月刊 もっと！ふれあう
もみのきのきもち
令和2年 3月 第48号

医療保険適用・訪問マッサージ
もみのき
〒399-8203
安曇野市豊科田沢5111-1
TEL.0263-87-6806
FAX.0263-87-6816
訪問マッサージもみのき 検索 https://www.fureaiazumino.com

健康コーナー

武

「気」とは古代の人々が 自然現象に対して抱いていた素朴な認識の1つであり、同時に、世界を構成するもっとも基本的な物質でもあります。

宇宙にある一切の物質は全て気の運動変化によって生ずると考えられています。

この見方は、医学にも引用され、気は人体を構成する基本的な物質で、気の運動変化によって人の生命のいろいろな活動が解釈されると言われています。

人に生命があるのは、全てこの気に依存しているからなのです。

もっとも基本的な気が「心気」といいます。別名を元気、精気と言われ、体内への吸収の違いから、3つに分類されています。

気を治療に用いるのが針や灸、ヨガ、中国気功、呼吸法太極拳武術等です。

今回の話は、少し難しいものに感じた方もおられるかも知れませんが、元気、精気、気力、気迫等「気」のつく言葉は、全てこの「気」の話からきています。実は、とても身近な話なんですよ。

ご利用者様の声

安曇野市豊科
G様 女性85歳

マッサージを受けると、夜は、いつもより、穏やかでぐっすり眠っています。本人はニコニコしていますが、病気のせいもありよくわからないみたいです。

――ご家族様より

今月のTOPICS ペット紹介

長毛の雑種猫です。
2年前の初冬の夜、窓ガラスにピッタリ貼り付く様に家の中を覗いていました。
窓を開けるとひょっこり内に入ってきて、我が家の家猫となりました。
毛のかたまりの様だった子猫が立派な太目の猫に成長し私たちを癒してくれます。

まめ オス2歳
雑種猫

安曇野市豊科
M様

今月のショット

「ふきのとう」
「池田の山から観た北アルプス」
「立ち雛」

春は着実に
近付いてますね（笑）
撮影者：北原

編集後記

三寒四温を繰り返しながら、春は、すぐそこまで来ていますね。

「もみのきのきもち」編集委員会