

## 🌕 月うさぎ伝説 🌕

9月24日は中秋の名月、お月見ですね。月の模様がうさぎが餅つきをしているように見えることから、日本を始め世界各国では月にまつわる伝承が昔からあるようです。ではなぜそう言い伝えられるようになったのでしょうか。諸説ありますが、一般的には次のようなお話です。

『昔あるところに、うさぎときつねとさるがいました。ある日、疲れ果てて食べ物を乞う老人に出会い、3匹は老人のために食べ物を集めました。さるは木の実、きつねは魚、うさぎは一生懸命探しましたが何も持って帰る事が出来ませんでした。そこで悩んだうさぎは「私を食べて下さい」と言って火の中に飛び込み、自分の身を捧げました。実はその老人が帝釈天という神様で、うさぎを哀れみ月の中に蘇らせ、皆の手本にした。』

というインドの仏教説話からきているお話。実はこの話には続きがあり、『うさぎを哀れんだ老人が、その焼けた皮を剥いで月に映し、皮を剥がれたうさぎは生き返る』という説もあるようです。しかし、月の模様がうさぎに見えるのは万国共通では無く、カニや犬、女性の横顔などと様々なようです。地球から月までの距離は約384,400Kmありますが、肉眼でも月の表面が見えるなんて凄いですね！！今年は、そんな風にゆっくりと月を眺めながらお月見してみたいはかがですか？(^\_^)



平成30年9月号

# かわらばん



### 病気のサインは顔に現れる！？

眉間と目は肝臓、目の下は腎臓、鼻は心臓、頬は肺、唇は胃と腸といった具合に、顔のパーツと内臓には相関関係があります。これらの位置に血色・膨らみ・へこみ・シワ・シミ・吹き出物といった急な変化が見られたら、その関係する内臓に不調が出るようです。

今回は『腎不全などの腎臓疾患』について。腎臓は老廃物を排泄し、解毒のために働いてくれる臓器で、目の下と関係する。目の下に膨らみやたるみ等が現れると、腎臓の機能が低下しているサインです。

#### ◆おすすめエクササイズ◆

太ももの内側、膝から鼠径部まで四等分した最も膝よりの部分を指で解す(左右)。この部分に血海という腎臓の血流改善のツボがあります。また、海藻類を摂取したり、腎臓周辺を温めるのも◎ですよ！

福島ウエルの  
簡単ツボ講座～☆

今月は…

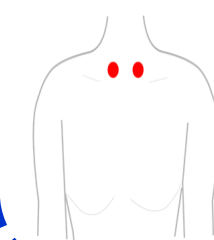
### 胃腸の働きを活発に！

#### 『気舍(きしゃ)』

胃腸の働きが活発になるため、飲み過ぎ・食べ過ぎで胃がもたれている時や、お腹にガスが溜まって苦しい時など、頼りになるツボです。また、喉の痛みや腫れにも効果があります。

#### ツボの場所

左右鎖骨の内側周囲にあるくぼみ。



#### やりかた

人差し指の腹で優しく押します。あまり押しすぎないように。



#### 《営業担当》

武田 ・ 菊地  
箭内 ・ 谷  
渡部

訪問リハビリマッサージの

## 福島ウェルフェアサービス

郡山市堤二丁目 170 番地

TEL 024(951)8700

FAX 024(951)2001



お電話  
お待ち  
しております！

福島ウェルフェアサービス

