

湯宿温泉接骨院だより

第20号

Tel 0278-50-9022

Fax 0278-64-2266

HPアドレス <http://www.yujuku-onsen.com>

Eメールアドレス webmaster@yujuku-onsen.com

【近況報告】

1ヶ月以上遅れての接骨院だよりになってしまいました。
愛梨が入院して以来、早苗がないのに追い討ちをかけてパソコンが壊れたり、確定申告の用意をしたり本当に忙しい日々でした。
時間が高速道路を走るようにすごい勢いで過ぎていきます。

多くの方々にご心配をいただきましたが、**愛梨の手術は無事に終わり順調に回復しています。**ただ、退院がいつ頃になるのかは未定です。手術前日の説明では考えられる限りの危険性の説明を受けるので、わかっていても不安になりました。早苗と愛梨を病院に残し、一人で乗っている帰りの車では手術することを決めたことが本当に正しかったのか否か考えさせられました。

現在は足に1つカテーテルが残っていますが、それ以外の処置はすべて外れ毎日ベットの上でお座りをして元気にしています。

『接骨院の中で皆さんにかわいがってもらっていたおかげで、病院でも人見知りせず、先生や看護師の方が来ると、ニコニコしながら手を上げるので人気者になっている』と早苗が言っていました。

病院では母子二人の時間がたっぷりあるので早苗は色々な芸を教えています。沢山できますので退院してくるのを楽しみにしててください。

早苗が便利なように購入したオートバイは不調でとても病院には持っていけず、近所の車屋さんに修理に出しました、修理から帰ってきたらまたすぐに違うところが壊れてしまし、購入してから我が家にある日数より自動車屋さんに修理に出してある日数のほうが長くなりました。バイクや車はインターネットでは善し悪しの程度がわからないので2度とオークションでは購入しないと誓いました。

結局今年の冬はたいした雪が降らずに終わってしまったようです、3月4日に前橋に行ったら国体道路の桜が1本咲いていました。当接骨院の駐車場脇には福寿草が満開で咲いています。

本格的な春になる頃には愛梨も退院できるのではと期待しています。

【健康お役立ち&今月の商品紹介】

今月号のテーマは生姜です。生姜は中国から3世紀以前に日本に伝来したといわれています。その後、根付いて今日まで生産されていますので日本の気候風土に大変適した食材だと思います。成分は

◇ ジンゲロン：発汗作用・胃液分泌をよくし消化吸収の促進・せき、発熱、吐き気を抑える・殺菌作用、血圧、血中コレステロールを下げる・強壯作用・がん予防

◇ ショウガオール：血圧・血中コレステロールを下げる。

◇ ジンギベロール：健胃・解毒作用・消臭作用 などが 있습니다。漢方では生薬として利用され、生のものを「ショウキョウ」乾燥したものを「カンキョウ」といいます。

季節の変わり目で風邪を引きやすい季節です、生姜を沢山取り入れましょう。今月の商品紹介は接骨院だより8号にも紹介したアフリカ椿茶です。このお茶は抗酸化作用がとても強く余分な糖分会抑制し、血糖値を安定させる・血液の浄化を促進し、高血圧や脳血管障害、心臓障害を予防する・免疫力が上がり、疲れにくく、風邪をひきにくくなる等のすごい紹介をしました。今回私はさらにすごい発見をしました。湯飲みに摩り下ろした生姜を入れ熱いアフリカ椿茶を注ぎます。毎朝一杯、この生姜入りのアフリカ椿茶を飲むのですが全身が一気に温まり2つのパワーの相乗効果でとても調子がよいです。好みがあると思いますが味もよいと思います。甘いのが好きな人は天然の蜂蜜やメープルシロップで甘くしてもおいしいです。

