

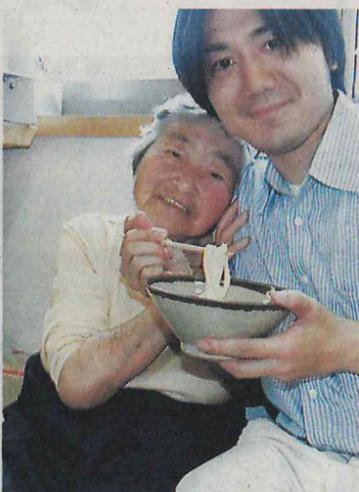
讃岐のアイドル

癒やされたいっ

¥ 7,350

感動の再会 うん、うまいっ

はあく、疲れた。そんなとき、頭に浮かんだのは、懐かしいの味。1996年4月、記者になって最初に赴任した、四国・高松。「讃岐うどんブーム」の始まりで、100店以上を駆けめぐった思い出が。中でも、恋しいのは「るみばあちゃん」と呼ばれた池上瑠美子さんの池上製麺所。当時、1杯65円。行列のできる人気店になり、取材で



讃岐うどん界のアイドル、「るみばあちゃん」こと池上瑠美子さん(左)と記者＝高松市香川町

最高気温29・3度の汗ばむ陽気、刈り取りが始まっていた小麦畑を横目に、ペダルを踏んで1時間余り。迷った末、ようやく発見。店に入る

メモ 池上製麺所は、高松市香川町川東下899の1。平日午前10時～午後2時半、土・日・祝日午前10時～午後1時半、午後4時～5時。火曜定休。高松自動車道・高松中央インターから車で約30分。問い合わせ087・879・2204。

と、いた、いた、るみばあちゃん。覚えてるかな? 不安だったが、「ああ、ああ、覚えてますよ」。変わらぬチャーミングな笑顔に、ホッ。店は10人近くで切り盛りするようにならなっていた。でも、るみばあちゃんは今77歳になった。今も、生地を練り込む仕込み作業を続けているそうだ。

さて、肝心のうどん。出汁よりも麺の力と、うどん玉にネギ、しょうゆをさっとかけてシンプルに食べてみた一杯目、粘りのあるコシに懐かしさがこみ上げたものの、何か物足りないなあ。そうか、お酢を忘れていたのか。ここでは、しょうゆとんに酢を混ぜるのが絶品だったはず。「酢を言うてくれる人が少なくなつて」。わざわざ奥から出してもらってかけるとズルズルズルズル…… あく、やっぱ、うまっ、最高! 全部で3杯、ごちそう様でした。「健康を大事にしましょ」と気遣ってくれた、るみばあちゃん。変わる時代と変わらぬものを確認した日帰り旅。初心の地は癒やしのパワースポットだ。(篠塚健一)

Q 精神的には満足しているが…

30代前半で離婚してから、結婚になかなか前向きになれませんでした。40歳近くになり、やはりこのままでは寂しいと、婚活を開始。今、1年ほど付き合っている女性がおり、深い関係もあります。彼女は私に大変好意を持っていて、近頃は結婚を迫ってきます。条件のよくない私を受け入れてくれて感謝していますが、「一つ悩みがあります。精神的な充足感を得ているのですが、肉体的には満足感がなく、不満が残ります。結婚を考えると、大したことないですか。(会社員・40代前半)

仲人おばちゃん



山田由美子 日本仲人協会 仲人。お見合い熟手。

情熱人生塾

あなたはまた、彼女のことを心底、気に入っていないのかも。彼女から好意を持たれて、付き合っている部分が大きくない? 自分から他に行くのはしんどいと思っているんやわ。離婚経験から、「結婚したってどうせ」という潜在意識があるんちゃうかな。

40代男性。本心は、体も満足せなあかんよな。でも、そんなこと考えていたら、どんな人でも、お付き合いして深い関係になつて、それであかんかったらハイまた次、つてなるやん。ウチらのお見合いの世界では、そんなお試しみたいなんない。みんな情が一番大切で、相手と幸せに暮らそうと思ふんやわ。彼女と話し合つて、歩み寄ることはできへんの? 「僕が」

心がつながれば 体も自然に

じゃなくて、「2人で満足したいから」と前置きして、あなたの思いや要望を伝えてみたら。心がしっかりつながっていたら、体も自然につながるようになる。あなたに気が入らないから、不満が残るんやと思うで。彼女を受け入れようと思ふんやつたら、しっかりとリードして彼女の方を向かせるあかんや。婚活で知り合つて、1年も待たせてたらあかん。あかんねんやつたら、はよ断るのも誠意やで。

人づきあいや結婚に関する相談の投稿は、〒530・8221 朝日新聞生活文化G人生塾係(ファクス06・62331・991 45、do-kansai@asahi.com)へ。お名前と連絡先を忘れないでお書き下さい。

体とこころの通信簿

初めての漢方外来

「何となく」不調も対応

街や駅で「漢方」を掲げる病院の看板を見かける。興味があくものの、治療に訪れたことはなかった。漢方外来ってどんなところ? 「漢方医は総合医です」と慶応大漢方医学センターの渡辺賢治センター長はいう。

渡辺さんらは漢方での問診システムを開発し、患者の訴えや症状を「証」と対応させたデータを集めている。経験的な要素が強い漢方だが、科学的、客観的なデータに基づいて、漢方薬の処方などに

こんなときには漢方外来へ

- ① やる気があるのに体が動かない
- ② 食後、猛烈な眠気を感じる
- ③ 食べ物が無いのに、のどに詰まり感がある
- ④ ツメ割れや、皮膚のかさつきがある
- ⑤ 目にくまがでしやすい
- ⑥ 月経痛や月経前に気分が落ち込む
- ⑦ 普段からなんとなく頭が重い
- ⑧ 車酔いをしやすい

ドクター渡辺の診断



①②は「気虚」といい、全身のエネルギーの源である「気」が不足しています。③は「気うつ」で、気の流れが滞っているために起きます。④は「血虚」といって栄養を運ぶ血の力が衰えている状態、⑤⑥は「お血」といって、血の巡りに問題がありそうです。⑦⑧は、むくみに関連して、体の水分量の調節がうまくいっていない「水毒」。どれも日常的な不調のサインで、漢方では治療の対象です

相談ナビ

日本東洋医学会のウェブサイト (<http://www.jsom.or.jp/universally/index.html>) で、全国の漢方専門医を検索できる。専門医でなくても、漢方治療が得意な医師もいる。「漢方の医師同士のネットワークがあるので、近くに見つからない場合は、専門医に電話で紹介してもらおうのもいいです」と三谷和男院長。

をして専門医になっている。もし検査や手術など西洋医学での対処が必要な場合は、すぐに助言が受けられるのも漢方外来の特徴だ。

漢方と西洋医学。それぞれの治療をどう使い分けたいのか。漢方専門医の指導をする大阪府堺市の三谷ファミリークリニックの三谷和男院長は「例えば、不眠を訴え、『夜9時に電気を消す』と」と医師に指示された場合、眠れなくても電気を消して横になれるなら、漢方治療がいいです」。自分で消すという行動に移れない状態なら、西洋医学の中枢神経を抑える薬を使うことを考えた方がいいという。

自己養生が難しかったり、明らかに検査数値に異常があったりすれば、西洋的な対症療法が向く。支える家族がいるかどうか、仕事を休めるのかどうかなどの環境も大切で、それによって漢方薬の種類や飲み方も違う。その人の治療力を無理なく引き出して、体のバランスを整えるのが漢方の本来の考え方だ。

「漢方薬を飲むだけが治療ではありません。西洋的な治療への上乘せにも、『なんとなく』の不調にも対応できる。気楽に話をするつもりで門をたたいて下さい」と三谷さんはアドバイスする。