

-----  
本メールは 2009 年の保険除外の反対署名された方  
および、メルマガ希望者へ配信させていただきます。  
-----

{COL1}様

寒中お見舞い申し上げます。  
日本臨床漢方医会です。

本年もどうぞよろしく願いいたします。

さて、まだまだ寒い日が続き、風邪や  
インフルエンザに注意が必要です。

しかも中国では、原因不明なウイルス性肺炎の  
感染者が続出し、日本への上陸が警戒されています。

平素から免疫力を高め、元気であるには  
漢方をはじめ、健康情報に気を留めておきましょう♪

当会の情報が、健康を保つ助けになれば、  
嬉しいかぎりです！

一般の方から医療関係者まで役立つ  
漢方関連情報を季節毎にお届けします。

ぜひ、最後までご覧下さい♪

++・…… INDEX ……・++

【1】 なるほど漢方講座  
～冬こそ漢方

【2】 漢方治療がより効くために

【3】 講演・講習会のお知らせ

■ 編集後記

---

## 【1】なるほど漢方講座～冬こそ漢方

---

去年は台風による大規模な洪水や  
土砂崩れ災害が生じたり、  
10月にインフルエンザが流行したりと  
例年になく現象があちこちで起きました。

江戸時代以前であれば、“政(まつりごと)の荒廃が  
天変地異を引き起こした”“末世だ”と囁かれそうです。

でも、現代では単なる「異常気象」ということで  
片付けられてしまうのでしょうか…。

さて、「冬」と言えば、  
“乾燥”による皮膚トラブルや

“冷え”による活動力の低下・足腰の痛みなどが  
非常に起きやすくなります。

これを大きな視点で見ると  
“人生の冬”である“老化”でも  
同じようなことが起きるようです！

臨床現場では  
“老化はどうしようもないと言われた”と  
患者さんの愚痴を聞くことも多いのですが、

漢方では“老化”に対して  
“血虚”や“陽虚”と呼ばれる病態への  
処方を中心に治療を行うことができます。

皮膚に潤いを与える“当帰飲子”や  
足腰の冷えや痛みを“八味地黄丸”、

気血を補い筋肉や骨の萎縮を防ぐ  
“十全大補湯”などを使い、

身体に不足している(虚している)ものを  
補うことで、“老化”に抵抗していくのです。

今や、“冬にさしかかっている政(まつりごと)”には効果は無さそうですが、

季節も人生も“冬の身体トラブル”に対しては漢方が大きな効果が期待できると考えております。

“冬の辛さ”に、漢方薬はいかがでしょうか？

仁和会クリニック大和田・古田誠

---

## 【2】 漢方治療がより効くために

---

日々、私の診療現場では、漢方治療が適応する病態を持つ患者さんに

風邪や腰痛、胃腸炎から癌まで様々な疾患に対して、漢方薬を処方しています。

そして、処方と同時に次のことをお勧めしています。

◎生活習慣（生活リズムや食習慣）をよく聴いて、改善できるものは実行してもらうよう伝えています。

◎風邪の患者さんには10余種類の漢方薬から病態に合わせて処方し、服用15分から20分後の変化も聴いています。

◎腰痛などの人には「操体法」の動きも伝え、症状の半減を体験後、帰っていただきます。  
(※操体は、文末に説明あり)

◎癌の患者さんが多い昨今、まず、生活習慣の改善（日本型の食事、旬のもの、腹8分目、1口30回噛むの励行）。

風邪から癌まで、日常生活の大切さを身をもって教えてくれる患者さんは、「風邪をひきにくくなった」

「体調も良く好きな事が色々できる」と喜んでおられます！

医師の皆さんにも、出来れば漢方治療の中で、  
処方と同時に、生活リズムや食習慣の変容の勧めなど、  
薬以外の大切さも、お伝えいただければと思います。

木戸クリニック 須永隆夫

※「操体」とは

『立って動き回る人間にとって  
基本的な人体の構造と仕組みとしての骨格と  
筋肉のかかわり（運動系）を、

その成り立ちの根本に着目して、誤りなく  
体をあやつり、動かすことを総称した表現です。

単なる運動とか体操とは違い、  
二足歩行動物としての人間にとって  
最も自然な身体の動きと、不自然な動きによって起きる  
体の歪みとを見きわめ、歪みのない体を保つことが操体です。

操体の中で、全身から各指先の細部におよぶ  
具体的で体系的な体の動かし方を「操体法」とよびます。』

<『 ～ 』までの説明は  
日本操体学会のホームページ  
<http://sotai.com/page-12.html> より引用いたしました>

---

### 【3】講演・講習会のお知らせ

---

今回お知らせする漢方家庭医講習会は  
全て無料で、医師・歯科医向けの講座です。

★横浜で初の講習会を開催！

■1月19日（日）10:15～12:00  
第28回漢方家庭医講習会（横浜）

テーマ：

「冬期に頻用される漢方処方～咳や冷え対策～」

演者：並木隆雄先生

（千葉大学医学部附属病院 和漢診療科 診療教授）

【概要】

冬に多い咳や冷え等に対し、  
漢方ではどの様に対応するか、  
TVでも有名な並木先生が分かりやすく解説します！

▼詳しくは

<http://kampo-ikai.jp/news/20200119/>

◇◇……………◇◇

★アクセスが便利な新宿開催！

■2月1日（土）18:45～20:30  
第29回漢方家庭医講習会（新宿）

テーマ：

「漢方に強くなる漢方薬20選」

演者：今津嘉宏先生

（芝大門いまづクリニック院長）

【概要】

実地臨床では、症状から漢方薬が選ばれます。  
漢方薬は生薬の組み合わせからなり、  
どの漢方薬を選択するか、迷うことがあります。

漢方薬の生薬構成を理解することで、  
自分なりの選択基準が出来上がります。

実地臨床で役に立つ漢方薬と、  
その類似処方（処方）の生薬構成などを例に挙げながら  
診療に役立つ漢方治療の応用を解説します。

▼詳しくは

<http://kampo-ikai.jp/news/20200201/>

◇◇……………◇◇

★冷え治療の漢方エキスパート、  
木村容子先生が登壇！

■2月16日（日）13:00～15:30  
第30回漢方家庭医講習会（東京）

演者：木村容子先生  
（東京女子医科大学付属東洋医学研究所 教授）

テーマ：  
「冷え症の漢方治療」

概要：  
東洋医学には「冷えは万病の元」  
という考え方があります。

冷えた体は活力、気力、思考力などを失い、  
心まで冷やされるようになります。

女性特有の悩みとされてきた冷えですが、  
近年では、男性や子供など、老若男女を問わず、  
冷えを訴える人が急増しています。

東洋医学の考え方と冷え症に対する  
実践的な漢方治療についてご紹介します。

▼詳しくは  
<http://kampo-ikai.jp/news/20200216/>

◇◇……………◇◇

★神戸で初の講習会を開催！

■2月29日（土）15:00～17:00  
第31回漢方家庭医講習会（神戸）

演者：岡田直己先生  
（新神戸おかだクリニック 副院長）

テーマ：

「日常診療で困った時には漢方を」

概要：

漢方薬は基本的に漢方医学的に  
病態を診断して、処方が決まります。

そして、様々な疾患に対して  
漢方的なアプローチを行うことで、  
患者の体質や生活背景の情報量も増え、  
処方幅もぐっと広がります。

診療でよくみられる疾患について、  
代表的な漢方薬や選択のヒントについて解説します。

▼詳しくは

<http://kampo-ikai.jp/news/20200229/>

◇◇……………◇◇

★金沢で初の講習会を開催！

■2月29日（土）16:00～18:00

第32回漢方家庭医講習会（金沢）

特別講演①

澤田 未央先生

（金沢医科大学 総合内科学 助教、金沢医科大学病院 女性総合医療センター）

『女性医療で知っておきたい漢方処方』

特別講演②

守屋 純二先生

（金沢医科大学 総合内科学 臨床准教授、  
金沢医科大学病院 総合診療センター 漢方外来）

『プライマリケアに MUST な漢方処方』

▼詳しくは

<http://kampo-ikai.jp/news/20200229-2/>

◇◇……………◇◇

★広島で初の講習会を開催！

■2月29日（土）17:30～19:15  
第33回漢方家庭医講習会（広島）

演者：織部和宏先生  
（織部内科クリニック 院長・大分大学医学部 臨床教授）

テーマ：  
「家庭医にとっての漢方の役割」

概要：  
同じ人間と言っても私達の体質は様々であり、  
西洋薬に対して何らかの有害事象が起こり、  
副作用が出て服用出来ない場合を経験させられます。

そんな場合、漢方薬は優れた効果を発揮する事があります。

特に、様々な年代の色々な領域の病気に対応する  
家庭医にとって、漢方は治療の選択肢が広がり、  
大変メリットがあります。

ぜひ、実践的な漢方治療について学んでみてください。

▼詳しくは  
<http://kampo-ikai.jp/news/20200229-3/>

◇◇……………◇◇

いずれも参加費は無料！  
ご予約の上、ご参加ください。

なお、当会にご入会いただければ  
参加できない回（過去講演も含む）の  
映像やスライドもご覧いただけます！

医師・歯科医で入会資料をご希望なら  
<http://kampo-ikai.jp/profile/profile4/>  
から、お気軽にご連絡ください♪



---

◆編集後記

風邪や胃脹痛は市販の漢方薬もあり  
手軽に思えますが、しっかり早く治すには、  
体質等に合わせた医師の見立てた治療がオススメ(^\_^)/

漢方治療を始めてみたい！という方は、

▼日本臨床漢方医会ホームページ

<http://kampo-ikai.jp>

▼漢方医検索ページ

<http://kampo-ikai.jp/doctor/>

をご参考になさってください。

また、当会ではメルマガ以外にも

「日常で役立つ漢方情報」を紹介しています♪

▼Facebook ページ

<http://www.facebook.com/kampoikai>

漢方をもっと知りたいという方、  
日頃の健康維持の為に、  
ぜひ、当会の各サイトをご覧ください♪

次回は春号の配信となります。

どうぞお楽しみに\(^\_^)/

◇◆\* . . . . 

---

発行元：日本臨床漢方医会事務局

URL： <http://kampo-ikai.jp>

お問い合わせ jim@kampo-ikai.jp まで

---

. . . . \* ◆ ◇