



みのり通信

平成 29 年 9 月号

みのり歯科 3つのお約束

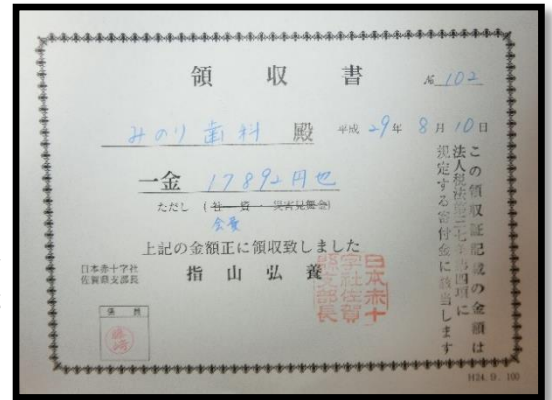
1. 笑顔・親切・丁寧
2. 清潔で安全な環境づくり
3. 全身の健康(健口)管理と予防

院長より

私が学生の頃は 30 度以上になると暑いな～と思っていたものですが、今や 35 度を超えても驚かなくなってきました。でも、予想もできないほどの突然の大雨や竜巻など自然災害も増える一方です。防災に関しても備えが必要ですね。9 月に入ると少しずつ日の入りも早くなり、コオロギなどの鳴き声に秋の訪れを感じます。忙しさに追われる毎日ですが、秋の夜長にゆっくりと本を読んだり、音楽を聴くゆとりを持ちたいものだと思います。

今年はいろいろなことが重なり、6、7 月とかなり精神的に落ち込んでいました。ある方から祈祷の先生をご紹介いただき、お墓参りをきちんとするよう言われました。忙しさや遠いことを理由に昨年は父や母方の祖父母のお墓参りに行っていなかったの、お盆休みにお参りしてきました。お墓の掃除をして、お線香をあげてスッキリしました。筑波大学名誉教授の村上和雄先生はたくさんのご著書の中で、一人の人間がこの世に存在すること自体が奇跡で、サムシング・グレートとしか呼べない存在があると繰り返し述べておられます。細胞 1 個が偶然に生まれる確率は一億円の宝くじが連続百万回当選するぐらいの奇跡だそうです。先祖から連綿と続く命の一つとして自分が生を受けてこの世に送り出されたことに感謝し、一日一日を大切に生きていかなければならないと痛切に思います。

ところで、待合室に我が家の子供たちのお下がりの洋服やおもちゃなどを置いています。捨てるよりは必要とされる方々に使っていただきたいと思って自宅の整理を兼ねて少しずつ持って来ています。横に置いている貯金箱に少しずつ募金がたまり、日赤に寄付をさせていただきました。皆様のお志が 17,892 円になりました。ご協力ありがとうございました。子供の本棚の中には私が買ってきて、1 問も解いていない問題集が何冊もあるのを見つけてがっかりしているところです。お勉強が好きな子はぜひ持って行ってください。



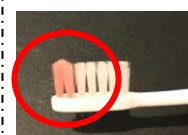
それから、年に 1 度行っている「健康講座」。第 8 回目の今年は 10 月 14 日に開催します。今年のゲストはナチュラルアートクリニックの御川安仁先生です。救命救急医としてご活躍でしたが、「患者さんが救急外来に来なくていいようにするのが医師の役目なのではないか」と考え、様々な代替医療を学び、開業されました。今回のご講演では、人間が本来持っている「自己回復力」、「自然治癒力」を回復させ、病気にならない体を作るにはどうしたらよいかをお話しいただけるとと思います。体組成や血管年齢測定、サプリメントや化粧品のサンプルのご提供もあります。お忙しいとは思いますが、ご興味のある方はぜひご参加ください。

運命の歯ブラシ選び。お手伝い致します♡

皆さん、今お使いの歯ブラシに満足していますか？
自分に合った歯ブラシ。そう！運命の歯ブラシ選びしてみませんか？
今回は、ピセラの B タイプをご紹介します♡
この歯ブラシの特徴は、コンパクトヘッド・べったりした汚れが取れやすい毛先・滑りにくく持ちやすさに配慮された歯ブラシです。
＼ お口の小さい方や女性の方に大人気です！！！！ /

▶▶▶▶ 次回は P タイプをご紹介します！お楽しみに♪

～第 1 弾～



今月は「ありがとう」にまつわるお話をご紹介します。

一つ目は、村上貴仁さんのお話です。村上さんは、結婚を機に奥さんの実家で農業を始めましたが、うつ病になり5年間苦しみます。しかし、最愛の息子・大地君の死をきっかけに乗り越えます。『ありがとう』を言い続けることで自分にも家族にも奇跡が起こる』と書いてある本を読んで、実践し始めました。……

「ありがとう」を何十万回も言っているうち、私はあらゆる命たちに生かされていることに気付きました。目に見えるものはもちろん、目に見えない菌などにも「ありがとう」を言いたくなりました。

そしたら、そこから一生かけても自分の身の回りの命に「ありがとう」を言い切れないと分かりました。

そこから私の「ありがとう」は加速度的になりました。身の回りにあるすべてに「ありがとう」をたくさん言いたくなったのです。

それがしばらく続いた時、取引先さんから「お宅の野菜、腐らないですね」という声をいただくようになりました。

さらに、「お宅の野菜は皮が柔らかい」とか「火の通りが早い」とか「とにかくおいしい」ということをたくさんの人から言っていただけになったのです。

「何かしているの？」と聞かれたこともありましたが、かたくなに「何もしていない」と答えました。だって怪しいじゃないですか(笑)。「いつも野菜たちに『ありがとう』と言っているんです」なんて言ったら。

* * *

ある日、札幌で有名なスープカレー屋さんの社長さんが来られました。「この野菜には絶対に秘密があるはずだ。それを教えてくれるまで帰らない」と言って3日間くらい宿泊されたんです。

それで私はお酒を飲んだ拍子についポロッと言ってしまいました。

「息子の大地が無くなってから、野菜一つひとつに『ありがとう』と言い続けているんです」と話したら「それだ!」と言ってやっと帰ってくれました。

そしたらあろうことか、帰って仲間たちに言いふらしやがりまして(笑)。次の日から、うちのファックスが鳴り止みませんでした。

いろんなところから「ありがとう野菜をください」という注文が来るようになったんです。すごく驚きましたが、「皆さんはこれを認めてくれるかもしれない」と思いました。

私の友人がこの農法を「ありがとう農法」と呼んでくれたことをきっかけに、私も堂々と皆さんにお話できるようになったのです。

* * *

今まで私はいかに生命力のない物を皆さんにお届けしていたのかと考えさせられました。肥料をあげて大きくして、病気になる前に薬をかけて、虫が来たらその虫を全部殺して、野菜たちを過保護に育ててきたことに気付いたのです。

今、9割の方が病気で亡くなると言われていますが、その原因は食べ物にあると確信しました。同時に、それは我々農家の責任でもあると感じました。

私は、何もしなくても力強く育つ野菜を育てたいと思いました。

今、私はそんな野菜たちを出荷しています。うちの野菜を食べてくださる方々を元気にしたい。そんな思いで私たちは野菜を生産しているのです。

* * *

私の夢は、「愛と喜びを循環させること」です。うちの農家では「農薬をかけずに言葉をかけよう」というキャッチフレーズをつくって、愛と喜びの循環のためにスタッフ全員が野菜と向き合っています。

今では「うちの野菜を食べると元気になります」「皆さんの体に入ってから必ずお役に立ちます」と堂々とさせていただいています。

私はずっと「幸せ」を追い求めてきました。でも大地の死をきっかけに、「自分はもう幸せだったのだ」とはっきり気付いたのです。

それに気付いてからは何もかもがありがたく思えて、すべての命に「ありがとう」を言いたくなったというわけです。

今ある幸せ、今ここに存在する幸せ、皆さんもそれをぜひ噛み締めてください。

「大地からのメッセージ」 (有) 佐々木ファーム代表取締役 村上貴仁

みやざき中央新聞 (2017年1月30日 2680号) より



もう一つは、潜在能力研究家の小林正観さんのお話です。……………

「ありがとう」という言葉の力を調べるために、次のような実験を行いました。二つのペットボトルを準備し、一つには「ありがとう」、もう一つには「ばかやろう」と書いて東京都の水道水を入れます。一晩置いた水を凍らせて結晶を撮影すると、「ありがとう」と書いた水道水だけに、宝石のような美しい結晶ができるのです。一方の「ばかやろう」と書かれたほうは、かわいそうなくらい無残に変形します。いろいろな水を使って実験を繰り返しましたが、結果は一緒でした。

人間の体は70%が水でできています。だとすれば、「ありがとう」の言葉をたくさん投げかければ、この実験と同じように体内の血液も変わり、健康を維持できるのではないかと私は仮定しました。そして実証してきました。

「ありがとう」を唱え続けたがん患者からがん細胞が消えたり、医者から失明を宣告された人からいつのまにか目の病が癒えていたり、手術が必要と言われていた子供さんの心臓の穴が塞がったり、各地で信じられないような奇跡が次々と起きたのです。

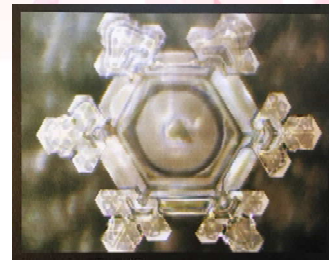
ある講演会での話です。末期がんと診断された人が、会場の前に出て、「私は生き延びたいから、ありがとうの声をかけてほしい」と全員に呼びかけました。そこで会場に集まった200人が1分間100回、その人に合計2万回のありがとうを浴びせました。ありがとうを言うみんなの目からは涙が溢れ、会場は何とも言えない温かい雰囲気になりました。そして3日後の精密検査で、その人の体からがん細胞が消えた、という報告が届きました。

言葉の使い方によってもたらされる現象を「言霊」という表現で解説することがあります。しかし、私の話は「言霊」という専門的な言葉を使う必要はなく、あくまでも事実そういうことが起こる、という実証結果です。そのことを改めて確認しておきたいと思います。

月刊『致知』2003年1月号より

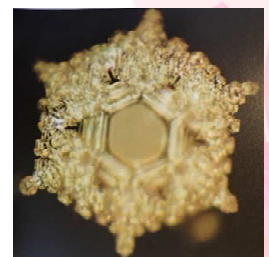
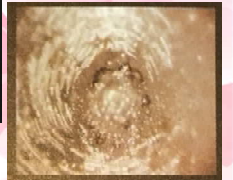
朝から晩まで、頭の中ではいろいろなことを考えていますが、口に出すのはほんの僅かです。まして家族や職場のスタッフに一日何回感謝の言葉を伝えているのでしょうか？いくら心の中で「ありがとう」と思っても、言葉に出さなければ相手には伝わりません。私はバイオリンを習っていますが、ある時、膝に楽器を乗せて先生のお話を聞いていました。先生があるフレーズを弾かれた時、自分の楽器の弦がふるえてその振動が体に伝わり、音が体に響くということに驚くとともに、物理で習った音叉の実験を思い出しました。小林さんが言われるように、人間の体の70%は水分なので、ありがとうという言葉の波動が伝わるということが理解できます。感謝の気持ちは言葉に出さなければ相手に伝わらないのです。ところが、自分を振り返ってみると、遅い時間に帰宅し、子供がテレビの前に座っている姿を見るとつい、「勉強は？」と言ってしまい、主人からたしなめられてしまう毎日です。まだまだ修養が足りません。

村上さんは36歳の時、チャレンジしていた「年齢×1万回のありがとう」で36万回に到達し、気付いたそうです。毎朝起きて「おはよう」と言って、朝ご飯を食べて「いってきます」と出ていく。そして「ただいま」と帰ってきて、夜みんなで食卓を囲んで「いただきます」と言える。「おやすみ」と言ってまた朝がくる。このすべてが当たり前ではなく、「奇跡」なのだと。1面に村上先生のお話を書きましたが、自分の先祖を30代遡ると、一人の命の先祖の数は総数16億2453万8026人にもなるそうです。私たちは悠久の時の流れの一瞬を旅している存在なのだと思います。その中で関わる人すべてに感謝しながら生きていければ素敵ですね。



↑ [ありがとう]の結晶

[ばかやろう]
↓の結晶



↑ [愛感謝]の結晶



今月の美的エッセンス

★ここでは、皆様の美容と健康をサポートするための
おすすめ美容成分や注目の栄養成分などを紹介していきます。

ハチミツ

甘いものが特に美味しい季節ですが、お菓子などによく使われるのが、ミツバチが様々な花の蜜を集めたハチミツです。

化粧品用に使われるハチミツは、食用のものと異なり、不純物を取り除き、脱臭・脱色・脱タンパクされたものがほとんどです。

食用のハチミツの色や香りは肌につける場合に、アレルギーの原因になるからです。

世界三大美女の一人であるクレオパトラも愛用していたと言われるハチミツは、殺菌力に優れていることから肌荒れ予防になり、ビタミンやミネラル、アミノ酸などの豊富な栄養成分により保湿力とアンチエイジング(抗老化)力が高いのもいいところ。

食べてよし、スキンケアにもおススメのハチミツ。種類なども様々ですので、いろいろ試してみるのもいいかもしれませんね。



フロイデ日記



以前、私は点滴や注射が苦手だと言ったことがありましたが、7月だったか、たまたま歯科のスタッフが院長に点滴をやってもらうことになり、私もその頃あまりに口内炎がひどく、1ヶ月以上治らなかったため、ビタミン注射をしてもらいました。ビタミンCとBなどを混ぜてもらったと思います。

病院でも痛い思いを何度もしているので、なるべくやりたくないといっていますが、思い切って腕を差し出しました。

注射をされている間は、怖くて注射の針が自分に刺さっているところを見るなんてとんでもない！と思いますが、うちの衛生士(伊東)は、注射が好きだと言うから驚きです。院長が上手だからか、思った以上に痛くなくて、ホッとしました。

いっしょにうってもらったスタッフは、高濃度ビタミンのおかげでしょうか、翌日はお肌の張りが違ったようで、私もあんなに悩んでいた口内炎が、注射の後、数日のうちにほとんどなくなってしまいました。

内科では口内炎が治らないからと言って、注射してもらうなんてことはなかったので、注射をうてば、痛いさえ我慢すれば、たとえ1回でもすぐ効果が出るなんて、すごいですね。TVではよく観ましたが、自分が実際にそんなことをするような世界にいるなんて、想像したことはありません。ましてしたから、とにかく、すごい時代になったものだと言えながら感心しています。



果物も、野菜も、きのこも♪ 炊き込みご飯に、秋刀魚だつて♪



もちろん、スイーツも♪



あれもこれも美味すぎて、
食欲が止まらない♪

あなたを笑顔にする フロイデ 3つの約束

1. お肌も体もアクをすっきり!!
2. 7千贅沢なお時間を!!
3. きれいな器具で安全に!!



先月号で紹介した食物繊維を多く含む食材の代表的なものとして挙げられるのが牛蒡(ごぼう)。それをお茶にしたのが「ごぼう茶」です。まだ暑い季節は少し冷やして、寒い季節はホットで。お茶殻も料理に活用でき、余すところなく栄養を摂取できます。美味しいですよ。

