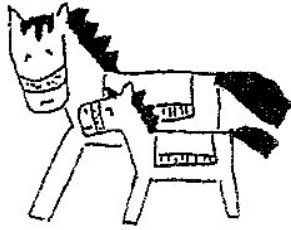


お馬のかあさん
やさしいかあさん
子馬をみながら
ぽっくりぽっくり
あるく

おうまのおやこ

子育ても
あせらず待ちましょ
ポックリ、ポックリと



令和3年 10月 No. 323

〒 760-0044 香川県高松市御坊町2-2
高松第二保育園内地域子育て支援センター
TEL:087-821-9347 FAX:087-851-0857
<https://oumanooyako.com>

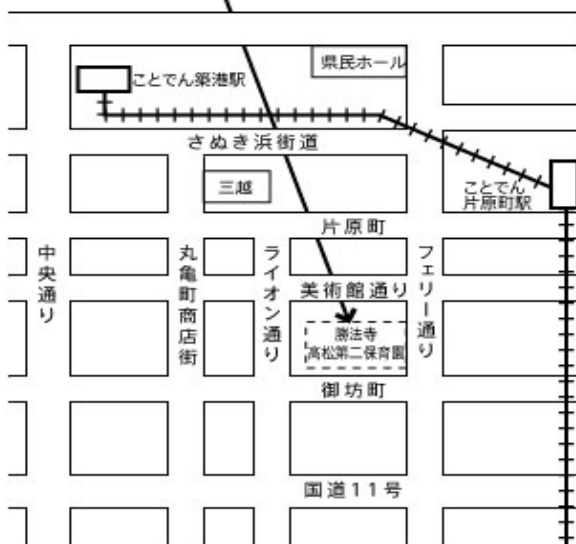


(厚生労働省・高松市委託事業)

～どなたでも～		10月の主な活動		～お気軽にどうぞ～	
10月 7日 21日	木	こうさぎおはなし会 15:30～16:30		手あそびや絵本、ペープサートなど みんなで楽しみましょう。	
10月 15日	金	香川みすゞさんの会 14:00～16:00		自立支援アドバイザーの国方久美子氏に「自分の本質を知り、コミュニケーションを育てる」をテーマに話していただき、フリートークします。	
10月 16日 23日	土	体験保育 10:00～12:00		園庭に遊具を設置しました。 どうぞあそびに来てください。	
10月 16日	土	おとなアート 14:00～16:00		自由にとべて夢がかなう 自分だけの鳥を制作します。	
10月 22日 29日	金	うたうたい「カラヴィンカ」 19:00～20:30		体をほぐしてから、英語版 「ウィアザワールド」を練習しています。	

<p>・火～土の9:00～18:00までは、園内開放していますので、親子でご来園下さい。 (但し、月・日曜・祭日は休み)</p>	<p>育児相談(月～土) 9:00～18:00 しつけや子育てについての悩み、保育園生活 入園・見学についての相談もどうぞ。</p>
--	--

香川県高松市御坊町2-2
地域子育て支援センター



夜は、お山や、森の木や、
巢にいる鳥や、草の葉や、
あかい、かわい花にまで、
黒いおねまき着せるけど、
私にだけは、出来ないの。
そして、母さんが着せるのよ。

金子みすゞ童話全集③
「空のかあさま・上」より



☆今月の内容 — 「決め手は免疫力」
「いかなる答えもすべて足元に転がっている」



決め手は免疫力

倫理研究所理事長 丸山 敏秋

今から 2100 年近く前の中国の歴史書『史記』に、扁鵲^{へんじやく}という名医の記録がある（列伝第 45）。扁鵲は山東半島あたりの出身で、特殊な能力を得て、各地を遍歴しては各種の病を癒した。二人の心臓を取り出して交換したり、ある国の死んだ王子を生き返らせたこともある。

その扁鵲が齊^{せい}の国主の桓公^{かんこう}と謁見したとき、「ご主君は病を患っておられます。まだ皮膚と筋肉の間にあるので治せます」と伝えると、桓公は「病気でない者を病人に仕立てて利益を得たいのか」と腹立たしく側近に語った。5 日後に謁見すると「病は血脈の中にあるからまだ治せます」、また 5 日後には「腸と胃の間にあるので治療を…」と伝えるが、自覚症状のない桓公は返事もしなかった。

さらに 5 日後に桓公の姿を遠くから見ると、扁鵲は逃げ出した。理由を尋ねられると「主君の病はもう骨髄まで達している。もはや神様でも治せない」と。果たして 5 日後に桓公は体が痛み出し、扁鵲を呼びにやらせても行方不明で、ほどなく死んでしまった。

この説話は「聖人は未病を治す」という東洋医学の理想を伝えている。病邪は次第に体の奥深くに入っていくので、症状があらわれる前の段階に応じた適切な治療を施せば治せる。もちろん卓越した医師でなければ「未病」を治すのは難しいが、平素から病邪を寄せつけないよう健康管理を努めることなら誰でもできる。すなわち免疫力を高めることだ。たとえ病邪が体に入っても、免疫力がしっかりしていたら早い段階で追い出せる。

昨年からのコロナウイルス騒動では、意外な事実や不可解な出来事がいくつもあぶり出された。その一つが、免疫力である。日本医師会や医療関係者は、どうしてもっと免疫力を高めるよる国民に呼びかけないのか。手を洗うのも、消毒するのも、他人との距離をとるのも、マスクを着けるのも必要ではあろう。だがもっと肝心なのは、病原性ウイルスを寄せつけない体の力を高めることではないのか。



本当に大事なことを、われわれは忘れていないのだろうか。病気を治すのは医者や治療師や薬や、ましてはワクチンではない。本人の生命力である。生命力が乏しければ、外科手術の傷跡もふさがらない。免疫力は顕著な生命力である。なのに不摂生（偏った生き方）をしていながら、体調が悪いとすぐに病院に走り、薬に頼ろうとする。そんな習慣が染みついている人が大勢いる。

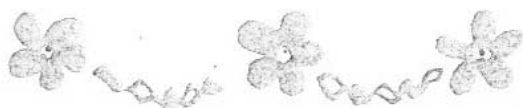
ペストやコレラやエボラ出血熱のような重度の感染症は別として、今回のコロナのような病原性ウイルスが発生すると、感染者が増え、それによって集団免疫も広がり、小康状態になる。そしてウイルスが変異すると、新たな感染者が増加し、また集団免疫も広がって落ち着く。そんな状態を繰り返しながら、いつしか収束に向かうのが過去の場合である（季節性のインフルエンザはその典型）。

ロックダウン（都市封鎖）のように力づくで感染者を減らしても、経済的あるいは心理的なダメージが大きく、集団免疫が乏しければ、変異したウイルスにたちまちやられてしまう。新型コロナウイルス感染症による致死率は、通常のインフルエンザよりもやや高い程度で、日本の場合は欧米などと比べれば死亡者ははるかに少ない。極度に怖れる必要はないのだ。恐怖はストレスを呼び込み、大切な免疫力が低下してしまう。

日本でコロナパニックが始まったのは、昨年2月3日だった。豪華クルーズ船「ダイヤモンド・プリンセス」が横浜港沖に停泊し、船内で異例の再検疫が始まった日である。以来「コロナウイルス」が報道されない日はなく、恐怖を煽る^{あお}テレビ番組に国民は怯える日々を過ごした。

外出自粛が強く要請され、イベントの大半は延期が中止。なんと東京オリ・パラまでが延期となり、多くの地域で小中学校の休校が長期化した。オンライン授業やリモートワークは日常化した。長時間のパソコン作業によるドライアイや眼精疲労、運動不足による体の不調に苦しむ人が増えた。

介護サービスの制限などから、認知症の人や高齢者、その家族にも多大な影響が及んだ。今年の上半期の自殺者は前年同期と比べて13%（1206人）増え、女性の増加が目立つ。昨年の飲食関連の倒産は過去最多となった。

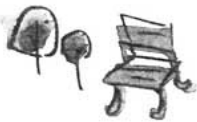


そろそろ認識を改めよう。「ノーリスク」とか「ゼロコロナ」は誤った考え方である。怯えてばかりでは何もできない。常日頃から自分の体の声を聴いていたわり、免疫力を高めて、おおらかに活動しよう。

虚弱体質の人、基礎疾患のある人、高齢者に対しては引きつづき細心の注意を払い、ウイルスの変異にも留意しながら、できることを可能な範囲で、積極的にやっつけていこう。収束の日はまだ遠くないと、希望を抱いて進もうではないか。

『新世』2021年10月

いかなる答えもすべて わが足元に転がっている



金剛寺住職 山本 英照

人には誰しも少なからず本音と建て前ありまっしゃろ。表面では同調するような事を言いながら、裏では平気で批判を口にします。嘘も陰口も必ずいつかは相手の耳に入ります。考えてみたら、人に口がなかったら、どれだけ罪を作らずにすむんでしようかな。仏教では「身口意の三業」という言葉があります。わが宗は香炉に線香を3本たてますが、それは人が日々、身体と口と心で罪を作っていることから、その懺悔の意味で仏様にお供えさせてもらっておるんですな。

「結婚は人生の墓場」と、誰に責任を転嫁しているのか知りませんが、この言葉もよく耳にしますよね。自分自身で墓場にしようとして何を言うてまんのや、ですな。離婚問題に限らず、何度も同じ失敗を繰り返す人を見ていると、必ず相手の批判ばかりしとります。反省の心がありませんから、たとえ幾度相手が変わろうとも、また数年経てば同じ環境を作り出していきよりますもんな。人は自分が作り上げた環境の中でしか暮らしていけませんからね。いかなる答えもすべて、わが足元に転がるとりませ。

生命尊重ニュース 2019年6月