

広報



マホロバ

2020年5月号
毎月末発行

お灸の紹介 その2

艾もぐさとは一体何？

原料と種類などについて

古くは平安時代より行われていた灸療法。当初は輸入品で貴族のみが受けられるようでしたが、徐々に国産化され時代の経過とともに広く一般的に普及しました。艾もぐさの原料は、国内どこにもある蓬よもぎが原料です。よもぎの葉をよく観察してみると葉の裏などに細かい繊維が見えます。艾はその繊維を精製したものです。

5月から7月にかけて成長したよもぎの葉をしっかりと乾燥させ、更に温風で極度の乾燥状態にします。乾燥したよもぎの葉をすり鉢や石臼で細かく粉砕します。それを篩(ふるい)にかけて不純物を取り除く作業を何度も繰り返すと艾が完成します。前回紹介した透熱灸用の艾は何度も石臼で細かくされ、不純物がほとんど取り除かれます。乾燥よもぎの3%程度しか精製されない為高価な商品となります。

収穫したよもぎを乾燥させる



もぐさは誰でも簡単に作成する事が可能です。上の写真は十津川村の往診中にあちこちで見つけたよもぎの葉を天日干し、乾燥させているところ。夏場は湿気が多いので中々乾燥させる事が出来ません。天日干しですっきり乾燥させて冬場に使用する薪ストーブの横でしっかりと乾燥させ、冬季に手作りもぐさを製造したいと考えています。

艾もぐさの使い分け

粗悪品の取り扱い

色は緑っぽく、まとまりが無く荒い艾です。指で作るような細かいお灸を作ることは出来ないのでも大きく丸めて直接肌に接しない温灸として利用します。代表的なものとしてニンクスのスライスや味噌の上に乗せて使用する隔物灸が挙げられます。

中級品の取り扱い

きめ細かい艾でまとまりやすいものになります。隔物灸や鍼の上に乗せる灸頭鍼として利用されます。ゆっくり燃える特性を生かした施術に使用します。

上級品の取り扱い

柔らかく手触りが良いきめ細かい艾で、夾雑物といった不純物が殆ど取り除かれています。直接肌の上に乗せて燃焼させる透熱灸に利用します。

左から粗悪もぐさ



もぐさにはそれぞれ等級がありまして、用途によっても使い分けられています。上級品だから良いとは一概に言えません。ただ、触っている間は高級品であるのとは違い、最初は大発見した古人は大発見したと思いません。

営業日 ○休診△往診□健康講座 平日は最終受付20:00まで 土曜日は17:00受付終了

May 5 2020						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
③	④	⑤	⑥	7	8	9
⑩	△	12	△	14	15	16
⑰	△	19	△	21	22	23
⑳	△	26	△	28	29	30
㉓						

June 6 2020						
日	月	火	水	木	金	土
	△	2	△	4	5	6
⑦	△	9	△	11	12	13
⑭	△	16	△	18	19	20
㉑	△	23	△	25	26	27
㉒	△	30				

健康講座はしばらく中止します

新型コロナウイルス。ワクチンの開発や治療薬の開発が待たれます。今出来る事は体を健康に保ち予防をする事！

上を向いて明るい虹を見つけよう
英国のコメディアン、チャーリー・チャップリン

当院で購入可能な商品

鍼とは違ってお灸は家庭で手軽に行える優れた療法です。一昔前は「お灸をおろしてもらった」と言ったもので、各家庭で点灸を行なって健康作りをされていましたが、現在はもつと手軽にお灸をする事が出来ます。

家庭用のお灸は「安全である事」「扱いが簡単である事」「安価である事」が求められます。薬局やインターネットでも簡単に手に入りますが、自分に合ったものやツボの場所などは専門家に聞いていただくのが一番です。

初めてのお灸

長安ネオ



らくらく灸



カマヤミ



これらの商品はお灸ビギナーから経験者まで幅広く使用出来るものです。郵送可能の商品ですのでご利用下さい。

当院の感染予防について

新型コロナウイルスの流行により、奈良県内でも休業要請の出ている職種が確定しました。鍼灸院、接骨院は医療施設のカテゴリーに分類され、休業要請の対象外となっております。当面は通常通りの営業を行っておりますが、いくつかの対処法を実施しておりますのでご協力お願いします。

- ①患者さん同士がなるべく院内で会わないように完全予約制とします。来院の際は予めご連絡を入れていただくようお願いいたします。
- ②体温測定と手指消毒を施術前に行いますのでご協力をお願いします。
- ③風邪症状の見られる方は施術をお断りしますのでご了承下さい。



オンライン健康相談

当院での施術を受けた方が、外出を控えておられる方も多くいらっしゃいます。家で運動不足になって身体がしんどい時や、家でお灸をしたいが、ツボの場所を教えて欲しい。などの健康に関する悩みなどの相談を受け付けております。電話連絡でも結構ですが、インターネット環境があればビデオ通話を利用し、映像で説明なども可能です。ビデオ通話は予め時間をお互い決める必要がありますので当院のライン、メール、電話で直接お問い合わせ下さい。通話アプリはライン、フェイスブック、ズームでの利用が可能です。

後書き

世の中情報が殺到しており、何を信じて良いのか分からないう状況になって不安感を募らせている方が多く見られます。もちろん私もそのうちの1人なのですが、今は全世界、全人類が影響を受ける渦の真只中なのです。

仕事が無くなって生活が困窮する人。精神的なダメージから生きることを諦める人。ウイルスの猛威が過ぎ去った後からも更に多くの人が不幸になる事が予想されます。しかし希望を持ち、諦めずに助け合って命を繋いでいけばきっとハッピーな時代がやってきます。

『負けるな！』

SNSアカウント

上のQRコードは公式ラインアカウントです。当院からの情報がラインに入ります。下はツイッターアカウントです。毎日色々つぶやいていますので是非フォローしてみてください。



公式LINE



Twitter