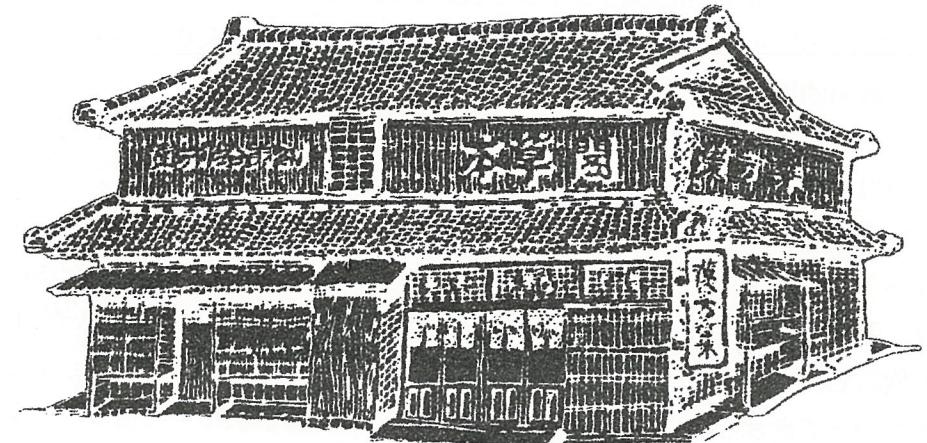
④460-0012
名古屋市中区千代田5-21-17
漢方の本草閣内

「本草閣かわら版」編集部
編集責任者 水野 英章

TEL 052-241-3388
FAX 052-251-3294

第30号

本草閣 かわら版



幸せは 心配事なく 元気なり

しあわせ

今まで25年ほど、漢方薬の相談・指導等を行って来ましたが、最近「本当の幸って何だろう?」と思う事があります。

私の周りで

- ・夫婦、親子、兄弟等々が問題なく仲がよい

- ・健康で自分の好きな事が出来る

- ・そこそこ生活に困らない程度の収入がある

この3つの条件を満たしている方はなかなかいません。何かが欠けている場合が多く特に我々の所に来られる方は身・心とも病んでおられるわけですから、つくづく健康は何にも代えがたい財産であると感じずにはおれません。

これからも漢方薬の力・神様の力を借りて患者さんのお役に立ちたいと思います。遠慮せどんな病でも御相談下さい。

本草閣薬局 林 譲史朗

ワインはくすり

ワインは昨今の健康志向とマッチして大ブームとなっています。ことに赤ワイン人気に拍車をかけたのが「ワインには成人病予防に効果あり」という研究報告。確かに日本薬局方では「ぶどう酒」という名称で医薬品として収載されています。

研究報告によるとワインには「ポリフェノール」という天然の抗酸化物質が多く含まれており、この成分が心疾患や脳血管障害の原因となる動脈硬化に予防的効果があると言われています。このポリフェノールはぶどうの果皮種子に多く含まれているため、白ワインには少なく赤ワインに多く含まれています。動脈硬化予防を期待して飲むなら白よりも赤。赤の中でも、渋みのあるしっかりしたワインを飲まれると良いでしょう。

しかし白ワインにもすぐれた効果があります。白ワインには、ミネラルや有機酸が多く含まれており、又殺菌効果が強いとされています。ゆえに扁桃腺・咽喉炎など風邪の予防、食中毒予防には白ワインが良いと言えます。

赤白問わずアルコールには毛細血管を拡張して血行をよくする効果、利尿効果、ストレス解消効果があります。

ワインには「ワインは血なり」「良いワインは良い血を作る」という沢山のことわざがあります。

1日グラス1~2杯の適度のワインを飲むことは、健康のためにも良いとされ、私自身も1週間に2~3回家族で飲んでいます。ワインに関するいろいろ勉強しているが、漢方の勉強同様、奥の深いものだと感じています。それからワインはくすりとして飲むものでなく料理にあわせて何人かで楽しんで飲むものである、ということが最近わかつきました。興味のある方はお試しください。

アルコールのだめな方は、成人病予防にクマザサ・大麦の若葉などの青汁をおすすめします。

〔文責 浮亀 浩〕



薬草観察会 開催のお知らせ

恒例の薬草観察会を開催することとなりました。恵まれた自然の中、薬草を観察し、皆さんと一緒に食事をしていただきます。なおご希望の方は温泉にも入浴できます。(入浴には別途料金500円かかります。)

皆様、奮ってご参加ください。

記

日時 平成10年5月17日(日)
午前7時45分 本草閣薬局前集合
午後5時00分 解散予定(小雨決行)
行き先 鬼岩公園と東海自然歩道
会費 6,000円(弁当、バス代を含む)
申込み 本草閣薬局 052-241-3388 (担当 北川)

花粉症・アレルギー性鼻炎について!

春先の頃になると、花粉症(アレルギー性鼻炎)の患者さんがとても多くなります。この花粉症とは、花粉が多くなる時期に鼻炎が発症するためにその名がつけられているのですが、必ずしもスギ等の花粉だけが原因とはかぎりません。花粉ばかりでなく家のほこり・犬、猫の毛・鳥の羽根等にも反応しますし、又、温度差・香水の匂い・たばこの煙・生姜のにおい・薑(とうねり)のにおいでも鼻炎症状が出ます。

と言う事は全て鼻の粘膜に刺激を与える物によって症状をあらわすわけです。

ただ、一日の鼻炎症状の発生時刻を考えると…

- ・朝起きた時
- ・風呂上がり
- ・勉強している時
- ・テレビを観ている時
- ・読書している時
- ・じっとしていて身体を動かさない時…
- …があり、

逆に鼻炎症状が出ない時、軽い時は…

- ・風呂に入っている時
- ・食事中
- ・運動等で身体を使い汗をかいしている時…
- …あります。

即ち身体を使い全身の血液の巡りが良い時には、症状がないか・症状が軽くなると言う事です。そのことを漢方的に考えますと激しい鼻水・嚏(ゲラニ)・鼻閉・目の痒み等々の症状は胃と肺の冷えと余分な水分の貯留によるものということができます。

そこで治療としては、

1. 胃と肺を温め余分な水分を裁く事
 2. 血液を綺麗にする事
- …となります。

具体的には、次のことがあげられます。

1. 冷たい飲み物・食べ物は控えめに
2. クーラー等は控えて汗を出す様にする
3. 一日一度汗を出す様な運動等をする事
4. 食べ物に気をつける事

A. 血を濃くする食べ物を控える

- ・甘いもの—ケーキ・チョコレート・果物・饅頭・アイスクリーム・ジュース等々
- ・肉類 —豚肉・牛肉・鶏肉・等々
- ・卵類 —鶏卵・魚卵・等々
- ・乳製品 —バター・チーズ・ヨーグルト・牛乳・等々

漢方薬として小青竜湯(しょうせいりゅうとう)桂枝麻黄各半湯(けいしづまかくはんとう)甘草乾姜湯(かんぞうかんきょうとう)柴胡桂枝湯(さいごくけいじとう)等々をその方に応じて使い分けます。全てこれらの漢方薬は身体を温め血の巡りを良くする作用を持っています。

最後に結論としまして、野菜を中心とした温かい食事をし、日頃より汗をかく様な運動をすることが養生として大切といえるでしょう。



〔文責 林 譲史朗〕

《行事予定》

	日時	担当者	日時	担当者
★漢方講演会	4. 27(月) (毎第4月曜) PM1:30~PM3:00	林 譲史朗 浮亀 浩	★753会(俳句・川柳素人の会)	4. 28(火) (毎第4火曜) PM1:30~PM3:30
	(会費 有料)	会場 中日文化センター		林 譲史朗 "
★本草閣講演会	4. 16(木) (毎第3木曜) PM2:00~PM4:00	林 譲史朗 北川 正廣	(会費 ¥500)	会場 本草閣薬膳ビル
★何でも花草会	5. 12(火) (毎第1火曜) PM1:30~PM3:30	林 譲史朗	★花草観察会	5. 17(日) 【御買い上げの際、節句に因んだ品物を進呈いたします。】
	(会費 ¥500)	会場 本草閣薬膳ビル		北川 正廣 ※別項を参照して下さい。
	6. 2(火)	"	★ささやか文化祭	5. 2(土) 端午の節句
	(会費 ¥500)	会場 本草閣薬膳ビル		

※次回よりかわら版にて一、二の俳句、又は川柳を紹介させいただきます。

