

# 第35回 健康コンサート感想より

- すばらしい世界をありがとう。いつまでも、いつまでも続きますように。
- 今日はありがとうございました。国際色豊かで、地球が、世界が平和でありますようにと改めて感じたコンサートでした。アンプを使用したギターの音が強かった。残念。
- CMIのコンサート、ありがとうございました。いろいろな国の人々が音楽を介して、こんなに和やかな繋がりができることが素晴らしい！第一、赤羽でこんな美しい響きを楽しめるなんて本当にありがとうございました。竜さんのソコをもっと聴きたく思いました。

院長先生の着流し姿、すてきでした！歌も大好きな歌でした！東儀先生のプロ顔負けのエイサーにいつも力を貰っています。前回の跳躍にも驚きましたが、今回も驚く力強さ！素晴らしい！

- 超絶！皆さん、お疲れ様。
- 久しぶりの健康コンサートを楽しみに伺いました。アメリカから来日されたCMIの演奏、すばらしかったです。いろんな国出身の若い人たちは、一人一人が主役ですね。

世界各地で戦が絶えませんが、未来を信じた気持ちになりました。最年少の少女のバイオリンの演奏は、将来が楽しみな気持ちになりました。チェロのペースが漂う演奏が印象的でした。ひばりの会のみなさん、ご高齢の方も多いようですが、生き生きと笑顔で歌っていらっしゃいました。歌は元気の源ですね！夢のようなあっと言う間のひとときで、参加できて本当に良かったと思います。

● 福島原発事故から13年、まだ終わっていないということがアスナ口報告を聞いて思いました。あじさいの歌と体操いいですね。楽しいコンサートで、あっと言う間のひとときでした。元気と幸せを頂きました。

● 久しぶりの生演奏、クラシックからディズニーまで、感激のひとときでした。日頃のストレスは一瞬にして消えてなくなりました。生演奏は心にしみ



ます。ありがとうございました。また明日から現実にもどりますが、がんばります。次回を楽しみに。

● CMIの皆さん、アメリカから来て下さり、有難うございました。子ども達一人一人の演奏する曲がそれぞれ個性的でとても味がありました。一人一人の個性を伸ばしてあげる指導は素晴らしいものだと思います。世界の子供達に出逢えた事、感謝します。院長先生の歌と副院長先生のエイサー、最高でした。

● 世界の国々の演奏曲、とても良かったです。感動・感動のひととき、有りがありがとうございました。院長先生の初着物、大変すてきでした。異国の小・中学生のヴァイオリン、上手でした。遠くから本当にありがとうございました。とても良かったです。

● 外国の方の曲をはじめ、まさかの院長先生のお似合いの着物姿と美声、ビックリでした。手踊りも楽しく、エイサーの踊り、その他、皆様の熱演、初めて参加しましたが、とても楽しかったです。自分も身体に気をつけ、また、12月に来ます。有難うございました。

アハハオホホで拍手いっぱい、良かったです。今日一日幸せでした。

● 楽しかったです。ありがとう！

たくさんの感想をありがとうございました。今年の12月に元気でまたお会いしましょう。

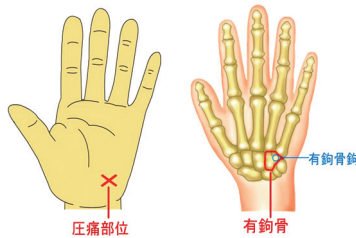


## 洋先生のスポーツによる痛みセミナー74

有鉤骨は手根骨といわれる8つの小石のような手首の骨の一つで、手のひら側に飛び出た突起部分を有鉤骨鉤と言います。手のひらをついて転倒したり、野球・テニス・ゴルフのグリップエンドが強くぶつかって骨折することがあります。鉤(かぎ)の付け根の部分で折れることが多く、レントゲンで見つけにくく、治りにくいという特徴があります。この骨折を疑った場合はMRIやCTで精密検査をする必要があります。

(骨折部分がつかないこと)の場合やスポーツへの早期復帰のために骨片切除術が行われることがあります。

### ゆうこうこつこうこっせつ 有鉤骨鉤骨折



### ●患者さんの声●

79歳男性。10年前からの膝痛。変形性膝関節症の末期で歩くのもつらくなり人工関節を勧められていますが、重度要介護の妻を「施設に入れるのはかわいそう」と思い入院できないとのこと。身長158cm、体重68kgの小太り体型。寝付けなため毎晩浴びるようにお酒を飲みます。赤ら顔で汗かき、手足が火照り、のどが渇き、ドライアイで便秘傾向、夜間尿は2回です。血圧は高く、脈は速く弦のように緊張があります。舌は全体にやや乾燥した黄色い苔が付着し、足首周辺にむくみがあり、靴下の口ゴムで溝が出来てしまいます。不摂生と加齢で乾燥傾向が強くなり体に熱が生じやすくなっているようです。漢方医学的に「陰虛火旺、湿熱」と判断して、六味丸(ろくみがん)と三物黄芩湯(さんもつおうごんとう)を処方し、飲酒と辛いものを控え、野菜と海藻を多くとるように指導しました。2週間くらいで「むくみが取れて、靴下を履いても平気になった!」、3週間目になり「急に痛みが楽になってきた!」とのこと。しばらく漢方を継続してもらうことになりました。

(\*漢方薬の効果には個人差があります。必ず漢方専門医、薬剤師に相談し、内服して下さい。)

まきようクリニック  
つばめ日記  
さんもつおうごんとう  
三物黄芩湯  
絵 エコピー

偏平足で炎症も起こしているなら、12番にしよう!  
手足が火照って眠れないし、足首が腫れて痛むんです。  
漢方医

中国の古典『金匱要略』には産後の手足の火照りに使うとありますが。出産は陰分(血や水分)を失う大仕事だからね。  
漢方医

陰が不足して陰陽バランスが崩れると・・・  
あつ、そのか、虚熱! じまじ火照りになるんですね。  
漢方医

最近、肌が荒れてきたわ。夜更かしやめ、早寝早起きしななちゃ。  
不足した陰分は夜間に補充されるよ。  
漢方医

総合誌 あなたとともに歩む道を求めて  
216号 発売中!  
TOMO-MICHI  
2024.04.01 No.216 定価 550円税込  
特集 なぜ戦争はなくなるのか  
●ひと 樋口健二さん ●教育子ども学習室『さんぼみち』  
●八甲田は みんなの宝だから - 八甲田風力発電 白紙撤回 -  
三橋 牧院長執筆!  
東儀 洋先生執筆!  
医療エッセイ 私の新米医師時代  
元気×3 首こり体操・おすすめ3点セット  
\*201~215バックナンバーもあります! ご購入、お問い合わせは受付まで。