

成田の将来と日本の未来を見据えて撃つ！
そんなあなたにホットな話題をお送りする
最先端オピニオン紙

成田シティージャーナル

発行: ネットハウス
〒286-0825 千葉県成田市新泉 14-3
TEL 0476-89-2333 FAX 0476-89-2334
<http://www.naritacity.com>
成田市、佐倉市、印西市、富里市、香取市、山武市、船橋市
千葉市(花見川区、美浜区)、習志野市、八千代市、四街道市
酒々井町、栄町、小林、安食、多古町、横芝光町、芝山町、神崎町
発行部数: 500,000部

古代史の散策を楽しむ

Part. IX

朝鮮の歴史に秘められた新天地への道のりとは！

NCJ108H本とユタヤのハーモニーから続く

これまで、遠い昔にイスラエルの民を含む西アジアにルーツを持つ大勢の人々が、アジア大陸を東方へ向かって陸や海伝いに移動し、いつしか中国の山東省、江蘇省を中心とするアジア大陸の東北部や太平洋沿いの地域を中心に拠点を置き、東夷として知られるようになった経緯を解説してきました。中国の古代史における西アジア人の貢献は計り知れないものがあり、実際には東夷に限らず、多くの中国史における著名な政治家、宗教家、知者として活躍したリーダーの出自が、実は西アジアではないかと考えられるケースが少なくありません。

人類の発祥の地がアフリカであり、その東にあたる古代メソポタミアには大変優れた文明が発展していたことからしても、人の流れはアジア大陸を西から東に向かっており、中国もその影響を大きく受けながら、歴史が育まれていったと考えられます。そしてその人の流れは朝鮮半島に引き継がれ、日本にも、人と文化の波が押し寄せることとなります。

大陸との橋渡しとなる朝鮮

古代日本の文化遺産の多くが朝鮮半島を経由して日本に紹介されたことは、周知の事実です。朝鮮半島より日本に渡来する人々が徐々に増えるにつれて、いつしか、頻りに利用される交易路沿いに村落が発展し、日本と朝鮮間では文化交流が盛んになりました。その原動力となったのが東夷の存在です。もし、東夷が朝鮮半島を経由して日本に渡来したことが事実とするならば、その移動の軌跡が朝鮮の古代史にも残されているはずですが、しかし、朝鮮の古代史については意外と史料が少ない為、ここでは日本と同様に、中国の史書の中に含まれる東夷伝を参考にしながら、東アジアの古代史全体の流れと対比して検証することにします。

東夷伝では「倭の人々」である日本が東夷と呼ばれ、また、「東夷の国では(まず)朝鮮が国を作った」と記されていることから、少なくとも朝鮮と日本には、東夷を共通点とする親密な

関わり合いがあることに間違いはありません。また、「朝鮮」という名前自体も、「東方にある日の出の地」を示唆する言葉とも考えられ、日の出国「日本」という国名と同様に、東方の聖地を思う人々の願いが込められているようです。それ故、大陸と日本との間における文化交流の中で重要な位置を占めた東夷、及びその橋渡しの舞台となった朝鮮の古代史に親しみ、東アジアにおける人の流れを見据えることは、日本の古代史を理解する上でも重要不可欠です。

東夷伝が語る古代朝鮮とは！

東夷伝には「箕子の教化を受けた朝鮮」の歴史は、箕子が「殷の衰運を避けて朝鮮に移住」した前12世紀の殷王朝の時代まで遡り、それ以前の朝鮮については「何もわかっていない」と記載されています。当時、殷の最北端に箕は位置し、そこには多くの異民族が混在していました。それらの民族に対して、殷王朝の一族である箕子は、農業や養蚕、機織と商業の技術を広め、礼法をもって社会を教化することに努めたのです。政治家としてその手腕をふるった箕子の功績は大いに認められ、殷王朝の発展に寄与しました。その後、箕子は一時期、箕国にて封じられるも、殷の滅亡後、最終的には東方の朝鮮半島に亡命し、その北西部の大同江流域に国家を創設します。殷の遺民を率いて朝鮮へ移住した箕子は、そこで晩年を過ごしますが、引き続き民衆を教育しながら最終的には朝鮮国家を樹立させたことから、箕子朝鮮と呼ばれるようになりました。

箕子の特筆すべき点は、人々に法と掟を教えたことにあります。その結果、庶民が法に従うようになり、治安も乱れることなく、法国家は「七-八百年も続き、それゆえ東夷は、一般に穏やかに行動し、心に慎むことを慣習としている」と史書に記載されています。また、箕子が、「東夷」の諸民族の一つであると明記されていることも注目に値します。これは東夷のルーツが「東」という言葉に捉われることなく、西方の箕国や、西アジ

アであっても良いことの証です。隋書列伝には、箕子の教化が「先哲の遺風」として「千年もの後にも絶えなかった」とも記されており、その卓越した「先哲」を習得した箕子の学識の背景には、西アジアのシュメール、及びイスラエル系の宗教文化や教育の影響が強く関与した可能性があります。箕子朝鮮については考古学的には未だに立証は難しいものの、今後の研究に期待が寄せられます。

歴史の転換期となる秦の存在

箕子の子孫によって統治された古代の朝鮮は、縄文時代の日本と同様に人口も少なく、人々がおよそ穏やかに過ごした時代が長く続いたと想定されます。そして箕子朝鮮よりも南に位置する朝鮮半島の大半は原始林に覆われ、政治的にも空白の地でした。ところが秦の建国と滅亡を機に、その平和な朝鮮に大きな変化が訪れます。

前221年、中国では秦国が、韓、趙、魏、楚、燕、斉の六国を併合して一大国家を形成しました。中でも太平洋沿岸の遼西郡から遼東郡にかけて、中国と朝鮮半島の中間に位置した燕は、戦国時代には七雄の一つとして君臨し、中国史上、重要な位置を占めてきました。その始祖は中国周代の宰相、召公奭であり、召族は宗教的伝統を誇る一門として、西方の祭祀権を王朝から委譲され、西史召とも称されました。よって、燕のルーツは祭祀色の濃い文化背景を持つ西アジアにあるのではないかと推測されます。ところが燕は秦によって滅ぼされ、併合されてからは事実上、国外における属国となります。そして隣接する朝鮮半島には官吏が派遣されるも、野放し状態となりますが、この燕から後の朝鮮王が誕生することになります。

その後、中国を統一した秦国は前207年、前漢の初代皇帝、劉邦によって滅ぼされます。秦の始皇帝のイスラエル・ルーツ説は以前からくすぶっていますが、その秦を滅ぼした劉邦は、東夷の拠点の一つである江蘇省の出であり、容姿も一見西アジア風で、顔が長くて鼻が高く、

龍顔に立派な髭をしていました。また、劉邦の皇后である呂雉の父は山東省の有力者、呂公であり、秦の時代に始皇帝を支えて政権をふるった呂不韋一族の流れを汲んでいるとの指摘もあります。更に呂不韋の出自はイスラエルのレビ族であり、始皇帝の父親ではないかという説もあります。秦国の崩壊が、つまるところイスラエル系同士の権力闘争に起因しているとするならば、大変興味深いことです。

いずれにしても秦国の崩壊は、イスラエルの復興に望みを抱いていた多くの東夷が秦に見切りをつけ、新天地に向けて旅立つ決意を促すこととなります。また、地域戦争の勃発と繰り返により、国を後にして旅立つ多くの難民も生まれ、結果として東方への人の動きが活発化しました。この民の流れに沿って、衛氏朝鮮が誕生します。

異国民の坩堝となった朝鮮半島

前漢の初期、高祖として君臨した劉邦の周辺には権力闘争による殺傷事件が相次ぎ、中国の内政事情は混乱を極めました。遠隔地の統治は手薄となり、属国である燕国は更に勢力を失います。更に前197年、東方の朝鮮は遼東地域の境域外とされ、「遠くて守ることが困難」という理由から、燕の従属でありながら現実的には放置されたのです。そして前195年には燕王の盧縮が匈奴に亡命し、燕国は政治的混乱に陥ります。既に東方にむけて民族の移動が始まっている機運もあり、それを天与のチャンスとして逃さなかったのが、朝鮮王国の創始者である衛満です。

前195年、史記によれば「燕国の人、衛満が亡命して朝鮮にわたり、その王となりました」。燕の將軍衛満は、1000名以上もの同志を連れて朝鮮に旅立ち、箕子朝鮮の王を排除して国家を樹立したのです。これが衛氏朝鮮の始まりであり、朝鮮有史では、考古学的に立証できる最古のものであると考えられています。衛満の出自である燕の諸習慣も、箕子と同様に宗教祭祀色が強く、東夷の軌跡には、常に宗教的儀式や祭祀色の強い文化が絡んでいることは注目に値します。

しかしながら衛満は、箕子朝鮮の時代から培われてきた法の運用を軽視し、孔子の後の時代から継続してきた王朝との交渉

や、その他、慣習を乱して漢の反感を買うことになり、前108年、右渠の代に漢の武帝により滅ぼされてしまいます。その結果、朝鮮は漢の植民地となり、楽浪郡を初めとする漢4郡が置かれて目先は分割支配されたかのように見えました。しかし実際の領土や政権においては移転や廃止が繰り返され、4世紀半ばまで朝鮮半島は、北は衛氏朝鮮の名残である楽浪郡、そして南は三国のルーツとなる馬韓、辰韓、弁韓の領域に分かれていきます。

この変動の激しい混沌とした時代の根底には、朝鮮半島を目指して各地から移動する東夷の存在と、西方から訪れる無数の難民の存在があり、朝鮮周辺が正に異国民の坩堝と化していたのです。しかもその多くは、日本の地を目指して移動する途中の一時寄留者であり、半島の情勢は目まぐるしく変わっていきます。よって3世紀初頭に魏が興り、後237年から240年にかけて魏は大軍を派遣して楽浪郡を支配し、東夷を完全に治めることとなりますが、この時点では朝鮮周辺に勢力を持っていた多くの東夷の姿はありませんでした。その理由は明確です。既に日本へ渡来していたのです。

東夷伝による民族移動の証言

中国の東北部から朝鮮半島に向けて大規模な民族移動があったことは、東夷伝の記述から察知することができます。史書で使われている東夷という言葉は、秦以前と、漢以降では意味が変わることに注目です。秦以前の東夷とは、主に山東省、江蘇省等の、中国北東部に居住する異国民を指しています。しかし漢以降の東夷は、朝鮮半島、及び日本列島も含めた地域の異国人を指すようになり、その違いは後漢書などの前書きにも強調されています。その背景には、中国の東北部に長年拠点を持っていた東夷が秦国の滅亡を機に、移動したことが考えられます。東夷が目指した方向はひたすら東方であり、太平洋沿岸に一旦北上するも、北京周辺の燕国とも呼ばれる河北省から、満州として知られる遼寧省の地域周辺を通り、そこから朝鮮半島へ辿り着いたのです。よって東夷の意味は必然的に変わることになります。

史記朝鮮伝には、衛満が衛氏次頁に続く

古代史の散策を楽しむ Part.IX (前頁より続く)

朝鮮を設立した後、「故の燕・斉(山東省)からの亡命者」が続々と朝鮮を訪れるようになったことが記されています。更に注目すべきは、「満から子をへて孫の右渠に至ると、漢から招きよせられた亡命者はますます多くなった」という記述です。更に瀛伝には、前漢の時代に中国が「大変混乱したので、燕・斉・趙の人々で(この混乱を)避けて移住したものが、数万人もいた」と書かれています。瀛はその北の「高句麗と同族」であり、更に北方の扶余の国も「本来は瀛族の地」、隣接する沃沮も王が「亡命者である」と公言し、瀛と同族でもあることから、後漢書では東北朝鮮の中心を瀛とみなしていました。その朝鮮、及びその東北部に向けて、前2世紀以降、大勢の移民が中国より押し寄せてきたのです。

この民族移動の流れに沿って、前2世紀当初、箕子朝鮮、

及び漢4郡の北部にあたる地域にあった広大な瀛の拠点は、いつしか日本海に面する朝鮮半島東北部周辺の勢力として台頭し、北は高句麗、南は辰韓と接するようになりました。瀛が辰韓に隣接する地域に拠点を移動した背景には、そこが最も東に位置するということだけでなく、辰韓には楚の項羽と漢の劉邦の争いから逃れた秦の人々の子孫が多く、日本への架け渡し役として重要な位置づけを担っていたからではないでしょうか。そして日本を目指した東夷の多くは辰韓周辺に滞在し、同様の志を持っていたと考えられる瀛も、この民族移動に積極的に加担したと考えられます。こうして朝鮮半島を拠点とした東夷は、瀛や扶余、その他、辰韓の民も含め、1世紀初めから3世紀中頃に全盛期を迎えます。

この移民の流れが頂点に達した時代こそ、朝鮮半島から100万人とも200万人とも言

える無数の民が日本へ渡来した時です。結果として朝鮮半島における人の流れは激動を極め、それが政治の空白を生み、史実が古文書にも殆ど記されることがなかったのです。そして日本への移民の勢いが、ほぼ終焉を迎えた3世紀後半以降、朝鮮半島の統治力は弱体化をまねがれず、直後に瀛は、高句麗や鮮卑の攻撃を受けて敗北し、地方政権に転落します。

東夷伝には瀛や扶余の文化についても詳しい記載があり、そこにはイスラエルの宗教や文化との共通点を数多く見出すことができます。瀛の人々は、礼儀正しく、慎みがあり、恥を知る心があり、また、耕作に長け、桑を植えて蚕を飼い、綿布を織ります。また信仰面においては、山や川を尊重して特別な個所を作り、虎を神として祀り、毎年10月に天を祭るといことです。また扶余では、姦淫の罪は死刑、盗みは12倍を償わ

せ、正月には天を祭り、国中で連日飲食して歌舞し、また牛を生贄として捧げます。これらの記述を読んでいると、何故か日本の文化に通じるものを多く、感じずにはいられません

民族大移動の結果とは？

東夷の多くは、約束の地である不死の地、長寿の都を求めて、東方に向かって民族移動を続けたのでしょ。特に、衛氏朝鮮の建国を機に、朝鮮に向けて大勢の移民と、中国文化の流入が生じます。そして東へと向かう移民の波は増加し続け、朝鮮半島を南下する民も少なくなかったようです。そして最終的には100万~200万人とも言われる東夷が海を渡り、日本を訪れたのです。

その東夷の民族大移動があったが故に、中国で人口が激減する最中、朝鮮半島では人口が増加し、更に日本においても同時期、人口が急上昇したと考えら

れます。前漢、後漢の時代に中国では、不可解な人口崩壊が突如として始まります。この中国での人口の減少は、単に戦争や食料危機、自然環境の変化等では理解できない程、急激でした。しかし、大胆かつ長期にわたる大民族移動を想定することにより、人口が激減した理由をおおよそ説明することができます。また、後漢書、三国志等の史書に、衛氏朝鮮の建国後、大勢の東夷が朝鮮、東方に向けて移動したことが明記されていることも忘れてはならないでしょう。

その結果、人口密度が大変低く考えられていた朝鮮半島が、衛氏朝鮮の設立後、いつしか国家を分けなければならぬ程、大勢の民によって占められるようになりました。東アジアから朝鮮へ向けて、そして日本へ向けた民族大移動があったという主張は、もはや夢や幻ではありません。史実として見直す時がきました。(文：中島尚彦)

アンビルシゲルの木まぐれコラム 第14話 「失敗」

木作業の中では、時に失敗をしてしまうこともあります。どんなに熟練した名人でさえも、ミスをすることがあるそうなので、ミスはつきものであり、ある程度は仕方の無いことかもしれません。しかし、経験を積むことで失敗の数は減り、同時にリカバリーの方法も学んでいくので、一つひとつの失敗から受けるダメージは薄らいでいきます。それでも、木材を愛する身として、失敗によって大切な木が無駄になることはとても辛いことです。

木工家の中には木材加工そのものよりも、どの素材をどこに使うかを考えることに、より多くの時間を費やす人がいます。素材に型紙をあててみたり、少し遠くから眺めたりしながら、木目の流れや色合いをじっくり観察し、「この作品にはこの素材しかない」と思える木材を見つけることができた時、はじめて、気持ちよく作業に入ることができるのです。そんなとおきの木材が、自分の

不注意で無駄になってしまったとなると、これはもうやりきれません。同じ種類の木材で作直すことはできますが、木は生き物ですから、それはもう最初に作ったものとは別のものですし、無理やりその作品にされてしまった木材に対しても失礼に思えます。

それまでかけてきた手間ひまがすべて台無しになるという意味では、完成が近づいてからの失敗ほど精神的なダメージは大きくなります。そして作業工程も終盤に差し掛かった頃には、「早く完成品が見たい」とはやる気持ちと、「ここまで来て失敗したら大変だ」という緊張感が交錯し、心身ともに大変な興奮状態になってしまうのです。

木工家 アンビル シゲル

1971年生まれ。主にギターなどの弦楽器の製作を手掛ける木工家。1998年に単身渡米し、アリゾナ州にある弦楽器製作学校に入学。帰国後、千葉県内に自らの工房を構える。木材に対する愛情に溢れ、そしてまた造詣も深い。



成田丸のNAVI

第64回

囲炉裏の醍醐味を満喫 炉端焼ダイニング いろり家

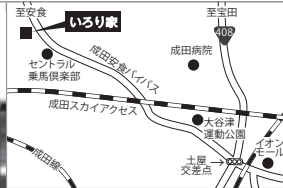
イオンモール成田から、空港通りを安食方面に向かうと、牧場横の高台に「いろり家」という異色の料亭がある。まずロケーションは格別で、窓からの眺めもレストランとしては極上。特筆すべきは店内の古風な雰囲気であり、囲炉裏の周辺に敷き詰められた灰と、無垢のテーブルが心地よい安堵感を与えてくれる。他のあらゆる飲食店と一線を引く風変わりな光景だからこそ、一度は行ってみる価値があると言える。テーブルも大小さまざま、2人、4~5人、そして10数人の

大勢でも囲炉裏を囲んで楽しむことができる。また、焼酎、その他お酒も多種取り揃えており、自然な心遣いで「一杯」飲みそうな予感。夜のコースは4種類。魚介類オンリーでいくなら3500円の岩波コース。岩魚と国産牛ロースのコンビネーションならば3980円の石焼コースがおすすめ。これらのコースには、すべて新鮮な野菜ときのこと、サラダ、焼きおにぎり、お味噌汁が付く。ちょっと値段が高いかな、と思いきや、フレッシュなお魚や大きな海老が串刺しにされて、色とりどりの野菜と一緒に運ばれてくると、テーブルの雰囲気は一変。串を囲炉裏に刺して魚を焼き始め、煙が上がると、そこは別世界。一気に囲炉裏の醍醐味を満喫できることうけあいた。

炉端焼ダイニング いろり家

千葉県成田市市松崎1163 ☎0476-28-2330

総合評価★★★★★



くつろぎのひとときをお届けする 癒しのリクライニングチェア

DESIGNED BASIX SIMPLICITY

RC35 25,800円

- 張り地：【表面】本革 【裏面】PVCレザー
- カラー：ブラック、カーキ
- 脚部色：ナチュラルウッド

本革

RC33 32,800円

- 張り地：【表面】本革 【裏面】PVCレザー
- カラー：カーキ
- 脚部色：ウォルナット

RC27 21,800円

- 張り地：ソフトレザー(ポリウレタン)
- カラー：ダークブラウン、ホワイト
- 脚部色：ウェンジ

RC15 12,800円

- 張り地：ソフトレザー(ポリウレタン)
- カラー：ブラック、アイボリー
- 脚部色：ソフトレザー仕上げ

RC17 14,800円

- 張り地：ソフトレザー(ポリウレタン)
- カラー：ブラック、カーキ
- 脚部色：チーク

高品質マットレスが衝撃特価で新登場!

美しい張り地と丁寧な縫製、ポケットコイル仕様などハイエンドモデルにも負けないクオリティを衝撃的な価格でお届けします。

- ▶シングル W96×D190×H25cm (この他に62サイズあり) 各11,800円
- ▶ダブル W135×D190×H25cm 17,800円
- ▶クイーン W152×D203×H25cm 19,800円
- ▶キング W193×D203×H25cm 25,800円

NEW

ポケットコイルとは? 圧縮したコイルスプリングを1つ1つ円筒形の袋に入れ、それらをすき間なく並べに構造。それぞれのスプリングが体の凹凸を面でなく点で支えるので、無理の無い姿勢が保たれ、より深い睡眠を得ることができます。

ベッドフレーム

- 76705 34,800円 W171×D212×H1100mm 組立式 デンマーク製 このマットレス別売 カラー：コヒー、ホワイト
- 77184 15,800円 W142×D198×H1000mm 組立式 デンマーク製 このマットレス別売 カラー：チェリー、ホワイト、コヒー

子供用ベッド 3つの引出し収納付き! 77791 17,800円 組立式 デンマーク製 このマットレス別売 カラー：ホワイト

ファニチャーハウス 至千葉 日赤病院 至香取

www.furniturehouse.co.jp

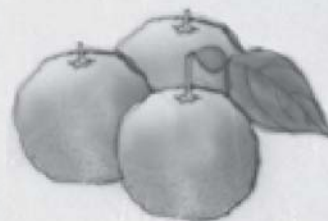
営業時間：平日10:00~19:00 日祝日 休業 土曜日12:00~17:00

TEL: 0476-24-5111 FAX: 0476-24-5112

送料・お支払い方法・発送時期などについては、お問い合わせください。お客様のご都合によるキャンセル・返品は承っておりません。

京のお番菜 歳事記

郷土料理研究家
今井幸代



（柚子の頃）

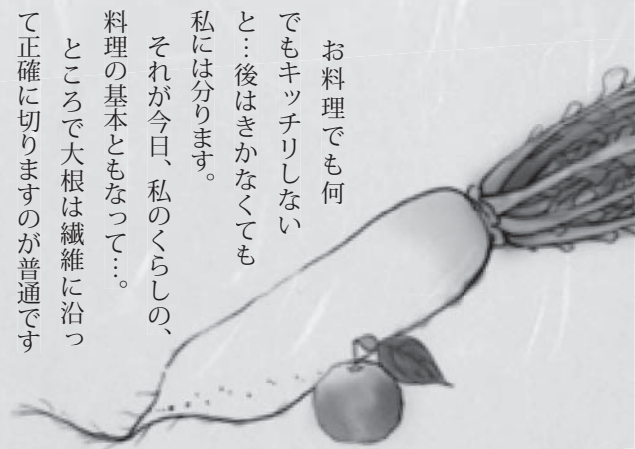
思い思いに染まりゆく
木々のうたかたは
世の習いであつてもわびし。

秋：大自然の贈物に恵まれて人の心は、何故かひととき落ちつくように思われますのは、豊かな収穫物に満たされるからでありましょうか。いえ、農耕民族の本能がそうさせるからでありましょうか。
花よ蝶よ緑よ：とはなやいだ木々は、はや燃えるような美しい色彩を最期にして、ひと葉ひと葉散り落ちて行くささめに余儀ないのも人の世に似て：
そんなむなし秋にこれは又、何という黄金のような柚子でありますでしょうか。
鈴成りの風情は、かんと冴えた碧空に映えて見事なコントラストを描く。美しいこの柚子が黄ばむと大根が出番を待っているといわれますが

「細く切って一夜漬けに」「いえお昆布も柚子も入れて、あちら漬け風に：」気の早い年寄りやチヨッキンチヨッキン昆布を切り始める。
こうしてめぐり来る季節と食が話題に上るのも例年のごとし「ピシッ」と締まった真つ直ぐな大根、みづみづしい緑の葉をギリッとねじり取って先づ第一番に大根おろしに：真白い雪のような大根おろしにお醤油で「の」の字を書いてみる。
あの胸おどる瞬間。それは私の小さい頃から今も同様で、そして田舎育ちであることの幸せをしみじみ感じるのも。
その昔「建長四年（一二五二年）十二月親鸞上人は吹雪の中、師の法然上人の遺跡を嵯峨月輪寺に訪れる

途次、ここに止留、しばし雪をさけられた時、信徒らが大根を煮ておもてなした故事に因でいる」と郷土史にもあり、以来約七六〇年後の現在も、毎年この鳴滝の地の了徳寺に於いて厄除祈願として大根焚き供養は善男善女でにぎわっている。
山際に接した地質からか、この鳴滝大根は昨今スーパーで見るとよぶよぶのような肥満さはないが、形全体上品にまとまり、特に漬物にも好まされて来た。
愛宕おろしが吹きすさぶ朝、素足にわらじばきの妙心寺修行僧の托鉢がある。清楚に刈り上げられた頭、耳たぶが寒さで赤くはれている様で、今も私の心に残っている子供心に「行」の厳しさを感じたものだった。
お寒さも頂上に達する粉雪の舞う中「法、ホオ、法、ホオ」と遠い風に乗って近づいて来る。全身の限り唱え乍ら修行僧の声は高く低くやがて吹雪の中に消えてゆく。
毎年の事乍ら、妙心寺の托鉢があるから：とせつせと大根を洗う祖母、みるみる山のように積まれて行く白い大根、やがて、それを僧にゆだねると、静かな満ち足りた笑顔いつぱいに私にむけていた嬉しそうな祖母のその手は真つ赤だった。川の水はさぞ冷たかったであろうに：大根を前にして、そんな祖母と、今祖母の身である私自身を静かに重ねてみる。やさしさとときびしさを備えていた祖母の口ぐせは「切り目、正しからずんば、食うべからず：」いがんだもの口にしましたら、いがみま

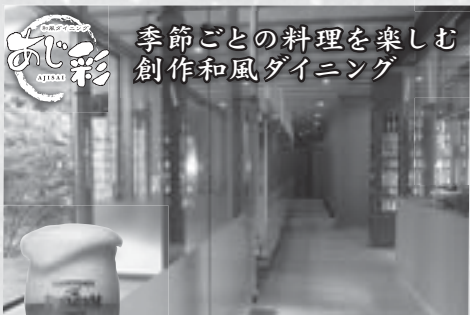
お料理でも何でもキツチリしない
と：後はきかなくても私には分ります。
それが今日、私のくらしの、料理の基本ともなつて：
ところで大根は繊維に沿って正確に切りますのが普通ですが、時々輪切りにして舌ざわりの変化もまた一趣。
薄く切って塩押しをし、水気を絞って（ブルドックソースの）玉ねぎソースを散らします。
緑の葉も同様、そして柚子を添えますと色彩、お味共々美しい一品が出来上がります。
やがてふうふうと大根の熱あつのおでんの匂も間近。



今井 幸代
現代旧御室御所仁和寺領の庄屋を務めた家に生まれる。現NHK文化センター講師（京都教室・青山教室）琴・華道は師範、ほかに茶道・仕舞・日舞・ピアノ他、京の芸事全般を習得。趣味は料理・漆器特に日本建築。テレビ（地元KBS）・ラジオに出演中、著書多数。世界の食をリードする雑誌 SAVEUR（サブル）の選ぶ「世界の100人」に日本人唯一人選出されている。

【お知らせ】 美しい日本の風習を次代に（京都府協力）京野菜を使ったお節会の講習会、京橋明治屋でどうぞ！
お問合せ：NHKカルチャー青山教室 03-3475-1151
開催日：12月9日（木）場所：京橋明治屋 銀座線 京橋駅7番出口 京都教室も開催しております。

天然温泉&季節料理で極上のリラックスタイム



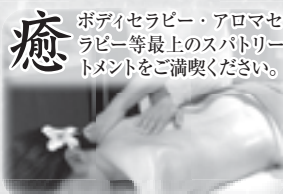
季節ごとの料理を楽しむ
創作和風ダイニング



紫苑 パノラマに広がる風景と
極上の寿司を楽しむ



湯 田園風景を望む大小様々なお風呂には、多くの効能がある湯を混えています。



癒 ポディセラピー・アロマセラピー等最上のスパトリートメントをご満喫ください。

寿司バー紫苑カウンターでお食事のお客様へ
ドリンク一杯無料キャンペーン 12月末まで実施中

（プレミアムモルツ・グラスワイン・ソフトドリンク）

※紫苑カウンターにて、本誌をご提示下さい/お一人様一回一枚限り有効となります/ドリンクのみのご利用はできません



営業時間 10:00AM~10:00PM
年中無休（全館禁煙）
未就学児の入館はご遠慮ください

入館料 平日：700円
土日祝：1,000円
小学生の入館料：300円
（大人同伴の入館の場合）

成田市大竹1630
☎0476-28-8111
www.yamatonoyu.com



AQUAVILLE

PURIFIED DRINKING WATER

カリフォルニアのおいしい水
“アクアヴィル”
お手頃な価格でお届けします。

500ml × 24本
980円
送料込み
※一部地域・離島は除く



携帯でのご注文はこちら

フィットネスハウス ☎0476-89-3111

未病を治す

横山 瑞生

第73回

自分の健康は自分で守る

風邪に効くツボ

病気になるために、平日より保健衛生、つまり養生に留意することは、読者の皆さんは先刻ご承知のほうです。しかし人は、知識とその実践の間にはギャップがあるものです。

貝原益軒によって著された江戸時代の代表的な養生書は、和漢(日本の伝統的な民間療法と漢方=漢方薬・鍼・灸・按摩・氣功療法など)の事跡と自らの経験に基づき平易な和文で述べられており、この内容は今日でも広く語られ、私たちの生活に広くいかすべきです。

先に述べたように、ヒトは賢い半面、野坊図にその知識を外してしまう愚かさを備えています。一時的な不健康ならば、少し養生すれば元に戻りましょうが、長い養生は、思いもかけない持病や重病になること受合いです。

私がこの連載を依頼されたとき、中国の医書の古典に「未病を治す」という言葉を発見し、これこそ医療の原点と信じ、題名とさせていただきます。

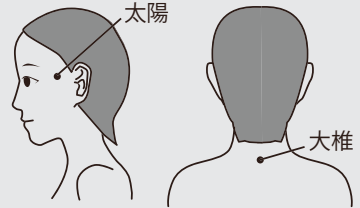
さて、先月は「風邪は万病のもと」について記しました。今回はそれについてのツボ療法についてお知らせしましょう。ツボを漢字で表すと、穴となり、このツボには経穴と奇穴と阿是穴の三種類があります。経とは縦糸という意味です。

すなわち、上から下に走る、垂れた糸のことです。奇穴の奇とは、奇数、一つ、すぐれる、あやしいなどの意味を持っています。経穴はいくつかのツボを組み合わせる治療ですが、奇穴はただ一つのツボを用いてある病気を、もしくは症状を著しく改善するか、治すことが出来ます。例えば、太陽というツボは頭痛や疲れ目、かすみ目などに不思議なほど神効をみます。

ちょっと横道にそれました。ここで、風邪の症状を軽減、もしくは治すことの可能なツボとその使い方をお伝えしましょう。ツボには「風」のつく熟語がいくつもあります。例えば、風池、風府、秉風、風門などなどです。風をひくとは、言わず語らず風邪と表します。外から体内に侵入する、病気の原因になるもの。これを「風邪」と漢方医学では表現し、それが、今日に伝えられています。

風邪の初期症状では、クシャミ、悪寒(寒気)、鳥肌、震えなどが発症し、これらは言うまでもなく発熱したからにはかなりません。こうした時、先ず熱が出たら解熱を心掛けることが肝要です。熱を下げれば、先の初期症状が解決できることは、言うまでもありません。そのツボは「大椎」です。このツボの取り

方は比較的簡単で、頰を前にかしげた時、左右の肩の先端を結んだときに背骨が大きく隆起する、その下にあるのがこのツボです。大椎の刺激は直接灸を施します。米粒大のもぐさを軽くひねり、火をつけます。熱のあるときは、直接灸を仕込んで、灸の熱さをなかなか感じません。熱感を覚えるまで続け、熱を感じたら、そこで止めます。クシャミが出て、悪寒を感じた初期でしたら、ボヤを消したと同じように直に風邪を防げます。五十年以来の私の診察体験で自信を持っておすすめできます。



よこやま しょうじょう 横山 瑞生
一本堂横山鍼灸療院 院長
1939年、茨城県鹿嶋市生まれ。大塚敦節氏に漢方を、小川晴通氏に鍼灸を師事し、東京医療専門学校卒業後半年で母校の講師となる。中国医学研究会設立に参画、日中医療普及協会会長、東京都日中友好協会常任理事等、日中の友好関係へ尽力。
現在、一本堂横山鍼灸療院院長、東京医科大学にてホリスティック医学を講義中。「カラー版鍼灸解剖図」「アレルギーはツボで治る」など著書多数。
診療所：東京都新宿区本塩町 10 四谷エースビル 101

女性が大活躍！活気あふれる会社です！

応募職種

- ① 梱包・ピッキング 給与▶時給 1,000円
内容▶全国へ発送する商品の梱包、ピッキング作業
資格▶18歳以上、学歴・性別不問。パートは週4日以上勤務
時間▶平日 / 9:00~18:00 (休憩1H) 土曜日 / 11:00~17:00
- ② 通信販売受注 給与▶月給 21万円~
内容▶電話、E-mail、faxによる注文受付や問い合わせに対応
資格▶タイピングスキル必須。明るく電話対応、接客が出来る方
- ③ 総務・秘書 給与▶月給 23万円~
内容▶各種手続き、相談、規程整備など人事関連の業務
資格▶タイピングスキル必須。
- ④ 看護師 (社内医療室) 給与▶月給 28万円~
内容▶社内医療室を管理、および社員の健康管理関連業務を担当
資格▶医療機関で看護師または看護補助経験のある方
- ⑤ 経理・人事マネージャー 給与▶月給 30万円
内容▶経理業務全般、または採用、労務、福利厚生などの人事業務など
資格▶実務経験2年以上、タイピングスキル必須
- ⑥ プログラマー 給与▶月給 32万円~
内容▶最先端のインターネット事業を構築するシステム開発
資格▶VBスキル必須。プログラマー経験3年以上の方
- ⑦ ネットワーク・サーバー管理 給与▶時給 1,000円
内容▶自社 EC サービスに伴うサーバ及びネットワークの管理
資格▶Windowsサーバー構築経験のある方

※②~⑤パート時給 1,000円~

時間▶②~⑦(正・パ) 平日 / 10:00~19:00 (休憩1H) 土曜日 / 12:00~17:00
※早出残業有り。職種により異なります。
休日▶日祝日、隔週土曜日、年末年始休暇、有給休暇
応募▶履歴書(写真貼付)と志願書(自己PR等)を下記アドレスまで E-mail または郵送してください。書類選考の上、ご連絡差し上げます。

物流や営業の主力メンバーとして活躍中！
今、仲間を大募集しています
社員総勢 140名！



最低時給 1000円!

正社員 大歓迎

成田屈指の 安定企業

音楽好き スポーツ好き 大集合!

「社会保険」「マイカー通勤」はもちろん、充実の待遇があります!

- 充実の社内施設 カフェテリア(社員食堂) ライブステージもあるカフェテリアでランチタイムが楽しめます!
- フィットネスジム 最新鋭のフィットネスマシンを完備! 社員なら無料で使用可能です!
- スタジオ/ライブステージ 音楽の会社なので、楽器を演奏する方や、やってみたかった、という夢が実現します!

スポーツサークル
フットサル、マラソン、テニス等、スポーツサークルも支援しています! お昼休みは卓球で盛り上がってます!

- ◆ランクアップ 昇給のチャンスは年4回! 貢献度に応じて自分自身で申請できます!
- ◆ハイグレード社宅完備 単身用社宅(マンション)、家族用一戸建て(庭付)あります!
- ◆温泉無料優待 温泉リゾート施設「大和の湯」を家族も一緒に無料で利用できます! 館内での食事やマッサージも割引あります!
- ◆まだまだあります 海外研修ツアー(アメリカ、ドイツ、東南アジア)、社内カヨロプラクティック有り、奨学金制度、無償サブプリメント支給、記念日お祝い...etc

国内最大規模の楽器・音響販売会社 株式会社 サウンドハウス TEL: 286-0825 千葉県成田市新泉 14-3 ☎0476-89-1777 job@soundhouse.co.jp(担当:採用係)

編集後記

10月号より、おぼんざいの大御所であり、和食の達人として世界的にも著名な今井幸代先生を、NCJの執筆チームにお迎えできたことを心から感謝しています。先生は京都の太秦にお住まいであり、NCJでも連載しているユダヤ関連の秦氏について現地調査をしていたところ、不思議な出会いで巡り会うことができました。東京でも月1回、料理教室を開かれており、これぞ正に和食の真髄!と呼べる逸品を私も何度かいただきました。今後の更なるご活躍に期待しております!

NCJ編集長 中島 尚彦
1957年東京生まれ。14歳で米国に単身テニス留学。ウォートンビジネススクール卒業後、ロスアンゼルスにて不動産デベロッパーとして起業、米国ビジネス最前線で活躍する。1990年に帰国後、成田においてサウンドハウスを立ち上げる。現在ハウスホールディングス代表、成田シティジャーナル編集長を兼務。趣味はギターとマラソン、アイスホッケー、及び日本古代史研究。

チークウッド製ガーデン家具
最高級木材チークウッドを贅沢に使った家具職人による手作りのガーデン家具を衝撃的な価格でお届けします!
テーブル・ベンチ等多数取り揃えております。お気軽にお問い合わせ下さい。
ファニチャーハウス GCTO10
TEL: 0476-24-5111 8,980円
www.furniturehouse.co.jp チークウッドパブリック