



診療所だより

お屠蘇(とそ)

少し遅ましたが、新年おめでとうございます。
2月に入ってお正月というのもちょっとへんですが、勘弁していただいて、
今回はお屠蘇の話をします。ちなみに、当院では毎年、年末に患者さんに
お屠蘇を配っています。

屠蘇散の処方は、書物によって違いますが、一般的にはオケラの根(白朮)・サンショウの実(蜀椒)・ボウフウの根(防風)・キョウの根(桔梗)・ニッケイの樹皮(桂皮)・ミカンの皮(陳皮)など、身体を温めたり、胃腸の働きを助けたり、風邪の予防に効果的といわれる生薬を含んでいます。本来は薬のトリカブトの根(烏頭)や下剤のダイオウ(大黄)なども加えていたようですが、烏頭・大黄は素人が使うにはあまりに怖い薬ですから、現在の処方にはこれらの激しい作用の生薬は含まれていません。これに甘味を増す甘草を入れてもよいでしょう。現在では色々な「お屠蘇」が工夫され、年末に売られています。

中国・唐の時代の総合医学書『外台秘要方』には、以前より伝わって
きた正月の風習について、以下のように記しています。

「屠蘇酒は、疫病から人を守る。八種の生薬を刻んで紅い袋に入れ、
大晦日に井戸につけておく。これによって井戸水を清らかな聖なるものに

森ノ宮医学園附属診療所 院長 田中邦雄

する。正月早朝、日の出とともにそれを取り出して、今度は酒で煎じる。東方を向いて一家で飲む。飲む順序は年齢の少ない子供から年長の者へ。量は自由。一人が飲めば一家が無病無疫。一家全員が飲めばその家の一里四方が無病無疫。三日たたら煎じカスを再び井戸へつける。そうすれば一年中無疫である……」

この記述は、それより約200年後に日本でまとめられた最初の総合医学書『医心方』にも踏襲されていますが、もっと古くから正月の風習として日本では同様のことが行われていたといいます。紅い袋は「茜の絹を四角く縫ったもの」が正式です。

お屠蘇の字の由来はよく分かりません。屠殺の“屠”的字ですから、正月早々縁起が悪いですね。そういう植物(薬草)があるという説もありますが、定説ではありません。

年齢の若い順に飲むというのは、年長の方が若さにあやかるという意味合いがあるというのが通説ですが、薬というものは王(家長)が服用する前に家臣(子供たち)が先ず毒味をするものだ、という習慣からきているというやや意地悪い説もあります。

カウンセリングルームから —— 出発点はとことん『聴く』こと

カウンセラー 山崎昌子

カウンセリングは原則として密室で行われます。そのためでしょうか、「どんなことをするの?」とよく質問されます。カウンセラーによてもさまざまですが、理論や方法を超えて共通するのは、『聴く』ということでしょう。

たいてい初めて相談に来られる方(クライエントと呼びます)はかなり緊張しています。「いったい何が始まるのだろう…」といった面持ちです。ですから、まずは「初めまして、カウンセラーの○○です」と挨拶します。それから「今日はどういったことで来られましたか?」と尋ねます。すると、曖昧な問い合わせに堰を切ったように話し始める方もいれば、「どうって…」と口ごもってしまう方もいます。自発的に訪れた場合はともかく、周囲に勧められてしぶしぶ来たという場合、本人は「どうして私が…」と戸惑いや怒りを抱えていることも少なくないからです。いずれにせよ、あくまでも目の前にいるクライエントが何をどう感じているかが焦点となります。胸の内に混沌と

在るものを取り出して言語化していく作業を通じ、もつれた糸が少しづつほぐれていきます。これが絶対、という正解などありません。どうしたいのか、どうなりたいのか、その人が自分なりの道すじを見出していく過程に、カウンセラーは導き手ではなく伴走者として付き合います。

クライエントの気持ちの流れにそって、とことん『聴く』こと。それがカウンセリングの出発点であり、根幹でもあると思います。

カウンセリング／火・水・金曜日：午後1時30分～午後4時30分

※カウンセリングは、心療内科を受診された後、担当医師の診断により行います。

詳しくはhttp://www.morinomiya.ac.jp/clinic_counseling.htmlをご覧ください。

新入職員紹介

この程、学園の新しいメンバーとなったチーフター・谷口憲子さん、受付事務・渡辺鮎子さん・長尾絵梨子さんです。それぞれ教員・学生のバックアップ、受付の新しい顔として奮闘中です。どうぞよろしくお願いします。



チーフター

谷口憲子

まだチーフターになってから日は浅いですが、学生さんと共に学び、たくさんの事を吸収し成長できるよう努めたいと思います。



受付事務

渡辺鮎子

学生さんとともに成長していくよう一日一日を大切に歩んでいきたいと思います。よろしくお願いいたします。



受付事務

長尾絵梨子

学生さんたちの意欲、それに応えようとする先生方の熱意は、私自身の大学時代のそれとは比べものにならないほど高く、いつも圧倒されています。微力ながら、そんな皆さんのお手伝いができればと思いますので、お気軽にお声をかけてください。