

こんにちは！リハビリ部、事務職の竹野です。2015年4月に脳出血を起こし、半身不随と失語症になりまして、日扇会の通所リハビリに通い懸命に訓練していました。医療としては素人ですが、いろいろと発言していきたいと思しますので、宜しくお願いいたします。

リハビリインタビュー⑥ ～“風水”作業療法士・豊見山集さん～

とみやまつい

「ちょっと悩んじゃった時期とかあって眠れなかったんです。それでいろいろ調べて“風水”というのにたどり着きました。北枕ってあるじゃないですか。風水で言ったら、北向き枕が実はすごくいいという話なんです。日本では亡くなった人が北に枕を置いて眠るのですけど。で、やってみたんんですが、眠り自体はいつもよりは長くなったかなって感じはするんですよね。眠れなかったときは、11時に寝て、夜中の2時とかに目が覚めてしまう。そこから寝て起きてと体はきつかったな。逆に南向きだったら感情が高まるから寝つきが悪いっていう風に言われて、そんなのがあるんだと思ってました。」東だったらどうなの？「東は太陽が上がってくるってところで活気は出るけどその分眠りは浅くなるみたい。なんか運氣が上がるっていう事で恋愛とかも…。」恋愛はしてるの？「これから…(笑)。そういうのも来るといいなって思ってます。ドイツの大学研究チームは、就寝中の牛や鹿の体の向きを分析し『自然に暮らす動物が地球の磁場を感知し頭を北にして眠る』という研究結果を発表しています。



北枕で寝ると磁気の通りが良くなり安眠できるっていう事だと思います。快眠になるように枕とか低反発の物に新しく買い替えたりとかしています。あとトゥルスリーパーってあるじゃないですか、あれもいいなあと思っているんですけど、結構お値段が高いなあって思って…。朝起きたら窓とドアを開けて部屋を換気して、できれば掃除もする。テレビでもやりましたがトイレも掃除すると金運も上がりますしね。健康と快眠、それを半年位やっているような感じです。それと恋愛もですね♡」だって。僕は年が年だけに恋愛はできないけど。“風水”はやってみてもいいけどね。

梅雨と紫陽花



もうすぐ梅雨の季節ですね。雨の中、傘をさして歩くのは僕はあまり好きではないけれども、家の中でしとしと降る雨を見るのは嫌いじゃないな。梅雨時の花と言えば、なんといっても紫陽花ですね。決して華やかなイメージはありませんが、雨に打たれながら咲いている姿は、日本人の感性に沁みるものがありますよね。紫陽花は日本人に広く親しまれるようになったのは戦後で、各地で名所も多く作られてきました。花の色は白、青・紫・ピンク・赤と様々で、花言葉も「心変わり」「移り気」っていうんだって。梅雨とか紫陽花の思い出や体験なんかを話し合ってみるのもいいかもね！