



## 「手当て」に代えはききません

自動運転車や接客ロボットなど、映画や本の話だったことが実現しつつあります。ルールが複雑でしばらく人間には勝てないと思われていた碁でも、人工知能が勝つ時代になりました。

ある試算によると、現在の技術では人間の労働の49%を人工知能やロボットが代わりにできるそうです。そんな中私たち、柔道整復師は置き換えることができないものとされています。

皆さんの訴えを聞き、これまでの経験から治療方針を考え、手による治療で治していく。これは人工知能やロボットにはできないことと確信しています。

## 家の中に潜むアレルギーの原因「ダニ」「カビ」対策

ハウスダストによるアレルギーは、ダニやカビが原因になっていることがあります。

ダニは、粉末状になって空気中に散った糞や死がい、粘膜や皮膚を溶かす消化酵素によって体内に入り込んでしまうため、アレルギーが起こります。また、夏の時季のカビは、

アレルギー性の肺炎を引き起こすことがあります。せき、発熱、寒気、体のだるさなど、風邪のような症状で自宅を離れるといったん治まるのが特徴です。

アレルギーの元となるダニ・カビ退治は「掃除と除湿」が基本です。適切な対策で暮らしやすい環境を作りましょう。

### ダニ対策

#### ★繁殖しにくい環境をつくる

- ①押入れやクローゼット内の湿度を下げたり、風通しをよくする。
- ②ダニの餌となるホコリや人間のフケなどをこまめに掃除・洗濯する。
- ③絨毯をフローリングに。または毛足の短いものにする。

#### ★死滅させる

ダニは 50℃の温度環境で死滅するといわれています。布団乾燥機などを使ったり、年に一度は布団を丸洗いすることをおすすめします。

#### ★取り除く

こまめに掃除機などで取り除く。布団やソファなどは、念入りに。

### カビ対策

#### ★繁殖しにくい環境をつくる

- ①結露などの水滴は布でふき取る。
- ②換気扇や、窓を開けて風通しをよくする。
- ③こまめに汚れやホコリを掃除する。

#### ★取り除く

カビは直接スプレーをかけると飛び散ってしまうので、薬液を浸した布で拭き取る。

完全になくすことは難しいですが、減らすことは可能です。できることから始めてみましょう。

## 院長からのお知らせ

### 医療費などの 還付金詐欺にご注意

医療費や保険料などの還付金がATMなどで支払われることは絶対にありません。役所などを名乗り、「お金が返ってくる」「携帯電話を持ってATMに行くように」などと言われたら還付金詐欺です。

初めての来院時と月初めには  
保険証をご提示ください

## 小耳コーナー

### 雨が降ると関節が痛む?!

雨の日に膝や腰が痛むことが多いのは、気圧が下がると体内のヒスタミンという物質が増え、関節が炎症を起こすからです。また、自律神経のバランスが乱れて痛みにもなっています。

“天気痛”と呼ばれ、さまざま研究がされていますが、血行をよくすることが大切です。

## 漢字 小話



音読み：ゴウ  
訓読み：えら-い  
部首：豕(いのこ)

## 漢字 小話

本来はイノシシに似た動物の“やまあらし”を指し、部首は“いのしし”を意味します。「豪華」や「豪雨」では“まわりを威圧するほどの勢い”を表します。また“とびぬけて実力がある者”を指す例として「強豪」などがあります。

現在では「偉い」と書く訓読みの“えらい”ですが、本来「偉」は業績、「豪」は勢いについて使います。

