



東洋医学と西洋医学の
専門医があなたの健康を
サポート

整形外科・リハビリテーション科・外科・内科（消化器・肛門・乳腺・糖尿病・がん）・漢方内科・小児科



2月のあいさつ

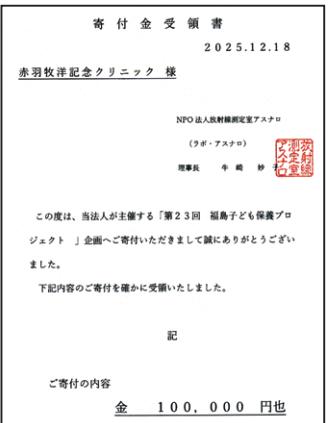
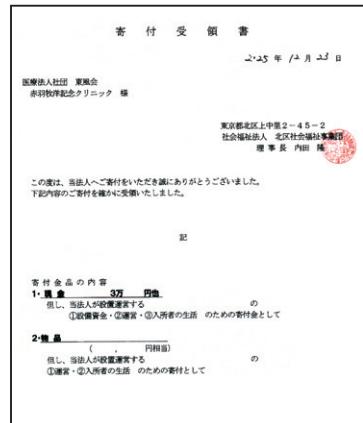
大寒が過ぎ、例年にも増して寒気が襲う日本列島。寒さで体が硬くなっていますか？日光も浴びず部屋に閉じこもっていると精神衛生上も良くありません。認知機能低下にもつながります。脳の老化を防ぐ作用のある栄養素には、シークワーサーや温州ミカンなどに含まれるノビレチン、ヒラタケなどに含まれるエルゴチオネイン、米ぬかに含まれるフェルラ酸などが知られています。もちろんそれだけでいいというものではありません。運動や人とのつながりを大切にしていくことが最も大事なことですね。さて、2月は受験シーズンです。受験料もばかになりません。一校受けるたびに3万円、私立の医学部などでは6万円もします。入学したら奨学金を借りて、そのローンは卒業までに数百万円から数千万円に。無償奨学金は姿を消し、学生から利子を巻き上げる有償奨学金だけです。また、物価高では食品の値上げに続いて、今度は家賃が上がっています。物価高で苦しんでいる国民をよそに突然の衆議院解散にもびっくり。昨年12月には「令和8年度の税制改正や当初予算の取りまとめなど、目の前でやらなければいけないことが山ほど控

えておりますので、解散については考えている暇がございません」と言ったばかり。物価対策のための予算も決めないうちに4年の任期のうち1年3か月しかたっていない衆議院を解散。選挙で約700億円以上の税金を浪費。

国外ではベネズエラに米軍が軍事侵攻して大統領を拉致し米国に連れ去りました。心胆を寒からしむる出来事です。そして、ベネズエラを米国が運営する、つまり植民地支配すると宣言しました。その目的は世界一の埋蔵量である同国の石油が欲しいからとのこと。デンマーク自治領のグリーンランドは約150万トンのレアアースなど鉱物資源が豊富です。また日本にGDP比5%の軍事費を要求しています。実に年間30兆円、つまり国家予算の4分の1です！とても国民生活はもちません。トランプ大統領の米国がやっているような金儲けビジネスでは人間が幸せになるはずもありません。日本には「三方よし」という江戸時代の近江商人が大切にしていた思想があります。「売り手よし、買い手よし、世間よし」この精神が今こそ求められていますね。今月もよろしくお願いいたします。（副院長）

社会福祉法人・北区社会福祉事業団様より

NPO法人・放射線測定室アスナロ様より



自分でできる「ツボ、マッサージ

シリーズ⑫ 不眠症に効くツボ

※ツボは、“経穴”ともいい、東洋医学の治療ポイントです。指圧・マッサージ・整膚（皮膚を引っ張る治療法）・円皮鍼（シールについた痛くない鍼）によって、ご家庭や友人同士でも治療できるので便利です。みなさんもやってみましょう。

① 神門（しんもん）：
精神、神気が入りするところ。
動悸や呂律（ろれつ）障害にも
用います。



② 三陰交（さんいんこう）：
3つの陰経（脾経・腎経・肝経）
が合流するところ。夜は陰分（栄
養や水分）を蓄える時間です。
神経衰弱にも用います。



お知らせ

2月の休診日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

*22日前は日曜診療の日です。

[休診] 祝祭日、学会・研究日
*日曜は月1回診療 / 水曜日整形休診

【診療時間】

月～金	9:00～12:30 (水曜日を除く)
土	9:00～12:30 2:00～5:00
水・日	9:00～12:30

7日(土)整形、14日(土)午後、25日(水)、27日(金)午後、水曜日午後は休診です。

ご連絡はTEL03-3598-6697までお電話下さい。