

毎月第三日曜日

楽しい話し合い・相談・情報交換ができる

オレンジカフェ静岡

10月19日 午後2時～4時

10月の
ミニ講話

『五感とよもぎの可能性』

山下 奈美江 さん やまなみ鍼灸治療院 はり師・きゅう師

五感とは皆さまご存じのように、「聴覚、視覚、触覚、味覚、嗅覚」、「きく、みる、ふれる、あじわう、かぐ」ですね。

東洋医学の基礎となる哲学、「陰陽五行思想」における五感は「目、舌、口、鼻、耳」「みる、あじわう、ふれる、かぐ、きく」といい、それぞれの感覚は内臓（五臓六腑）と深く繋がっています。

①口（脾・胃）、②耳（腎・膀胱）、③目（肝・胆）、④鼻（肺・大腸）、舌（心・小腸）、これら人間の生命活動にとって大切な感覚が発達する順番は①触覚、②聴覚、③視覚、④嗅覚、⑤味覚、劣える順番はその逆で、⑤味覚、④嗅覚、③視覚、②聴覚、①触覚と言われています。



プロフィール

- ・A&N やまなみ鍼灸治療院
はり師・きゅう師
- ・美容鍼、フェイスフィットネス、リフレクソロジー、ボディメンテナンス

さらに興味深いのは、感覚を忘れる順番は②↓③↓①↓⑤↓④。まず聴覚（聞いたこと）、次に視覚（見たこと）、三番目が触覚（触れたこと）、四番目に味覚（味わったこと）、最後が嗅覚（匂いを嗅いだこと）なのだそうです。

鍼灸師として、この五感の衰えに抗い、最期までその機能を保つお手伝いをすることは大変大きな役割であると、日々研鑽していますが、その中で私が最近可能性を強く感じているものがあります。それはお灸の材料でもある「よもぎ」です。東洋医学に照らし合わせて、感覚に与えるよもぎの効果を知っていただけましたら幸いです。

※触覚について

皮膚で外界の圧力、振動、温度、伸縮などを感知する器官。五感の中で最も原始的で発達が早く、自分の身体を守り生命維持に不可欠な情報をもたらす役割を持つ器官です。東洋医学の五感の「口」は触覚に位置します。

今月は会場のみ開催になります。

今月は、いつものように城東コミュニティプラザ・ハピスポで開催となります。オンラインからは参加できません。

会場参加希望の方は、開催時刻の二時までに、会場である城東コミュニティプラザ・ハピスポまでお越しください。申し込み不要です。参加費として百円ご用意お願い致します。また、各自水分のご持参もお願い致します。

今後のオレンジカフェ予定

令和7年11月16日(日)

松園温子さん

静岡リハビリテーション病院

リハビリテーション部 理学療法士

「肩・腰・膝の痛みをやわらげる簡単体操」



令和7年12月21日(日)

近藤匡晴先生

(医)志晴会 こんどう歯科医院 理事長

令和8年1月18日(日)

たたらなおき さん

絵本・造形作家

カフェのプログラム

一、ミニ講話 山下奈美江さん

質疑応答

二、声のワークショップ 上藤美紀代さん

認知症座談会

個別相談(斎藤幸子さん)

今月の相談担当者

今月は城東ケアプランセンターから、斎藤幸子さん(ケアマネジャー・介護福祉士)が城東ハピスポにいらして、相談にのってくださいます。



会場の写真

会場 静岡市葵区城東町 34-14

城東コミュニティプラザ HapiSpo (ハピスポディ和かな)

会場提供 社会福祉法人静和会

共催

NPO 法人ヒューマン・ケア支援機構

社会福祉法人静和会

連絡先 ☎ 090-8731-7647 (岩崎)

✉ shizuoka.orangecafe@gmail.com



バス: 静岡駅北口、5、6 番からのすべてのバスで横内町静岡学園前または巴町下車。徒歩 5 分