

第36回 健康コンサート (2024.12.25) 感想より

- 初めて参加しました。ひばりの会のコーラスもエイサーも良かったです。元気もらいました。手踊りも演奏もすばらしく、院長先生の講話も歌も、忙しい中のひとときのリフレッシュになりました。ありがとうございました。明日も元気に過ごせそうです。副院長先生のエイサーはキレッキでした。
- 院長先生の話は、いつもためになるので毎回楽しみに聞いています。私はコーラスが大好きです。皆さん、生き生きとしていて元気もらいました。良い声ですばしかったです。どの演目にも歌声にも胸打たれました。
- クリスマスの日にとっても楽しい時間をありがとうございました。
- 院長先生のお話は、いつも心にしみみます。バイオリンもピアノも、又、飯村孝夫さんの歌もとても心安かくなりました。健康コンサート、いつもありがとうございます。
- すばらしいクリスマスを送れました。ありがとうございました。
- 親子でクリニックにお世話になっています。今日は2人で観させて頂き、有難うございました。院長先生、東儀先生、本当にすばらしい歌声と踊りを見せてもらい感激しております。
- 院長先生の講話を聞かせて頂き、インフルエンザの予防注射をしていない身で、少し安心いたしました。65才をとうにすぎています。気をつけましょう。お話有難うございました。リュウヤ君、すごい成長びっくりいたしました。力強い沖縄の踊りもすばらしかった。ヴァイオリンの音色、とても素敵でした。ありがとう。赤羽育ちのバリトン歌手の飯村孝夫さん、本当に1947年生まれでしょうか。とても良い歌声でした。本当、すばらしい。
- 院長先生のお父様の作、大感動いたしました。胸があつくなりました。良いクリスマスになりました。とても良い企画でした。お疲れ様でした。大感動でした。ありがとうございました。
- 忘れていたクリスマス感覚、ありがとうございました。健康で一番大切なのは自然だと、よくわかりました。平和でありますように。
- 久しぶりのコンサート、楽しく聞いて、心が晴れやかになりました。明日も元気に過ごせそうです。
- 飯村孝夫さんのソロは、とても素晴らしかったです。声も大きくて、とても77歳には思えません。ステキな声にシビれました。今回は音楽を楽しませて頂きました。健康講話も考えさせられました。有難うございました。皆さまに感謝です。友達が友達に声をかけて連れて来て下さいました。
- 夢の世界にいるようです。ジャズ・プレーヤーが85才、サクソウうまい!
- いつも舞台上で歌わせて頂く幸せ、本当にいつもいつも、重ね重ねありがとうございます。毎年盛り沢山のプログラムで楽しい2時間です。院長先生のお話も勉強になります。全員参加での歌や手踊りも会場と一体になって、皆さん満足だったと思います。又のコン



サートを楽しみに来年も元気に頑張ります。8年間の主人の看護が続いている中、ホッと一息つかせて頂きました。



- いつまでも続きますように。
- とても楽しいひとときを過ごさせて頂き、感謝しております。音楽はいいですね。ストレス解消1年分、そんな気持ちです。来年を楽しみに明るく毎日過ごして行きます。歌手の方が唄っている時、出来れば一緒に歌いたい気分です。そうなれば今迄以上に楽しいだろうな~と思っています。皆様の一生懸命な姿、心にひびきました。
- いつも良い収穫です。お疲れ様。
- 初めて参加させて頂きました。楽しい歌声と演奏と本当に素敵でした。東儀先生のエイサーのエネルギー、素晴らしかったです。元気をいただきました。ありがとうございました。
- とても素晴らしい会でした。本当に本当にバラエティに富んでおり、楽しかったです。プロの方、荒野座のみなさんもずいぶんうまくなられ、色々な面で花を添えてくれました。ひばりの会のみなさんの心のこもったやさしい歌声も心に残りました。コインが必要であることで来られなかった方がいらしたようで、現実の社会の一面を見せられ、悲しい気持ちになります。もっともっと、みんなが幸せになれる社会であってほしいです。
- たくさん楽しみました。このコンサートで大きな声を出して歌うのは楽しいです。飯村様のバリトンの歌、素晴らしかったです。そして「一本の鉛筆」の歌唱、感動しました。ひばりの会のコーラスの方々、美しい歌声、ありがとうございます。来年も引き続き聴かせていただきたいです。皆様のご尽力、感謝申し上げます。エイサーの舞台をいつも楽しんでいます。沖縄の歌は心に響きます。もし「島唄」とか「さんしんの花」など歌って下さると嬉しいなあ~と思います。

たくさんの感想をありがとうございました。次回の健康コンサートで、また元気にお会いしましょう。

まきようクリニック

つばめ日記



10 柴胡桂枝湯

腰痛篇

絵 エコピー

腰痛がなかなか治らなくて…
何とかならないでしょうか。



更年期障害もあるし、
⑨桂枝茯苓丸(けいしぶくりょうがん)が
いいかな。

胃の調子も悪くて…



それなら25番と
⑩小柴胡湯(しょうさいこうとう)を
合わせて飲んでください。

この組み合わせはストレスをかかえた慢性痛によく使われますね。



柴胡桂枝湯を含んでいるから胃腸にやさしくして、気分をのびやかにしてくれるからね。

よし、今日はおごるぞ!
(薬草園で)

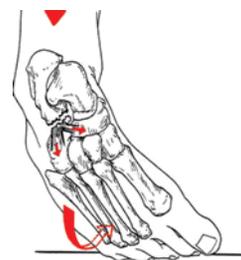


チケット3枚!
えっ、中華、食へに行くんじゃないの!

洋先生のスポーツによる痛みセミナー 80

足首の捻挫で受傷することのある骨折です。かかとの骨の一部である踵骨前方突起には、二分靭帯と言われる靭帯が付着しています。この靭帯に引っ張られて骨折を生じます。骨折のない外果(そとくるぶし)の捻挫と症状が似ているので、レントゲンで見つけにくいこともあり見逃されることもあります。診断にはCTやMRIが有用です。約1か月間のギプス固定で骨癒合(ゆごう)することがほとんどです。偽関節(骨癒合しない状態)になり痛みが続く場合は、骨接合術や骨片切除といった手術が行われます。

しょうこつぜんぼうとうつきこつせつ 踵骨前方突起骨折



● 患者さんの声 ●

50代女性。1か月以上前にぎっくり腰になり、強い痛みはなくなったものの鈍痛がありすっきりしません。友人の勧めもあり漢方治療を求めて来院しました。整形外科的診断は腰椎症です。身長158cm、体重56kgとやや小太りの体型です。脚が冷えて上半身は汗かき、いわゆる更年期の冷えのぼせ状態です。腹診では下腹部全体が少し張った感じで、胃のあたりに圧痛があり、胃の不快感が普段からあるとのことでした。常日頃、過度のス

トレスがあり胃に負担がかかっているのでしょうか。また脂肪肝を指摘されており、糖質が多いと血流が悪くなり痛みも治りにくくなります。食事のバランスと運動に気を付けるように指導し、漢方医学的には「肝胃不和、瘀血(おけつ)」と判断して小柴胡湯(しょうさいこうとう)と桂枝茯苓丸(けいしぶくりょうがん)を処方しました。2週間後、「3日くらいで良くなりました。漢方ってすぐ効くんですね」と感心していました。

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