

ぶんぶん通信

2005年6月1日発行 発行/株式会社ナルミ 〒043-0104 北海道爾志郡乙部町字館浦686-2 発行責任者/株ナルミ通販事業部 鳴海周平

ナルミ
スタッフの

言いたい
放題!

Vol.35



こんにちは！お客様係の俵藤由紀子です！

5月の連休に大阪に行って来ました。その日の北海道の気温は10℃。大阪はナント30℃！スゴイ気温差でビックリでした。大阪ではユニバーサルスタジオリゾートや、道頓堀などの観光コースをまわって、たこ焼きやお好み焼き、うどんなど、大阪の味を満喫。ちなみにたこ焼きは、大正時代に食べられていたチヨボ焼きにたこを入れたら美味しく「たこ焼き」になったそうです。(知ってました?)道頓堀のくいだおれ人形とツーショット写真を撮ってもらってご機嫌の大阪旅行でした。

No.38

健康 夕 今

私たちはふだん「顔色が良い」「顔色が悪い」という言い方をよくします。顔は色だけではなく、皮膚の状態や目の輝きにも、その時の健康状態を映し出します。今回は「顔を見るとわかる健康状態」というテーマでお話します。



あなたの顔色は何色？

自分の顔色というのは、あまり意識しない人が多いものです。でも、周りの人に聴いてみると、結構見ているものなんですね。きつとすぐに何色が教えてくれると思います。

例えば、お酒を飲んだり照れている時以外の状態で、赤っぽい顔色の人は心臓や脳関係、寒かったり、害的な要因以外で青っぽい人は肝臓関係、黄色っぽい人は消化器系、白っぽい人は呼吸器系、黒っぽい人は泌尿器や生殖器関係が、それぞれ弱っている場合が多いと言われています。ただし、未病といわれる段階(症状がまだ出ていない状態)から、こうした顔色の変化が出てくるため、実際の検査結果には表われない場合も多いのですが、やはり弱っていることは確かだと思われまます。顔色を見て、特にその箇所に気をつけた生活習慣の参考にしていただきたいと思います。

どうして顔の状態で身体の内部分かるのか？

この「顔での心身状態判断法」、実は東洋医学の診断方法のひとつなんです。東洋医学には次の4つの診察方法(四診)があります。

- 1. 望診: 顔や皮膚、舌、姿勢、体格、仕草などを観察する
- 2. 聞診: 声や呼吸器の音、せきの具合を聞く
- 3. 問診: 病状、病歴、仕事や生活リズムなどを質問する

そしてそれぞれの関係は、自然界の中で活かしあう関係のままに並べられています。

「木は燃やすことで火を生じ、火は灰(土)を生じ、土は鉱物(金)を生じ、金は水を生じ、水は木を生じる」(相乗関係)また、ひとつおいた関係は、お互い抑えあう関係として捉えられます。「木は土から栄養を摂り、火は金属を溶かし、土は水を吸収し、金属の斧は木を切り、水は火を消す」という関係です。

こうした考え方は「陰陽五行説」と言って、何千年も昔から東洋哲学の基本として伝えられてきました。

この「陰陽五行説」に基づいて「望診」すると顔色によって、身体の中の様子がわかってしまうんですね。

ふだんから簡単にチェック出来るこの方法は、長い歴史に裏打ちされた診断方法だったということです。

鏡の前での健康チェック、是非行なって見てくださいね。

- 木・・・肝・・・胆 金・・・肺・・・大腸
- 火・・・心・・・小腸 水・・・腎・・・膀胱
- 土・・・脾・・・胃

そしてそれぞれの関係は、自然界の中で活かしあう関係のままに並べられています。「木は燃やすことで火を生じ、火は灰(土)を生じ、土は鉱物(金)を生じ、金は水を生じ、水は木を生じる」(相乗関係)また、ひとつおいた関係は、お互い抑えあう関係として捉えられます。

「木は土から栄養を摂り、火は金属を溶かし、土は水を吸収し、金属の斧は木を切り、水は火を消す」という関係です。こうした考え方は「陰陽五行説」と言って、何千年も昔から東洋哲学の基本として伝えられてきました。

この「陰陽五行説」に基づいて「望診」すると顔色によって、身体の中の様子がわかってしまうんですね。

ふだんから簡単にチェック出来るこの方法は、長い歴史に裏打ちされた診断方法だったということです。鏡の前での健康チェック、是非行なって見てくださいね。

顔の諸症状

- 肝 ↓ 目
- 心 ↓ 顔全体
- 胃 ↓ 口
- 肺 ↓ 鼻
- 腎 ↓ 歯、髪

顔の色

- 肝 ↓ 青
- 心 ↓ 赤
- 胃 ↓ 白
- 肺 ↓ 黒
- 腎 ↓ 黄

※参考文献 猪越恭也・著 「顔を見れば病気がわかる」