

R&G Agency for Curative Natural Products

認定特定非営利活動法人



天然資源開発機構ニュース

自然流の健康造りへの情報誌

Vol. **24**
2008年1月号

発行所: 認定特定非営利活動法人 天然資源開発機構 編集: 認定特定非営利活動法人 天然資源開発機構事務局

〒602-8136 京都市上京区榎木町通黒門東入中御門横町574番地1フルマフドビル TEL:075-803-1653 FAX:075-803-1654
E-mail:npo@tenshikai.or.jp <http://www.tenshikai.or.jp>



Contents

1. 新年のごあいさつ 山原條二
2. 新型インフルエンザについて
ヘルスケアアドバイザー 山東速夫
3. 9月・10月・11月の活動報告
4. "京都薬草の森公園" 近況報告
5. "腰痛奮闘記"
京都・亀岡 亀峰庵 山田信吾
6. 会員紹介 江原和子
7. 1月・2月・3月の行事予定



シリーズ 身近な薬草 クチナシ(山梔子) アカネ科

生薬名: ^{さんしし}山梔子 (クチナシの果実)

薬用部位: 果実 (熟した)

効能・効果: 熱や腫れをとる。またイライラの症状にも処方される。

梅雨の時期に光沢のある純白の花は、雨にぬれてその特有の香気と共に記憶に残る花の一つです。クチナシは"口無し"で果実が成熟しても烈開しないことによるとされています。日本や中国の原産で数種類、野生や植栽されている。熟した果実を獲るには八重咲以外のものを植える必要があります。

漢方薬としては熱を去ったり、イライラを取る処方に用いられます。花も果実も食用となりますが、果実を多く食べると便通がよくなります。黄色の着色料としても有名です。

毎月第二火曜日は「会員と理事長の漢方相談の日(無料)」です。

お気軽にお越しください。(お電話にて事前にご予約をお願いします)

全国で僅か71の認定法人しかありません

本法人は平成19年10月1日付で、全国で71法人、京都府では2法人しか許可を受けていない、国税庁が特に認可した認定NPO法人として登録されました。

認定を受けるためには種々事務手続上のことだけではなく、事業内容、特に公益性、公明性などを求められました。今までの各々会員の皆様のご協力により、認定を受けることができ、これを一つの契機に広く内容の濃い活動で合成の医薬品にのみ依存しない健康造りを学び、実践することをPRしていきたいと考えています。

"認定"された場合の、特に寄附していただいた方の免税措置など税法上のメリットについて詳細をホームページでご案内しています。



新年あけましておめでとうございます



山原 條 二

合成の医薬品のみには依存しない健康造りと環境保全を考え実践する活動を提唱しています
本法人も、本年6年目を迎えることとなります。設立当初よりも活動内容のソフト・ハード面
ともに着実に充実してきていることは、会員の皆様方のご協力の賜物とお礼申し上げます。

昨年は、国税庁から全国多数設立されています NPO 法人の中で、僅かに 71 団体の一つと
して本法人も認定されましたことは、事業内容の健全性を証明するものの一つと考えていま
す。さらに野外活動の拠点となります、無垢の木のみを用いた花背のセミナーハウス兼現地
事務所も会員の方々の設工や寄付金で、無事ほぼ完成いたしました。

ご無理をお願いいたしました方々に改めてお礼申し上げますと共に、健康造りと環境の保
全を考えた多方面からの活用提案もお願いいたします。

今年は春と秋に“京都北山の自然観察と公開健康セミナーや気功教室”を花背で開催する
ことも考えています。

本年も昨年に増し健康で楽しい一年で過ごせます様にお祈りいたします。

※ 水道の通水は平成 21 年 4 月からで、正式な引渡しは通水後水廻りの完工検査終了後とな
ります。

タイ・コンケン大学医学部との交流

10 月 24 日にタイ・コンケン大学医学部薬理学教室の
P. Patchareewan 先生が来所されました。

天然物の開発で何か共同研究ができないか、また
現地で用いている生薬、私共の天然物開発や海外
の大学との関係などの打ち合わせを行いました。
状況により、現地に出向し、さらに進める予定です。



本年度の海外研修旅行の日程を 2 月から 4 月 15 日(火)～20 日(日)まで
と変更になりました。タイのコンケンなど、東北部のあまり訪問する機
会の少ないところへ、またラオスの視察も兼ね、計画中です。

詳細は同封のパンフレットをご参照ください。

「研修旅行」は毎回のことですが、大学や国の施設の見学など、少し堅苦
しい行程も入っています。本法人として催行します点、ご理解ください。

12 月 10 日に理事長が天然物開発の顧問をしています、中脈科技集団(中国・南京)の王社長が来所さ
れ、種々打ち合わせを行い、また例年の様に高額の寄附金をいただきました。有難うございました。

新型インフルエンザについて

ヘルスケアアドバイザー 山東速夫

鳥インフルエンザ、競走馬インフルエンザなどヒト以外のインフルエンザの発生が報道されるようになりました。同種間の流行を阻止するための対策以外に、ヒトへの感染とそれがヒトからヒトへの感染する新型インフルエンザへの変異を防止する意味があります。今回、新型インフルエンザについて若干の情報をご紹介しますと思います。

通常、インフルエンザウイルスは、例えばヒトからヒトへといった同種の間で感染するものです。しかし、インフルエンザウイルスの性質が変わる（変異する）ことによって、これまでに、ヒトに感染しなかったインフルエンザウイルスが、ヒトへ感染するようになり、そしてさらにはヒトからヒトへ感染するようになります。この変異したウイルスのことを新型インフルエンザウイルスといい、それによって起こるインフルエンザを新型インフルエンザといいます。



古くは1918年に世界では約4,000万人、わが国では約39万人の死者をだしたスペインインフルエンザや1957年のアジアインフルエンザなどがあります。また、新しくは東南アジアにおいて、鳥インフルエンザに256人が感染し、これまでに152人の死者がでています(2006年11月1日現在)。これまでのところヒトからヒトへの感染は確認されていませんが、ヒトからヒトへ感染する新型インフルエンザウイルスへ変異し、世界的な流行の可能性が危惧されています。

厚生労働省では、平成17年10月、その流行状況に応じた対策を総合的に推進するため、厚生労働大臣を本部長とする「新型インフルエンザ対策推進本部」を設置し同時に、「新型インフルエンザ対策行動計画」を策定しています。

新型インフルエンザのヒト→ヒト感染が起きた場合、予防手段として直ちに使用できるワクチンは現時点ではありませんが、ワクチンの早期実用化に向けた開発努力が日本をはじめ各国で展開されています。

通常のインフルエンザは、感染した人の咳、くしゃみ、つばなどの飛沫とともに放出されたウイルスを吸入することによって感染します。そのため、外出後のうがいや手洗い、マスクの着用、流行地への渡航、人ごみや繁華街への外出を控えることが重要です。また、十分に休養をとり、体力や抵抗力を高め、日頃からバランスよく栄養をとることも大切です。このように、私たち一人ひとりの予防と健康管理が新型インフルエンザの感染拡大を防ぐこととなります。

●新型インフルエンザ等に関する情報は、厚生労働省ホームページで随時更新される予定です。なお、不明な点については、厚生労働省健康局結核感染症課(TEL:03・5253・1111)までお問い合わせください。

理事長コメント：SARSなどの感染症も含め1月の「自然療法セミナー」で解説します。



9月・10月・11月の活動報告

9月4日 薬膳教室（於ウイングス京都）

京都下鴨・蕪庵 武田 淳一先生にご指導をいただきました。

テーマは “夏送りの陰を補う薬膳”

メニュー

- I 茄子海鰻（ナスビとハモのオイスターソース）
- II 苦瓜炒素麺（焼ソーメンとニガウリのいためもの）
- III 黄耆炒鮑片（枸杞） 鮑の炒め物
- IV 蟹肉魚翅（カニ肉のフカヒレスープ）
- V 燕窩焼売（ツバメの巣の焼売）



フカヒレ、ツバメの巣、鮑などの高級素材を身近な薬膳にさせていただきました。焼売の皮は大豆シートを使い、いつもと違う食感を楽しみました。詳しいレシピをご希望の方は事務局までご連絡ください。

9月27日 観月会 ファルマフードビル屋上にて満月を楽しみました。

中秋の名月 杉山真美



屋上で桶に入った秋の七草と三方にお菓子。
冷泉家に負けないくらい(?)のお飾りでお出迎え。
初めは雲に被われていましたが、宴たけなわになると澄み渡った夜空にくっきり、高く高く青白い光を放つ姿に神神しさも感じました。皆、思わず“美しい”、“きれい”と歓声をあげました。
お鍋物もお酒もとてもおいしくいただきました。
ありがとうございます。



屋上お月見会に参加して 道家佐智永

お月見って何と無くロマンチックな感じがし、当日朝は大丈夫かしら？

と思われるチョット心配な曇ゆき空でしたが、私は胸を躍らせて出席させて頂きました。いつもイベント時のみの参加で申し訳なく思いながら・・・

屋上には秋の七草が手桶に生けられて月見団子？も三宝に供えられて本格的なお月見会です。

山田料理長の材料の吟味から始まり、一部野菜は「山原農園」からのご調達！
食材だけでも凄い！山田料理長自ら腕を奮っての鱧の骨切り（これは名人しか出来ないと聞いて居ます）

鱧・鱧・鱧だらけの豪華版！鱧しゃぶ、花の咲いたような鱧おとし、ポンズ・練り梅・練り味噌に至るまで全て手作り。これほど贅を尽くしたものって？と思うほど贅沢！「さあーお待ちどう様」一斉に鍋に手が伸び、「月より団子？」とばかり舌鼓を打ち、そうです美味しい物を口にした時は、皆無口！鎮して語らず黙々と。暫し声なし。山原農園作のポポーも初めて頂きました。甘さが口中に広がって本当に美味しかった。さしつさされつの酒と・・・

と突然「アッ！お月様！の声に仰ぎ見ると重くのしかかっていた雲が掻き消え清澄な夜空に真丸な見事な十五夜お月様が・・・思わず「お月様こんばんは♪」と言ってしまうほどの。暫くは息を止めて見惚れる程素晴らしい感激のお月様でした。しかも屋上でなにも遮ぎられる物なし。

美しい月と旨い酒と旨い料理と山原先生を囲んでの楽しい仲間と・・・
良い事ずくめの感謝感激のお月見でした。

参加させて頂きました事に感謝致します。山原先生、スタッフの皆さんそして仲間の皆さん
ありがとうございました。



11月4日 芋煮会



前号で予告していました通り、坂本薬草園のお芋ちゃんたちは今年も元気に育ち
たくさん収穫できました。

その他の活動報告

健康指導教室、肥満改善教室での薬膳講習
(阪口副理事長、巖理事に三菱電機健康保険組合へ出講
していただきました)

9月10日～11日・・・和歌山県

11月17日・・・兵庫県伊丹市

12月1日・・・和歌山市

12月8日・・・兵庫県三田市



食用と種芋様の生の金時ショウガの頒布のご案内
主婦の友社発行「健康」1月号(発売中)に、金時ショウガの調理例など理事長が紹介しています記事が
掲載されています。参考になるかも知れません。

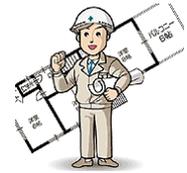
ご案内しますと共に事務局でも生金時ショウガをお
取り扱い※しています。種芋用には冷蔵庫の野菜箱
で乾燥しない様に保管し、4月に発芽を確認してから
移植してください。失敗はありません。

※1,600円/kg+送料(一律700円)

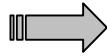
数量に限りがあります。ご入用の方はお早めに事務局
までご連絡ください。

薬草の森公園 近況報告

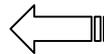
セミナーハウス兼現地事務所 地鎮祭から仮引渡し式(12月2日)まで



4/15 地鎮祭



基礎工事



7/9 上棟式



暖炉がはいました



木の香が心地よい和室となりました

尚、本件新築工事に当たりまして、会員の皆様からお祝いとして多額の金品を寄贈いただきました。紙面を借りお礼申し上げます。

花背現地事務所兼セミナーハウスの愛称の件

会員の多くの方々から知恵を絞った多数の名称案をいただきました。先きの理事会で次の3点に候補を絞り5月の総会時に皆様のご意見により最終決定いたすこととなりました。愛称の提案者の思いの一部と共にご紹介いたします。

- ① 森遊荘しんゆうそう・・・健康造りと自然環境の保全を考え実行する拠点
- ② 京都きょうと交河山かうがさんしよ墅しよ・・・京都北山で稀に見られる二つの川に挟まれたところに建つ別荘
- ③ 山麓庵さんりくあん・・・森林の豊かな花背の山の麓ふもとにあるいおり庵

設立時から当法人に多大なご協力をいただいています、亀岡・亀峰庵の山田様よりご寄稿いただきました。

七拾五歳腰痛奮闘記 山田信吾

七拾五年間も使えば人間と言う機械もそろそろとあちこちが痛んでくるなあと互いに言葉としてでてくる同級生たちです。

同級生の友達とゴルフをする機会が年間九回あるのですが

「何で俺達のスコアに近づいてくるのや信吾は」

と言われながらのゴルフなのですが、私がゴルフを始めたのは還暦からなんで、二十代から始めている皆とは歴史の差があるからなんです。今では皆を抜いてやるぞと思っていますが、五年頃前から腰が痛いを感じるようになるし、生まれてから肩の凝ることすら知らなかったのに、凝ることを始めて経験する事になるし、足が時々ツル様になり日赤病院の毎年通っている人間ドックの時に整形外科で精密検査で脊椎狭窄症と診断されました。



その後、日赤に約二年間通って一向によくないのでバスケットボールの先輩で腰痛で困っておられた先生に勧められ、武田病院に通う様になりました。やっぱり良い方向にならず困っていました。一回、あの山原先生に相談してみようと思いました。先生は私の今日までの事をよく存じているし、腰痛のことも知って居られるので、「腰痛なんとかありませんかね」と切り出すと第一声は「山田君、やっと来たか？」でした。山原先生には今日迄に数多い病院の薬をお腹がふくれる程飲んでいた身体を、今では何の薬も飲まなくてよい身体にさせていただいた方なんです。何を言われてもびっくりもしませんでした。私は物理的にだめになった脊椎が化学的薬ではだめだとうと思ひ込んでいました。

先生は山田君の堅い筋肉を軟らかくしてみようと言われ、即お願いしますと返事致しました。何か薬を考えてみようとして七~八種の薬草の処方された煎じ薬を考えていただきました。

薬を飲んでから半月程してから、少し足腰が楽になってきた感じがしてきました。若いころ運動していた時の足のケイレンとは違う場所のケイレンだったんですが、二ヶ月以上たった今では、足のケイレンはしなくなっています今、この筋肉が柔らかくなっている間に整体関係の医院に通っています。特別よくなった感もないままに今まで通り病院には通っています。完全には治らない事も聞かされていますが大事に使っていけば急には悪くないだろうとも言われています。

山原先生には無理なゴルフは控える方がいいよと言われてはいますが、好きなバスケットの出来る年齢でもなくゴルフは身体を労りつつ楽しんでます。

手術をすれば治ると言う人もいるし脊椎の手術は絶対だめと言う人もいる。また同じ脊椎でも椎間板ヘルニアの手術はだめだが、脊椎狭窄症は手術大丈夫だと言ってくれる友人も居る。現に今の病院の先生も「山田さん、まだ決心はつきませんか」と手術を勧められることもある。でも、漢方薬のおかげで今では三ヶ月前よりも身体も足も腰も楽になってるし、少々の山登り(特に下山の時)もできるようになってきています。何か完全に治る治療はないものかと、何かを探しています。天の声がほしいと思っている七拾五歳なんです。



理事長コメント：何十年もかかって今があります。それを僅かに数ヶ月に元になどすると副作用が出ます。ゆっくり着実にお進めくださると共に、もう少し体重が多い気がしますが、75歳にしては大へん若々しく感心しています。

会員紹介

薬草の森公園での整備にかけがえのない戦力としてご協力いただいています、江原和子さんをご紹介します。



「楽しい薬草の森公園」 江原 和子

「植樹してもすぐに鹿に食べられてしまう」と、山原先生は少し口惜しそうにおっしゃいました。そうして続けて「だから、鹿が太ったところを今度は僕が食べてやろうと思っとる」受講者は大爆笑でした。大自然の循環ということを想像して、私は妙にゆったりとした気分になりました。「いいなあ、こういうものの考え方をするリーダーがいれば、なんだかおおらかに生きていけそうな気がする」そう思いました。2年前の5月、朝日カルチャーで講演された、天然資源開発機構の山原先生に初めてお会いした時のことです。



お話によりますと、京都の北山に、薬草の森公園を開き、木を植えたり登山道を整備しているとのこと。深い森から湧き出る清らかな水、澄みきった空気…そこで活動してみたい…。私は、島根県の田舎で育ちました。父親を手伝い、木こりの真似をしていましたので、さっそく「先生、山仕事なら得意です。お手伝いさせてください」と申し出て、会員に加わらせていただきました。夏の終わりのある日、みなさんと薬草の森公園でバーベキューをしていると、蝉が鳴き始めました。

「先生、今、鳴いているのはヒグラシですか」

「うん、そうやね。僕はその日暮らしやけど、ね」

山野草の薬効を教えてくださいながら、こういう会話もします。公園の整備に行くたびに、心から笑えて元気になります。

江原さんの出版本が発売されました。

歴史ファンタジーの新境地

『縄文風花記』 (ペンネーム：岩本末治)

書店にてお求めください。

1月・2月・3月の行事予定



薬草の森公園整備：降雪のため3月まで整備はお休みします。



自然療法アドバイザー養成講座

於事務局1Fセミナー室 午後2時～5時 参加費用：5,000円/回 正会員以外6,000円/回

土曜コース：1月12日・2月2日・3月8日

木曜コース：1月17日・2月28日・3月27日



薬膳教室

予告

2月7日(木) 阪口漢方薬膳研究所の阪口先生にご指導頂きます。同封の案内を参照下さい。

海外研修旅行 4月15日(火)～20日(日)…タイ、ラオス方面(別紙ご案内を参照下さい)

事務局だより

皆様、新しい年をそれぞれの思いで希望を持って迎えられたこととお慶び申し上げます。

環境問題と健康について本年は、自然療法セミナーで少し掘り下げて解説し、私共の実践する京都薬草の森公園の整備作業の位置づけも身をもって知っていただければと思います。試験農園やセミナーハウスの活用も含め積極的な参加とご提案をお待ちしています。