

C O N T E N T S

森下自然医学

Morishita Natural Medicine

3

No. 609
2017年

表紙説明：モモ

原産地は中国西北部・黄河上流の高山地帯。日本では長崎県多良見町にある伊木力遺跡から、縄文時代前期の桃核が出土していて、これが日本最古のモモとされている。

種子の内核は「桃核」あるいは「桃仁」と呼ばれ、漢方においては血行を改善する薬として婦人病などに用いられる。また、つぼみは「白桃花」と呼ばれ、利尿薬、便秘薬に使われる。

古代中国においてモモは邪氣を祓い、不老長寿を与える仙木・仙果とされてきた。そのため中国には祝いごとに桃の実を食べる習慣が残っている。この習慣が日本にも伝わり、モモの節句で花を飾るようになったといわれている。



1	巻頭随想 かけ 洋漢脚氣相撲	16	寺田のり子先生 癒しの塩絵 No.4 「希望の輝き」	40	俳壇 ¹⁹ ぜんまい・ ^{ぜんまい} 薇・卒業 秋山素子
2	第8回 如皐・中国長寿文化祭 	18	特集1 第8回 如皐・中国長寿文化祭 森下世界長寿郷調査団が参加 	42	鑿をめざして ²⁰ 乳ガンと牛乳 駒木伸一郎
4	森下自然医学 Topics 対談 食べないことが、身体に何をもたらすか 森下敬一・秋山佳胤 	22	特集2 2017新春座談会 芸術と文化の医療的パワー 於・神田藪蕎麦本店 	44	薬効食 ミツバ・アスパラガス
6	森下クリニック点描 vol.285 “出来るだけ安全・自然な治療を”と、辿り着いた森下自然医学（神経因性膀胱、両水腎症） 	32	感じるちから 28 ハートの意識 増川いづみ	46	会員のページ 森のひろば ³⁹
12	森下自然医学 Topics 雑誌『壮快』 腎機能アップについて、森下敬一会長大いに語る！	34	身近に潜むアブナイもの ¹²⁹ 氣をつけて！「糖質制限」落とし穴 —食肉産業の仕掛けワナ？(後編) 船瀬俊介	48	森下自然医学の温故知新 近代が生んだ「キレる子ども症候群」～日本の伝統的食文化への回帰こそが救いの道～
13	てんざんやくじんはちみつ 天山薬蔘蜂蜜	36	熟読玩味 ^{でいない} 鹽泥濘、魚の上陸を決す	52	Basic Cooking No.19 はとむぎスープ
14	森下自然医学流ハーブ&アロマ 季節の便り vol.39 春のおとずれを準備する  佐藤朋香	38	こころを鎮め、体の声を聴きましょう 自然医学的ヨガの時間 ²⁷ 	54	森下敬一会長随想集 花吹雪 ²¹⁵ 過密
				55	森下敬一会長著書一覧 著書でたどる森下自然医学理論展開の足跡
				58	グルージャから今月の一押し！ 龍躍燦・モリジン 
				60	アオゲラからの今月のおすすめ ダイエットリーファイバー 
				51	「森下自然医学」バックナンバーのご案内
				61	暦 月の満ち欠け はみだし情報
				62	メディカルハーブ&アロマ講座@森下自然医学・「ともしび旬会」のお知らせ・枇杷葉温圧実技講習会
				63	お茶の水クリニック無料健康相談
				64	国際自然医学会入会のおすすめ・お茶の水クリニック診療案内・森下氣能内相検査
				68	森下グループ紹介・地図