新連載・痛みシリーズ
間違いだらけの痛み対策 ②

都賀治療院 院長 藤城 博
藤城 博 氏

人間と違い、自然動物は怪我をすれば敵に襲われるか、餌を摂れずに餓死するなどの可能性が高いので、最短期間で治す必要があります。

早く治すためには患部を安静にする必要があるので自然界では痛みという信号を使って、動かせば痛み、安静では痛まないという方法で正しい対処法に導いているものと思われます。つまり痛み信号は体が発する痛いことはダメ、痛くないことはOKというメッセージとともに、それを翻訳すると「痛みを誘発または増悪させるような動作や姿勢をしないでいれば最短期間で治ります」ということになるのです。

動物はこれを本能で判断し、痛いことは決してしないのです。しかし大脳の発達した人間だけが、本能の正しい判断をゆがめて、不完全な大脳で間違った判断を優先するため、治らないで無駄に苦しんでいるのです。

そもそも本能は地球上に単細胞生物が生まれてから40億年の歴史があります。その後の生物進化の過程で長い間、大脳は存在せず、生物たちは本能だけで完璧に生きてきました。

人類として大脳が発達し始めたのはわずか500万年前ですから歴史が非常に浅いのです。ですから大脳が獲得した知識は、本能に比べたらかなり不完全で、度々間違うのは当然です。

例えば、本能で子育てする自然動物には、不良犬などの育て損ないはいないし、子離れも時期が来れば完璧に行われます。ヒトの大脳が不完全な証拠に、子育ては下手で、不良少年は沢山いますし、いじめや夫婦喧嘩、犯罪、戦争などが未だに続いているということがあります。

鎌倉時代、若き日の道元禅師が日本仏教の最高峰と言われた比叡山の大僧正に尋ねました。仏教の教えでは、あらゆるものに仏性があり、ゆえに仏性があるのになぜ修行をしなければならないのですか？という根本的な質問をしたところ、大僧正は答えることが出来ませんでした。

それなら道元禅師は当時の宋へ渡り、その疑問に答えられる指導者を探して中国中を訪ね、ついに如浄禅師という本物に出会いました。如浄禅師の教えは、「心塵脱落」すれば悟りだということでした。

心の塵とは今でいう知識のことで、人間だけが迷う理由は、人間だけが唯一大脳が発達した動物だから知識を持つことが出来ました。そのため、知識のメリットで地上に君臨し繁栄しましたが、同時にデメリットとして不安や恐怖、間違いを持ち込みました。

つまり大脳があるから、迷いや間違いが生じ学問体系があり、それが間違っていればそのまま後世に引き継がれてしまっているのです。

原因は、社会にリハビリや運動、筋トレはいいことに違いない、という誤った固定観念が浸透しているからにほかなりません。

皮肉なことに運動器疾患を扱う専門家（整形外科医、理学療法士、接骨師、鍼灸師、マッサージ師、カイロプラクター、整体師など）の大部分が、痛みに対する考え方が誤っているために、運動療法やリハビリと称して、痛みを伴いながらの運動や過剰な運動量を指導したり、明らかにその行為のために悪化したり、長引いたりしているケースが少なくないのです。

（以下次号に続く）

論壇
三匹の子豚の教訓を変えるな

成田市　上田　真弓

11月6日の産経新聞にて、三番目の子豚のように賢くなりなさいという教訓的な話だが、その三番目の子豚を裁判にかけるというのだ。

なぜこんな発想が生まれるのか、思い当たることがある。実は今では日本版「三匹の子豚」もあるのだ。

一番目と二番目の子豚が三番目の家に逃げ込んだ後、狼がレンガの家を爪をたてたり、かじったりするが崩れないので諦めて帰る。それを見ていた三匹の子豚たちが「狼さんはきっとおなかが空いていたからあんな乱暴なことをしたんだ。かわいそうだから助けてあげよう」と言って狼を家の中に入れ、傷の手当をしてあげ、暖かいスープを飲ませる。

それから三匹の子豚と狼は仲良く暮らしましたという物語に作り変えられているのだ。そんなことをしたら三匹とも食べられてしまうのだが、どんな大人たちがこんな話に作り変えて全滅だが、どんな大人たちがこんな話に作り変えて広めようとしているのか推測できる。

憲法九条さえ守っていれば日本は安全で、こちらが何もしなければ相手も何もしないと考えている人たちだ。

しっかり自分を守る三番目の子豚のようになさいという教えなのに、三番目の子豚の間違っていることは危険で間違っていると考えるのだ。そこから三番目の子豚を裁くという発想になる。このテレビ番組を学校の授業で使うのは間違っている。

張主
公益財団法人日本相撲協会
稲毛新聞論説委員　今村 敏昭

横綱白鵬が前人未到の40回目の幕内最高優勝を果たした大相撲九州場所、3横綱1大関が多数の休場者が出た中、横綱日馬富士の暴行問題に注目が集まった。

スポーツ紙、週刊誌、ワイドショーにとどまらず、NHKのニュースでも取り上げられた。MCや多くのコメンテーターたちが、伝聞をもとに憶測で話している。視聴者は報道内容を信じるから、あやふやな事実が世間に広まっていくことになる。はっきりしていることは日馬富士が貴ノ岩に何らかの暴行を働いたということだけだ。

当事者の記憶でさえ正確ではないことがあるのに、その場にいなかった元力士や部屋関係者、親族らの話を組み立てて番組を作っている。不正確な情報も一旦広まれば真実と受け止められるのが世の常だ。明確な裏打ちのある取材ができないから、ちょっとしたコメントに飛びつき、それをときらを取り上げる。視聴率がすべてのマスコミの世界だとは言えいささか閉口する。

それにしても、事件に最も関心のあるはずの被害者本人がまったく出てこないことが世間の不信を買っていた。関係者に限らず、貴ノ岩の話を聞きたい人が圧倒的多数の人々が思っているからだ。貴乃花親方が取材や協会の事情聴取を拒否しているとか、八角理事長との確執があるとか、過去の出来事を引き合いに、その場にいなかった元力士や部屋関係者、親族らの話を組み立てて番組を作っている。不正確な情報も一旦広まれば真実と受け止められるのが世の常だ。明確な裏打ちのある取材ができないから、ちょっとしたコメントに飛びつき、それをときらを取り上げる。視聴率がすべてのマスコミの世界だとは言えいささか閉口する。

それにしても、事件に最も関心のあるはずの被害者本人がまったく出てこないことが世間の不信を買っていた。関係者に限らず、貴ノ岩の話を聞きたい人が圧倒的多数の人々が思っているからだ。貴乃花親方が取材や協会の事情聴取を拒否しているとか、八角理事長との確執があるとか、過去の出来事を引き合いに、ずっているからだとか、いろいろな報道がある。

貴ノ岩の容体も表に出てこない事情も正確なことはわからないが、日本相撲協会が公益財団法人である以上、連携をとりながら県内の出雲大社関連行事の一層の発展を図りたいとしている。

千葉総国講社は、千葉県における出雲大社の御祭神、大国主大神との御神縁が大切にされ、そのご加護により誰もが幸せに暮らせるよう祈り、活動を続けていきたいとしている。千葉総国講社の設立を機に、千葉県における出雲大社信仰が一層広がり、人々に多くのご利益がもたらされることが期待されている。

高額で取引されていた"年寄株（親方になる権利）の売買など、文部科学省が強く廃止するよう求めたことは記憶に新しいが、〝貴ノ岩隠し〟はこれに匹敵する問題に発展しかねない。透明性が強く疑われるからだ。協会内部の問題を目を厳しく意識する今日、一般財団法人よりも公益性の高い公益財団法人には高い透明性や情報公開が求められる。

協会が公益財団法人になるとき、透明性と公益性を確保するため、それまでの腐敗の膿を出せるチャンスだったのでもない、国民全体の財産であることを肝に銘じるべきだ。

横綱白鵬が優勝インタビューで全力士を代表して謝罪するとともに日馬富士と貴ノ岩を今一度土俵に上げたいと表明したのも異例の展開だった。白鵬の頭が割れたとする傷口の写真が出てきた。

そして日馬富士が引退した。事態は日々新たな展開を見せている。評議員会、理事会、横綱審議委員会の動きにも衆目が集まる。いずれ刑事処分も下されるはずだ。全容が明らかになったとき、貴乃花親方が頑なであったことに納得のいく事情が判明することを願っている。

出雲大社千葉総國講社が発足
千葉県下唯一の出雲大社正式機関

出雲大千葉総國講社設立祭に集まった関係者

かねてより設立が求められていた出雲大社の正式な千葉県の組織として、千葉市中央区道場北に「出雲大社函館教会千葉総國講社」（小川恵光講社長）が発足した。

先月11日の設立祭では、神殿清祓式、御分霊御鎮座祭、12日には御分霊御鎮座奉祝大祭などの一連の神事が執り行われ、出雲大社の御分霊をお迎えする運びとなった。出雲大社において慎重に検討が重ねられるケースがあったり、出雲大社の正式な組織でなければ設立が認められたものではないことを観光の目玉にしようとする自治体が出てくるなど、懸念も指摘されていた。千葉総國講社はこれらの神社や様々な施設、自治体とも協力関係を結び、連携をとりながら県内の出雲大社関連行事の一層の発展を図りたいとしている。

千葉総國講社は、千葉県における出雲大社の御祭神、大国主大神との御神縁が大切にされ、そのご加護により誰もが幸せに暮らせるよう祈り、活動を続けていきたいとしている。千葉総國講社の設立を機に、千葉県における出雲大社信仰が一層広がり、人々に多くのご利益がもたらされることが期待されている。

日光そばまつり大にぎわい
千葉手打ち蕎麦の会に長蛇の列

11月17日（金から19（日）の3日間、栃木県日光市で「日光そばまつり」が日光だいやかわ公園で開かれた。

当日は無料の送迎バスが会場まで運んでくれた。ユルキャラの出迎え、物産コーナーやステージイベントと大にぎわいであった。

広い公園の一角のオートキャンプ場は日本最大級を自称するだけあって、ところ狭しと23のそばブースがありの参加で、そば好きを大いに喜ばせる催しである。

北海道のキタワセソバ、福井の越前おろし、島根の出雲そば、長野、福島、東京、茨城、そして千葉から千葉手打ち蕎麦の会が出店した。どこの店ももりそばを統一メニューとして一食500円での販売で、どこのブースも手打ちで腕を競い合っていた。その中にあって、千葉手打ち蕎麦の会の大きな木の看板と千葉在来のほりの下には沼友彦氏をはじめトータル30数名）の方々。盛況だったお会もさることながら遠くに見える山々、黄葉がきれいで整備された広い公園は口と目を半日楽しませてくれた。【川村 文彦】

千葉在来そばに人気が集まった

まだまだ現役！働きたいシニアを応援！
スマートコミュニティ稲毛で開催

12月6日（水）スマートコミュニティ稲毛のクラブハウス2階イベントホールで千葉県、千葉市、市原市、四街道市、千葉労働局の主催による『まだまだ現役！シニア働きたいシニアを応援！』が開催された。

このイベントは株式会社スマートコミュニティ（染野正道社長）が、よりアクティブなシニアライフを地域の皆様にお送りいただくための就労支援イベントを開催したいという趣旨で、昨年に続き2回目の開催。当日は寒さの厳しい中、再就職を希望するシニアの方など大勢の参加者など感想をのべていた。

参加機関・団体は千葉労働局、千葉市シルバー人材センター、千葉市生涯現役応援センター、協和警備保障㈱、㈱クイック・ガーデニング、㈱高船社、㈱ヘルシーサービス、㈱セブン・イレブン・ジャパンなど。

まず最初に「シニアの雇用状況について」「シニアの再就職支援セミナー」の講演があり、その後、参加企業・機関との交流会が行われた。

参加者は「シニアになっても家に閉じこもりたくないと思っていたので大変参考になりました」「お話を聞いて元気がでました」など感想をのべていた。

鳥海美江様のお別れの会
吉成庸子さんのお母様を偲ぶ

鳥海美江様の遺影前で読経する住職

本紙にエッセイを連載している吉成庸子さんの読経から始まり、小泉成田市長、熊谷千葉市長など代表者の献花、親族代表の森英介衆議院議員の挨拶に続き安田教育振興会理事長安田敬一氏が献杯の音頭を取られました。

食事タイムでは、故人が好きだった歌やピアノ、ヴァイオリンの演奏。お孫さんの真里美さん（利根川進氏夫人）の故人の微笑ましいエピソード、吉成さんのお母様を語るエッセイを、若林奏さんが朗読して感動を呼びました。

吉成さんは、こんなに沢山の方に参加して頂き親孝行ができたと挨拶、全員で故人の好きな「この道」故郷」を大合唱してお別れ会を閉じました。

大切に暮らそう
修理とリフォームの専門店
稲毛区小中台町・㈲マイケン

・キッチンやトイレの排水の流れが悪い。
・便器の水が流れっぱなし。
・水道の蛇口からポタポタ水が漏れる。
・ドアや雨戸、窓の開閉がスムーズにいかない。
・網戸を張り替えたい。
・スイッチ、インターフォンの調子が悪い。
・照明器具を交換したい。
・手摺り、棚を付けたい。
・防犯灯、面格子等、防犯の相談に乗ってほしい。
・要らないものを片付けて欲しい。
・ついでに包丁を研いで欲しい。
・などなど…マイケンはお値段を伝え、すぐ手直ししてくれます。（出張料3千円）

先日お客様からスズメバチ退治の相談がありました。

『スズメバチ』

は、害虫を食べてくれる益虫ですが、巣が人の近くにあると危険なので、巣ごと駆除することをお勧めしました。

後日、巣を確認すると、巣は空っぽになっていました。

スズメバチは、9月頃から巣の中で越冬する女王蜂を残して、働き蜂は全滅します。

女王蜂は、春になると巣を作り、卵を産み、働き蜂を育てます。

巣を駆除する場合は、スズメバチの活動が鈍くなる夜間に出入口をコーキング材で塞いで蜂を閉じ込めてしまうと安心です。

ただし、巣の中に蜂が残っていると、蜂は壁を噛み砕いて出てきますので、巣の中に蜂が残っていないことを確認してから塞ぐことをお勧めします。

☎043-207-7122

写真・印刷年賀状
早期割引 12/12（火）まで
ハセベカメラ TEL043-251-8111
稲毛店★ ロータリー 至千葉 JR稲毛駅

カウンターレディ募集中！
カウンターが中心のお店なので初めての方でも気軽に働けます
週2～3日フルパート可◆20才以上◆委細面談
営業時間／PM7：00～AM1：00
夜 ☎253-7885 随時 090-5751-8849
パブスナック パピヨン
稲毛区小仲台2-6-1【JR稲毛駅東口】（担当／原井）

相続・贈与・売買・会社設立
債務整理・成年後見等
お気軽にご相談ください
小沼一幸司法書士事務所
千葉市稲毛区小仲台6-14-4
サン稲毛ビル302号
☎043-287-1940

食糧庁長官賞受賞店 のざわ米店
食べる米ぬか健康法
げんきなら「玄きな粉」製造・販売
特許第3788794号
【日曜・祝日定休】
営業時間／9:00～19:30
千葉市稲毛区小深町127 ☎043-422-2517
至柏 オートバックス 当店 至四街道 ●ロイヤルホームセンター 長沼十字路 国道16号線

稲毛新聞読者感謝ディ 12月20日（水）10時～
1日遊んで1800円 ★満貫で50P＋跳満80P＋倍満100P還元！
◎のぶと会第8クール 12月12日（火）10時～ 5回戦得点上位者に景品あり 参加費2500円
11月の実績報告 32名の方々が楽しく遊びました。
第一位 中川 様 690ポイント
第二位 関沢 様 680ポイント
第三位 岡部 様 620ポイント
最高得点 中川 様 90500点
役満 平山 様 大三元
満貫 7回達成 中 様
他27名が満貫達成
跳 満 3回達成 勝保 様
他7名が跳満達成
倍 満 中川様・岡部様・関様
吉田様・竹形様
賭けない・飲まない・吸わないで麻雀
健康麻雀の王様
☎812-313
freedial
JR・京成千葉駅より 徒歩6分
千葉トヨタ PIAZZA 京成千葉駅
千葉市中央区登戸1-13-22シティ5 A棟206号
健康麻雀の王様 電話0120-812-313

カラオケ JOYSOUND
稲毛新聞持参で室料20%OFF!
稲毛で人気ナンバー1のカラオケボックス
お友達、家族、仲間で楽しく盛り上がろう！
♪ ♪ ♪ ♪
忘年会予約承り開始！
営業時間 /11:00～翌6:00【年中無休】
千葉市稲毛区小仲台2-5-7 GET'Sビル4F
JR稲毛駅歩1分 電話 043-290-0121

チバテレビ CMスポンサー募集!!
カラオケ大賞 21
【本放送】毎週月曜よる8時～
【再放送】毎週日曜夕方5時～
司会 湯原 昌幸 審査員長 伊戸のりお
アシスト 椎名 歩美
■弊社企画番組 株式会社 地商総業
千葉市若葉区桜木北2-26-3
www.k-taisho.com/ ☎043-235-3577

安心価格！雅の家族葬
会員登録（無料）で祭壇一式20%割引あり
http://www.miyabi-sougi.com
検見川ホール JR新検見川駅より徒歩4分
幕張本郷ホール JR幕張本郷駅より徒歩5分
習志野ホール 京成大久保駅より徒歩3分
(株)雅セレモニーホール
0120-533-990

タクシー、ハイヤーのご用命は…
稲毛構内タクシー
本社☎279-1234(代)

誠実をモットーに地域社会に奉仕する
土地・マンション・売買・仲介
千葉県知事・第3588号
株式会社 ときや不動産
千葉市稲毛区小仲台6-2-16
☎043-253-0503(代)

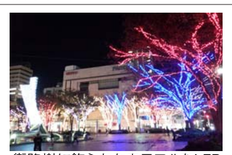
優良霊園
いつでも求められる和泉家の4大霊園
●いずみ霊園 ●御成霊園
●千葉中央霊園●千葉緑霊園
霊園案内サービスセンター
フリーコール 0120-148-237
安心と信頼 心のかよう墓づくり 創業130年
全優石 全国優良石材店 認定店
和泉家 いずみや
株式会社 和泉家石材店 千葉営業所／若葉区多部田町

実績と信頼を誇る
総合葬祭式場
Prayer
プレア稲毛ホール
千葉市稲毛区小中台町356-13
24時間年中無休
0120-00-4422

家族葬のセクト
セクト
セクトで検索 http://www.sousai-sect.com
千葉市斎場でのお葬式はセクトへ
■千葉市斎場 千葉市緑区平山町1864-1
■セクト・シティーホール都町 千葉市中央区都町3-21-2
■セクトハウスおゆみ野 千葉市中央区生実町2249-1
■セクト・シティーホール都賀 千葉市若葉区都賀2-9-16
0120-00-5564

1964年創業
今も昔も変わらないのは
お客様とのふれあいです
これからも私たちは地域の
お客様の笑顔と共に
成長し続けられるよう
努力いたします。
株式会社 オオクシ
http://www.ohkushi.co.jp

年末年始の風物詩「ルミラージュちば2017」
約35万球のLEDが街を彩る



街路樹に飾られたカラフルなLED

今年も千葉の街を彩るイルミネーションイベント「ルミラージュちば2017」が開幕し、12月1日には中央公園で点灯式が行われた。

千葉市中央公園をメインに、中央公園プロムナードや商店街など、約35万球のカラフルなLEDが飾られ、年末ムードを盛り上げている。特に中央公園のイルミネーションは、SNS映えする撮影スポットとして毎年話題になり、クリスマス時期にはカップルや親子連れなど多くの人が訪れるようになった。また、通町公園には、千葉開府900年に向けた取り組みの一つとして、100個以上の提灯が飾られ賑わいを見せている。ライトアップは来年1月31日（水）まで実施。時間は17時から23時、大晦日は27時まで。【真田】