

小金井市 岡田 さわ子(69)

ごま子が逝き一年と少し過ぎました。

九月一日「ごま子、父さんが又登山に行くよ守って頂戴ね」と、祈りました。

一年前の九月二日登山出発の朝のこと、立ち上る事すら出来ない程弱ったごま子が、「ギヤー」と声にならぬ様な声を出し倒れ乍ら、朝食を取っている夫の元に来ました。床に倒れ苦しそうな息、しぼり出す様な声でニヤーと。温かい胸が大きく揺れ、その胸に手を当てると、コトコトと心音が伝わりました。

「ごま子良く来たね、苦しいね」と。すると胸が静かになり心音が消えました。父さんにありがとうが言いたかったのね。登山出発前の出来事でした。

まだ暖かいごま子を抱っこし、夫を見送りました。まだ六才のごま子、早い別れです。苦しいのに、良く別れを言いに来てくれました。

ありがとう!!

金と銀の目、真っ白なごま子。

小さい時、耳の間に黒い毛がほんの少しありました。黒ごまみたね。取り敢えずごま子、名前が決まるまで。

軽い気持ちで「取り敢えずごま子」と呼んでいるうちに、いつの間にか黒い毛が消えてしまいました。そしてすっかり「ごま子」と呼ぶ様になつてしまいました。

小さい時から抱っこで、野川を散歩しました。じつと抱っこされているごま子が、はけの道の階段の下まで来ると、「自分で帰れるよ」と、ピョンと飛び降り階段をかけた上り、走りに走り、追いかける私を、門の前で待つておりました。かわいい子でした。一年が過ぎやつと思いを書くことが出来ました。とり敢えずごま子。ごま子ちゃんありがとう!! 母さんより

ペットと共に五十年

匿名(85)

一年振りにペットに会いに慈

恵院を訪ねる。八月十五日の終戦記念日である。暑さきびしい日はあったが多くの参拝者がおり、恐らくペットたちも喜んでいであろう。

想いおこせば私が最初に飼った動物は犬であり、小学校四年の時であった。しかし、父の死去、戦争の激化、敗戦、社会の混乱などにより、昭和四十年頃まで、ペットとの共同生活はなかった。(理由は戦後のきびしい社会状況、アパートでの一人暮らし)ある時、小学生の娘の友人より犬を購入して欲しいとの依頼。当時、一月分の給料を全て当てた。ホイペットと称する競走犬である。以来今日まで五十年。犬猫のペットと共同生活になる。

私の家族は四人、しかし時にはペットの数が十頭以上という時期があり、恐らく今日まで三十頭以上を飼育した時期もあった。顔、毛並み、大きさの違いがあるが、それぞれに個性がある。良さがあ。違いはあるが可愛いさは同じである。

しかし、七十歳を過ぎ、仕事から解放され、在宅時間が多くなるとペットとの交流が一層多くなる。それだけ愛情が深まるといえるよう。

平成二十一年八月二十日に旅立った桃太郎(14才)と二十四年六月二十七日にこの世を去った愛(17才)は兄妹である。わが家で誕生、一生わが家で生活した二頭である。

朝・夕の一時間近くの散歩が私の家庭生活の最大の仕事であった。それだけ二頭とも私のいうことと良く聞いてくれたペットである。妻を亡くした私にとっては、最も身近な家族の一員であった。

二頭がいなくなった時、二度とペットは飼育しまいと思っていたが、娘が毎日の生活を豊かに充実したものにするにはと考えたのであろうか、ボストン・テリア(桃次郎)とトイ・プードル(ナナ)の誕生三ヶ月足らず二頭を購入してくれたのが昨年初頭である。

再びペットとの共同生活が始まり、充実した日々を送っている八十五才の老人である。

動物の霊が 守ってくれている

野坂獣医科 院長 野坂 宏

おとこ百から

はなもみを

六十七は

はなたれ小僧

せくな 急ぐな

来世もあるよ

平櫛田中

早いもので、開業して四十年以上になります。

当初、小動物の平均寿命は三歳でした。六年も生きていけば、長寿犬として表彰されました。最近は、IT革命もあり、医学の技術の進歩は、ものすごいものです。かつて、若年動物は、

重症な感染症に罹り、多くの動物は、慈恵院の山門をくぐって行きました。今は、

高齢の動物達が、命をまつとうしています。

三十年程前、飼主さんが

田舎で、法事があるということで、高齢のポメラニアン、

マリちゃんを預りました。

マリちゃんは、急に心不全が悪化し、亡くなりました。

飼主さんとの連絡先をうかがっていなかつたのと、夏の暑さもあり、途方にくれていました。夕方になり、

飼主さんから、田舎の親戚から電話があり、マリちゃ

んが具合が悪くなつたので、直ぐに病院に連絡取る様に言われたそうです。親戚に、女の人から電話があつたことでした。

飼主さんは、翌朝急遽戻

つて来られ、マリちゃんを、

慈恵院に連れていかれました。

翌日、落ち着いたので挨拶にみえました。

私は、飼主さんとなか

か連絡が取れなかつたのに、どうして連絡がとれたのか

不思議だと、お話ししましたら、飼主さんも驚かれて

いました。ひよつとしたら、

マリちゃんが電話したのかと思ひました。女の人から

電話があつたとのことで、不思議なことがあるものと、そのとき思つたものです。

又、中越地震があつた時のこと、当日午後から、家

内が実家の新潟に行くこと

になつていました。しかし、

急に入院している猫の具合

が悪くなり、新潟行きは中止

夕方、中越地震があり、交

通網も遮断され、電話連絡

も出来なくなつていました。

この時、家内が行つていたら、

しばらく東京に帰つて来れず、

大変なことになつただろう。

これは、猫が救つてくれた

のだと思ひました。

私も、古希を一つ越えた

年になりました。平櫛田中

さんが言われる様に、まだ

まだはなたれ小僧です。こ

れからも沢山の動物の霊に

見守られながら、命ある動

物たちを診察して行くつも

りです。



花粉症

花粉症は、植物の花粉が引き起こすアレルギー疾患です。原因植物は50種類以上ありますが、日本では花粉症全体の約70%をスギ花粉症が占めています。患者さんは年々増加しており、子どもにも増えてきています。一度花粉症を発症すると、毎年繰り返すようになります。発症を予防し、重症化を防ぐには、花粉の飛散が始まる前からの予防対策が肝心です。

●花粉が引き起こすアレルギー疾患

花粉症は、植物の花粉が引き起こす季節性のアレルギー疾患です。最も患者数が多いのは、1月下旬〜4月にかけて花粉が

ながた内科クリニック

院長 永田 宏

TEL041-369-0707

飛散するスギ花粉症ですが、3月〜5月にはヒノキ、8月〜10月にはキク科のブタクサやヨモギ、イネ科のカモガヤなど、花粉症の原因植物は50〜60種類あるといわれます。アレルギーは、本来は体に有害な異物を排除して体を守る「免疫」によって起こります。風に乗って飛散する花粉が鼻や目、のどの粘膜などから体内に入ると、体は花粉を異物（これを抗原といいます）と認識し、免疫の働きで追い出そうとします。この反応が過剰に起き、さまざまな症状が引き起こされた状態がアレルギーです。

花粉症は、毎年花粉に接触しているうちに、ある年突然発症します。現代人は、食物や環境の中のさまざまな抗原に対してアレルギーになりやすいといわれ、花粉症も小さな子どもから高齢者まで幅広い年齢層で見られます。

●くしゃみや鼻づまりに目のかゆみを伴えば

花粉症の主な症状は、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみです。このほか、のどの痛みやかゆみ、頭痛、微熱などが見られることもあります。症状は、かぜと勘違いしやすいのですが、花粉の飛散時期に現れたら、花粉症を疑って医療機関で診断してもらいましょう。また、目のかゆみは、かぜと判別するひとつの目安となります。症状が重くなると、頭がボーッとして集中力がなくなったりして、仕事や勉強など日常生活に支障が出てきます。特にスギ花粉症の時期は、受験や新入学、就職、異動などの時期と重なりますので、早めの対応が肝心です。小さな子どもの場合は、自分で症状をうまく説明できません。熱はないのにくしゃみや鼻水が止まらない、口呼吸をしている（鼻がつまっている）、鼻をよくいじる鼻がムズムズする、しきりに目をこする（目がかゆい）などが見られたら花粉症かもしれません。

●症状が出たら早めに検査を

花粉の飛散時期に症状が出たら早めに受診して検査してもらいましょう。

鼻鏡検査 びねんまく 鼻粘膜のむくみや炎症など、鼻の中の状態を調べます。

好酸球数測定 こうさんきゅう 好酸球は白血球のひとつで、アレルギーがあるが増加します。血液や鼻汁中の数を調べることで、重症度もわかります。

特異的IgE抗体検査 抗原（花粉などが体内に侵入すると、その抗原だけに結びついて排除す



花粉症で困っていること、抑えたい症状を医師に伝えましょう

ことわざの意味

(表) 角の形を直そうと無理に曲げて、かえって牛を殺してしまう。

(裏) わずかな点を直そうとして度がすぎ物事を台無しにする。(8)

る抗体という免疫たんぱくができるので、血液中の抗体の種類と量を調べて、アレルギーを起している原因物質を特定します。

●内服の初期療法が有効 新しい減感作療法も

花粉症の治療は、アレルギーを抑える内服薬や点鼻薬、点眼薬を用いる対症療法が中心です。作用の異なる薬が多種類あり、症状や重症度に応じて適切に使い分けて、症状の出現を抑えたり、軽減させることができます。毎年、症状に悩まされる人は、花粉が飛び始める前から内服を始める初期療法(季節前投与)が効果的です。鼻つまりが特に強い人には、鼻粘膜をレーザーで焼いて花粉の侵入を阻止する下鼻甲介粘膜焼灼術があります。花粉の飛散がない時期に行い、効果は5〜10年持続するといわれています。なお、市販の点鼻薬には注意してください。医師が処方する、鼻粘膜の炎症を鎮めて鼻つまり

を改善する鼻噴霧用ステロイド薬と違い、多くは鼻粘膜の血管を収縮させて(血管収縮薬、鼻通りをよくする薬です。即効性が高く、一時的には薬になります)また鼻がつまります。漫然と使っていると鼻粘膜が肥厚し、鼻つまりがかえってひどくなり、治療も難しくなります。対症療法に対して、アレルギーそのものに働きかける治療が根本療法です。代表的な治療が減感作療法(抗原特異的免疫療法)で、抗原のエキスを低濃度から注射などで体に入れ、少しずつ濃度を上げて体を抗原に慣らし、アレルギーを起こさないようにします。減感作療法は、これまでスギ花粉症に対して皮下注射で行われていましたが、2014年に、舌下からスギ花粉エキスを吸収させる舌下免疫療法が実用化されました。花粉症は一度発症すると、毎年症状を繰り返します。花粉の飛散に備えた早めの対策とセルフケアで、花粉シーズンを快適に乗り切りましょう。

セルフケアで花粉をシャットアウト!

日常生活の中で花粉を避けることが花粉対策のポイントです

- 花粉情報を毎日チェック
花粉症シーズンには、テレビやラジオ、新聞、インターネットなどで最新の花粉の飛散情報を伝えているので、毎日チェックしましょう。
- 外出にはマスク、メガネ(ゴーグル)、帽子を忘れずに
目、鼻、口は花粉の最大の侵入口。マスクは鼻、口から入る花粉を1/3以上カット、メガネは目から入る花粉を1/2以上カットします。花粉用のマスクやメガネなら、さらに効果的です。
帽子は髪に花粉が付着するのを防ぎます。
- うがい、手洗い、洗顔、洗濯
外出から帰ったら、まずは花粉を洗い流しましょう。
- 家に入る前に花粉を落とす
外出から帰ったら、ドアの外で衣服や髪についた花粉を払い落としましょう。



- こまめに掃除
屋内の花粉やハウスダストをこまめに除去しましょう。空気清浄機の性能が落ちないように定期的にフィルターの掃除をしてください。
- 洗濯物、布団は外に干さない
花粉が飛散する時期には、ふとんや洗濯物を屋外に干すのは控えましょう。
- 結露の抵抗力を落とさない
過度の飲酒や喫煙は鼻や目の粘膜を刺激し、抵抗力を落とすので控えましょう。
ストレスをためず、規則正しい生活、バランスのよい食事、十分な睡眠を心がけましょう。
- ペットの毛にも要注意!
犬や猫などペットの毛にも花粉は付着します。こまめにブラッシングして花粉を落としましょう。このとき、メガネやマスクの着用を忘れずに。
- 飛散量の多い日は窓を閉める
屋内に花粉が入ってこないように、飛散量の多い日は窓は開け放さず、換気口も閉めましょう。
- 花粉がつきにくい衣類を着用
花粉がつきにくいポリエステルなどのツルツルした化学繊維素材の衣服を着用しましょう。

ことわざの意味

- (9) (表) コマが十分廻ったあげく、倒れてしまう。
(裏) 自分ひとり大張切りに働き、結局力つきてしまうこと。



彼岸法要会



(27. 9. 23 合同法要)

作文募集

- ペットとの思い出、出来事など作文にしてお寄せ下さい。(800字以内)
 - 尚、作文には題名を必ずご記入下さい。
 - 応募作品は返却いたしません。
 - 住所・氏名・年齢・電話を明記し、慈恵院編集部宛お送り下さい。
- 掲載は随時とさせていただきます。



●本山：東京都府中市浅間町2-15-1 〒183-0001
TEL.042-365-7676 FAX.042-336-3888
 URL <http://www.jikeiin.jp>

●足立別院：東京都足立区加平1-14-3 〒121-0055
TEL.03-3628-7676 FAX.03-3628-7679

編集後記

福島県大玉村とペルーのマチュピチュ村（遺跡で有名）が友好都市協定を結んだ。約百年前の日本人移民、野内与吉氏（大玉村）の功績によるといふ・・・。
 久しぶりに心温まるとともに日本人であることに誇りを感じたひとときでした。

健康コーナーでは「花粉症」とりあげていただきました。早めの予防を。

末筆ながら皆様のご多幸をお祈り申し上げます。

乙未霜月下浣

慈 恵 冬季号 No.53

平成二十七年十二月一日 発行

発行者 永 田 恵 堂

編集者 長 岡 天 佑

発行所 一八三〇〇〇一

府中市浅間町二十五十一
 宗教法人慈恵院 編集部

〇四二一三六五七七六

印刷所 山一印刷有限公司

府中市浅間町三十四一九
 〇四二一三六一一五二二