

ナチュラルタイムズ

フラワーロード服部内科 2011年10月号 Vol. 45

指宿紀行

西日本の水災害で映画「地球交響曲」の

龍村監督とも縁の深い奈良県天神神社では 30m もの波が上がり、あのように山深いところでまさかと思っていると今度は高砂の同級生の診療所が床上 40センチ浸水被害と聞いて身近なところでまた驚きました。日頃からの備えの大切さを痛感し、自分の周りを見直さねばと思いました。

さて先月お休みをいただいて鹿児島県指宿市を訪ねました。学生時代にテニス合宿で立ち寄って以来の鹿児島です。雄大な姿の桜島を見ながら錦江湾（近年教科書では鹿児島湾というらしい）に沿って南下して目指すは薩摩半島南端のカルデラ湖の池田湖東側、南に開聞岳を東に錦江湾と大隈半島を望む高台にあるメディポリス指宿です。以前グリーンピアだった広大な敷地で入口ゲートから庭園が延々と続きテニスコートや屋内プールが見え始めてようやく建物にたどり着きます。南国の光と高原の風が心地よくわれわれを迎えてくれました。ここはリゾート宿泊施設で誰でも利用できますが、「リゾート型癒しの医療施設」を併設しています。兵庫県たつの市に第一号機がある粒子線がん治療がその中核です。いわゆる先進医療です。今回は医療関係者一行でしたので特別に治療室裏側の回転ガントリーという巨大なロボットの様な照射装置や陽子線を光速の70%まで加速するシンクロトロンという装置などを見せていただきました。とても医療施設にいるとは思えないような工学系機械が集積した光景で先端医療の大掛かりな設備に圧倒されました。

粒子線治療は今春から稼動していますがそれに先立ってメディポリス医学研究財団付属医院では4年前から統合医療が行われています。アリゾナ大学統合医療講座卒業生でワイル博士の日本人弟子仲間である原田美佳子医師がその担当です。もと小児外科専攻で心療内科や心理療法にも長けた統合医療医として活躍中です。治療を受けながらライフスタイルや心の持ち方を見直す指導、さまざまな代替補完療法、温熱療法、免疫細胞療法などをひとりひとりの方に適した組み合わせで自然治癒力が最大限に引き出されることを目指しています。粒子線治療のためメタボ体型で入院された方も豊かな自然の中で運動をしたり温泉にはいって、健康の大切さに目覚めセルフケアを行った結果、めきめき健康体になって退院されるということです。敷地内の無農薬菜園の野菜をふんだんに使ったレストランの食事がとても美味しく、工夫されたメニューは原田医師とシェフのコラボレーションだということでした。統合医療はいわゆる西洋医学を基盤にしていますので、さまざまな形で実践されていますが先端医療との組み合わせは珍しくおいに見聞が広がりました。砂蒸し風呂で有名な指宿は湯豊宿が語源だそうです。ハイビスカスの咲き乱れる大自然の魅力あふれた別天地で気持ちもゆったり大きくなり、またぜひゆっくり訪ねてみたいと思いながら帰途に着きました。

一句、知林ヶ島あれは初秋のまぼろしか

院長

神戸市中央区布引町3丁目1-7
神戸クリニックビル2階
JR三ノ宮駅より北へ、加納町交差点南
<http://www.hattori-naika.com>
Tel.(078)222-5566

インフルエンザ予防接種のお知らせ

接種日は原則、木・土曜日の午前です。予約制で料金は前払いでお願いします（1回接種3,000円、2回接種5,000円、神戸市内の65歳以上の住民は1,000円）
混雑を避けるため、問診票の記入及び体温測定はあらかじめ自宅で行って、当日持参して下さい。
妊婦や授乳中の方もインフルエンザ接種は支障ありません。
病気治療中の方はご相談下さい。

野菜の重ね蒸し

材料（2人分）白菜300g（1/6個）蓮根50g（1/4個）

長葱40g（1/2本）生姜1片 人参20g（1/10本）

酒大さじ2 レモン適量 おろしワサビ少々

作り方 ①白菜は大きめのざく切り。②蓮根は薄い半月切り。長ネギは斜め薄切り。生姜・人参は千切り。③皿に2をはさみながら白菜を3~4段に重ね、酒をふる。蒸気の上がつた蒸し器に入れ、強火で7~8分間蒸す。④くし形に切ったレモンとワサビを添える。

（今あるガンが消えていく食事より）

1人分のエネルギー：60キロカロリー

メディポリス指宿式 免疫力を高める食事法

- ①「丸ごと食品」を食べる
- ②発酵食品を食べる
- ③食物繊維で腸を活発に
- ④酸味や苦味、辛味で排泄反射を刺激
- ⑤体温を上げる食事をとる
- ⑥適量の水分をとる
- ⑦ライフスタイルに応じて食べ物を選ぶ
- ⑧神経質にならず、楽しく食べる

診察券変更のお知らせ

診察時間変更にもない診察券を新しくしました。サイズは従来のもと同じですが、二つ折りです。内側は極小サイズのミニカルテになっています。どうぞお役立て下さい。また活用アイデアがありましたらお教え下さい。

編集後記 白浜のアドベンチャーワールドへ旅行しました。幸い台風の影響もなく、大勢の人で賑わっていました。双子パンダの「海浜」と「陽浜」が有名ですが、2才の息子が瞳を輝かせてはしゃいでいたのは、園内のケニア号という列車に乗った時です。ゾウ・キリン・ヒョウ等が自然に近い環境で生活しているサファリツアーで「ママ！キリン！あっちサイ！」と本当に楽しそうでした。これからも自然の中でのびのびと過ごす時間を大切にしていこうと思います。

受付 F