

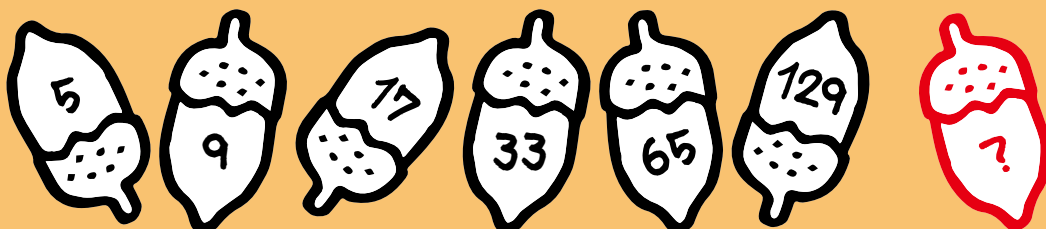
医療と介護の人と現場をコミュニケーションする[ホットライン]

hotline



数字クイズ

Q.数字の書かれたどんぐりが並んでいます。「?」はいくつ



ヒント! ある規則にそって増えているんだよ
(こたえは編集後記に)

心の健康

日本の技に出会う旅

山中漆器

身体の健康 癒しの時間

旬を食べよう 花と触れあい心身を癒す

きのこ フラワーセラピー

hotline's EYE

医療と介護の現場レポート

腰ガードベルト



蒔絵
木地挽き・木地固め・塗りの工程を経て、漆で文様を描き、金銀粉を蒔き、さらに加工研磨して、蒔絵を仕上げます。



うるし座



大平棗(扇面)

ます。その成果のひとつが、素地・塗料・蒔絵用スクリーンインキに至る材料の全てに、外因性内分泌かく乱物質(環境ホルモン)を含まない「給食の器」の開発です。材料のPET樹脂は、燃やしてもダイオキシンを発生せず、リサイクルも可能です。手にやさしく機能的なデザインは、全国の子どもたちからも人気です。伝統と歴史に育まれた「江戸の粋」を現代に伝える、古き佳き「山中漆器」の魅力を追求しつつ、新しい時代の安全でエコな食器作りを模索する「山中ブランド」から目が離せません。



Yamanaka

日本の技に出会う旅

山中漆器



Meets Japan

“江戸の粋”を今に伝える名工の技

山中は、漆器と湯の町。千三百年の時を越えて古より湯治客や文人墨客が訪れる山間の里で、「山中漆器」は、独自の発展を遂げてきました。

「山中漆器」450年の歴史は、木地から始まりました。天正年間(1573~1592年)に、豊富な木材資源を求めた木地師が、山中温泉の上流の真砂集落に移住したことが起源とされています。木製の日常雑器は、江戸時代になると、京都をはじめ全国から名工を招き、高度な塗りの技を開発。繊細な轆轤挽や華やかな蒔絵で彩る椀や皿、盆などや茶道具などが生まれ、石川県を代表する地場産業として発展しました。昭和30年代には、実用的な近代漆器を普及させ、世界市場に向けた山中ブランドを確立、昭和60年代には、山中は日本最大の漆器産地に成長しました。

門で多くの職人が伝統工芸士の認定を受け、社会的評価も向上。江戸時代の「構」組織からの歴史がある山中漆器連合協同組合には、山中漆器に従事する全ての業者が加入し、技術向上や産地のルール作り等の重要な役割を果たしています。伝統漆器に関しては、JOY(Japan Original Yamanaka)の認定証とマークを交付。木地・下地・上塗・蒔絵の技術者の氏名を明記するなど、工芸品としての品質・価値を保証するもので、消費者、流通関係者から高い評価を得ています。

昭和50年に木地・塗・加飾の各部

近代漆器分野では、「地球環境への配慮と健やかな暮らし」をキーワードに、新しい山中ブランドの確立を目指す研究プロジェクトを始動させてい

鶴仙溪 山中を流れる大聖寺川沿いの黒谷橋からこおろぎ橋までは、鶴仙溪遊歩道が整備され、四季折々の豊かな自然を楽しめます。



協同組合の「漆器の神輿」 こいこい祭りは、歌と踊りの一大絵巻が繰り広げられる山中温泉最大のイベント。湯女神輿、若衆神輿、大獅子の巡行なども。



山海の味覚 日本海が近く、加賀・橋立漁港から新鮮な魚介類が届く山中温泉。山海の旬の美食が味わえるのも魅力です。



名湯「山中温泉・菊の湯」 芭蕉の句「山中や菊は手折らじ 湯の匂い」から命名された総湯「菊の湯」は、1300年前と同じ場所に。泉質・泉温：カルシウム・ナトリウム一硫酸塩泉、48.3度



●写真：山中温泉観光協会 www.yamanaka-spa.or.jp
山中漆器連合協同組合 <http://www.kaga-tv.com/yamanaka/>
株式会社我戸幹男商店 www.gatomikio.jp



山中座外観と山中座ホール全景
伝統芸能「山中節」にふさわしい檜舞台と松羽目。山中漆器の技を尽くした格調高い造りにご注目。

加賀温泉郷の一角、自然豊かな山中温泉

今から1300年前に奈良時代の高僧・行基が発見たと伝えられる「山中温泉」。松尾芭蕉は、有馬・草津と並ぶ三名湯と讃えました。美しい渓谷の風景とともに、日本海が近く新鮮な山海の味覚が楽しめるのも魅力です。秋のお奨めは、9月22、23日の歌と踊りの最大イベント「こいこい祭り」、鶴仙溪に設けられる京都・鴨川を想わせる「川床」、10月29、30日の展示会JAPAN漆YAMANAKA、そして11月半ばに最高潮を迎える、渓谷の紅葉です。

しめじとキノアのサラダ

栄養満点のキノアとしめじのコンビネーション。

エビのアクセントで彩りも楽しく。

材料(2人分)

しめじ	200g
エビ(中)	4~6尾
キノア	1/4カップ
水	1/2カップ
ニンニク	1片
塩、こしょう	少々
オリーブ油	大さじ1
レモン汁	1/2個分(大さじ1)
イタリアンパセリ	適宜

- キノアはさっと洗い、分量の水に塩ひとつまみ加え、炊飯器または鍋で炊く。エビは頭、背わた、殻を取り、片栗粉でもみ洗いで水気を取っておく。しめじは石づきを取ってほぐす。
- フライパンにオリーブ油を入れ、弱火でスライスしたんにくを炒め、香りが立ってきたら(1)のしめじと2つに切ったエビを加えて炒め火から下ろす。
- (2)に(1)のキノアを加え、レモン汁、塩、こしょうで味を整える。
- 器に盛り、みじん切りしたイタリアンパセリを加える。



キノア

南米原産の雑穀類。栄養成分が豊富で栄養価も高く、グルテンフリー、低GI値の超優良健康食品。コメに比べ糖質は少なく、食物繊維、フィトエストロゲン、ポリフェノールなどを含む。美容やダイエット食品として話題となっている。



監修・料理
小菅 陽子 先生

料理研究家。女子栄養大学生涯学習講師。フランス、オーストリアで製菓、料理を学ぶ。現在「美と健康の料理教室」と「お菓子教室」を主宰。寒天や海藻のセミナー、TV出演他アンチエイジング料理に力を入れた料理本など著書多数。

小菅先生の新刊が出ました。『焼くだけ&ちよっと塗るだけNaked Cake』(小学館)。最近、欧米で話題のちよっとおしゃれなNaked Cakeを紹介します。



ミックスきのこのクリームスープ

いろいろな種類のきのこをたっぷりに使ったミルクベースのスープ。作り置きして朝食にも。

材料(2人分)

きのこ(マッシュルーム、しめじ、えのきなど*)	200g
玉ねぎ(みじん切り)	1/2個分
小麦粉	大さじ2
パイオン	1/4個分
ナツメグまたはこしょう	少々
バター	大さじ2
牛乳	500cc
塩	小さじ1/2

※エリンギ、マイタケなどお好みのきのこを使っても、また1種類でもOK!

- きのこはそれぞれ石づきを取り、食べやすい大きさに切る。
- 鍋にバターを弱火で溶かし、玉ねぎを透明になるまで炒め、(1)を加えてやわらかくなるまで炒める。
- 小麦粉を加えて全体になじませながら弱火で炒める。牛乳を一度に入れ、中火でとろりとなるまで加熱する。
- (3)にパイオンを入れ、塩、ナツメグで味を整える。



旬を食べよう きのこのこ

「味覚の秋」の食卓に欠かせないきのこは、古くから栄養価の高い食材として人々に愛されてきました。古代ギリシアでは、「西洋医学の父」と称されるヒポクラテスがすでにきのこの治療効果について語っており、また栽培も始まっていました。シイタケやしめじなど、よく知られているきのこは栽培ものが多く一年中食べられますが、やはり食べごろは秋。その効果は種類によってそれぞれですが、コレステロールや血圧を抑制したり、がんの原因となる活性酸素を消す働きがあるなど、きのこは健康増進、病気予防の超優等生食品なのです。

mushrooms

医療と介護の現場レポート

NOW & FUTURE

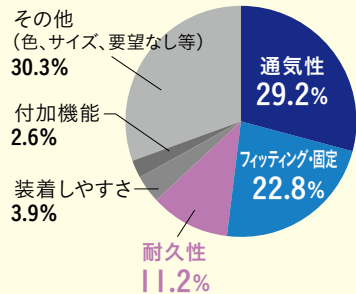
腰椎を強力にホールド！ 腰痛ベルト使用者の要望を満足させる 高機能の腰ガードベルト

使用者が求める3大機能

「通気性」「フィット感」「耐久性」

腰痛防止ベルト使用者3万人にアンケートした結果、ベルト使用者がベルトに求める機能の上位は、「通気性」(29.2%)、「フィット感」(22.8%)、「耐久性」(11.2%)でした。

腰痛ベルトに求める機能



腰痛ベルト使用者
約30,000人に聞いた
求める3大要望

通気性
耐久性
フィット感

2015年12月 対象者:32,087人 白十字(株)調べ

この使用者の声に応える品質・機能を持った腰痛ベルトが、
白十字の腰ガードベルトです。

●通気性

メッシュ素材を使った独自開発のダブルメッシュ構造で、不快なムレをカット。

●耐久性

信頼性のある国内縫製工場丁寧で1個ずつ手作りしております。耐久性のある素材を使用しておりますので、長期にわたる慢性的な腰痛対策にもおすすめです。

●フィット感

背面の腰骨に沿って走るX(クロス)ベルトは、包み込むように腰椎を強力にホールドし、さらに大判の姿勢保持プレートが腰部を幅広く支えます。滑車の原理(滑車機能)で弱い力でも簡単にギュッと引き締めることができます。また本体と腹圧コントロールベルトのW(ダブル)ベルトで、しっかり固定してズレを防ぎます。フィット感、安定感は抜群です。

FAMILY CARE 腰ガードベルト

〈サイズラインナップ〉 FC 腰ガードベルト(男女兼用)

S~Mサイズ W65cm~90cm
L~LLサイズ W85cm~110cm
LL~XLサイズ W95cm~130cm



FC 腰ガードベルト 特徴



滑車機能
滑車の原理で弱い力でも簡単にギュッと引き締めます。



ダブルベルト
腹圧コントロールベルトでしっかり固定、ズレを防止。



大判の姿勢保持プレートが腰椎を幅広く支えます。

マジックテープ®でベルトとベルトを重ねて装着できます



クロスベルト
背面X(クロス)ベルトが腰椎を強力にホールドします。

使用者の要望に適合した腰ガードベルト。
どうしても腰を使う仕事が多い方、
長時間腰が固定される運転などの機会が多い方、
また以前に腰痛を経験された方の
再発防止などに、非常に有効です。

編集後記

9月に入り暑さも徐々に和らいていき、過ごしやすくなりましたね。寒暖の変化もまだまだありますので、体調管理には十分気を付けましょう。

【表紙クイズのこたえ:257】

癒しの時間

フラワーセラピー
花と触れあい
心身を癒す



フラワーセラピーは、花と触れあうことを通じて心身をリラックスさせ、ストレスや疲れ、悩みなどを解きほぐしてくれる癒しの効果があります。

POINT

1

花はすべて葉を取り、茎を短く切ります(7~10cm)。花の大きなダリアから位置を決めて挿していきましょう。



2

トルコキキョウ、ケイトウと挿していき、最後に比較的明るい色の小菊(マム)でアクセントをつけていきます(写真ではオレンジカラーを使用)。※お好きな花に代えたり、付け加えても楽しめます(例えばバラ、コスモス、紅葉など)。



3

花の間をグリーンで埋めていきます。蔓草や実のついたグリーンを使うと動きが演出できます(写真ではバジル、ピバーナムティナス、ディアポロを使用)。茶器や和紙などの和小物で雰囲気を出して完成。部屋の片隅に、低い卓上台の上で。



“和”のイメージで、 落ち着いた秋を楽しみましょう。

季節は、暑かった夏の疲れを癒す秋に移ってきました。花屋さんの店先には秋色を彩る花があふれています。しっとりとした秋のイメージは「和」。そこで、秋のお花をいっぱい使って和を表現してみました。大輪のダリアを中心に、マム(小菊)、トルコキキョウ、ケイトウがカラフルな中にも渋みのある大人の秋を感じさせてくれます。食器や和紙などの和小物たちも趣を出しています。



ダリア

キク科ダリア属の球根植物。メキシコ原産でメキシコの国花。花色は豊富。花言葉は「華麗」「優雅」「威厳」「移り気」。日本へは江戸時代、オランダから持ち込まれた。ボタンに似ていることから「天竺牡丹(テンジクボタン)」と名付けられた。



監修
アレンジメント
内田 順子 先生

花と心理学を融合した「フラワーセラピー」の第一人者。フラワーセラピストの育成に取り組んでいる。著書に『お花を飾る習慣が子どもを育てる』(中経出版)、『恋がかなうハッピー花セラピー』(メディアファクトリー)など。

やわ楽^{らく}パンツ、誕生。

この「はき心地」、お見知りおきを。

白十字さんからね、

新しい大人用おむつが出たんです。

名前は「サルバやわ楽^{らく}パンツ」。

年を重ねると、おながが大きくなって、

お尻は下がってきますよね。

それに合わせてこのパンツは、

おなかとお尻はゆったり、

でも、肝腎なところはびつたりと。

だから、モレにくいのに、

座っても苦しくならない。

楽なはき心地なんですって。

えっ？はいてみなきゃわからない？

そう、おつしやる通り！ぜひお試しを！

お悩みの方に、きつとおあつらえ向きですよ！

おなかとお尻は
優しく包み

ゆったりフィット

モレやすい背中
まわりと下腹部は

びつたりフィット



さらに

どんなパッドもしっかり固定。

素肌と同じ弱酸性素材で、肌に優しい。

六代目 三遊亭 円楽



白十字の
大人用おむつ

くらしにやわ楽プレゼント！
実施中

〈薬局・DSでの購入向け〉



〈施設・病院向け〉



キャンペーンの
お問い合わせ先

サルバキャンペーン事務局

0120-48-5550

(10:00～17:00 土・日・祝日を除く)



白十字お客様相談室

0120-01-8910

(9:00～17:00 土・日・祝日を除く)



白十字