



「秋の長雨」号

2015年 9月 2日発行

ごあいさつ

こんにちは。きむらカイロスタッフの岸野です。皆さんは秋の夜長にお月見を楽しんだりしたことはありますでしょうか？9月のお月見といえば「中秋の名月」ですね。今年は9月27日の「月」が名月に当たるのですが、実は「満月」ではないのです。28日が満月なのです。これは中秋の名月が「旧暦で8月15日の夜」、満月は「月が地球からみて太陽の反対側に来た瞬間」と決まっているためそこにズレが生じてしまうのです。※詳しくは調べてみてくださいね。

ちなみに今年の9月28日の満月はスーパームーンといわれる、今年一番地球へ接近した大きな満月なので、とても大きな月が見られますよ。ぜひ夜空を眺めてみてくださいね。

ゾウの時間ネズミの時間

皆様こんにちは。きむらカイロの村尾です。今年は早々に夏が終わり、秋になってしまいましたね。皆様はいかがお過ごしですか？

1992年のことなので今から20年以上前になります。僕がまだ20代なかばで工事会社に勤務していたころのことです。その時によく読んでいた「NAVI」という車雑誌に書籍の紹介文が乗っていました。車雑誌ですから、車関係の書籍かと思いきや、どうも生物学の本のようです。題名は「ゾウの時間・ネズミの時間」といいます。私はなぜかその本に興味を持ってしまい、その本を購入して読んでみました。

その本を読み始めてみると、とても面白くて一日で読み切ってしまいました。そしてこう表現するとオーバーに感じるのですが、私の思考にとっても影響を与えたまさに「バイブル」なのです。

その本ではまず時間の単位は生物によって異なるのではとの問題提起がされていました。サイズの大きい動物は概して長生きであることから、生理的な時間の単位は体重の増加とともに長くなる。

そして生命の寿命は概ね **心臓が20億回鼓動する時間に等しい**。つまりネズミのような小さい動物は早く鼓動し、ゾウのような大きな動物はゆっくりと鼓動する。なるほどとおもいました。

動物のサイズについても、

大きい動物は体積に対する表面積の割合が小さくなるため、外気温や乾燥など環境の変化を受けにくい。

餌を取ったりするのが他の生物より有利。

長生きの傾向がある。

それでは小さい動物は、一世代の寿命が短いので、その為環境の変化に対して突然変異を起こせる確率が高くなる。サイズが小さいと省エネで、少ない食べ物と水で生き残れる確率が高い。

僕はこれを読んで「なるほど 生命に優劣はないのだなと確信しました。各々の生物がその特性をもち、掛けるべきところにコストを掛けて種の保存を行っているのだな。地球の単位で見ると、多様な生命が生きていないと、大きな環境の変化が起きた時に、次の世代に種の保存が引き渡せないのだな」と思いました。

当院の待合イスのところにも絵本版の「ゾウの時間・ネズミの時間」がおいてあります。皆様お待ちの時間に是非読んでみてください。

スタッフのひとりごと

木村 康彦



こんにちは。まだまだ暑い日が続きますね。
この前、大人になってから初めてテントに泊まりました。千葉県富津のキャンプ場です。
キャンプ場でテントに泊まることに憧れていましたが、もう一生行くことはないと思います。
夏の海の側と言う事もあり、熱いし、海風のベトベトした湿度の高い風、虫、風呂なし、
キビシイ夜を迎えました。妻はほとんど眠れなかったようです。長男は暑くて、早く朝に
ならないかなと何度も呟いていました。そんな中、2歳の次女はスヤスヤと眠っていました。
夜おそくに外で、懐中電灯を照らしながら歩いたのが楽しかったようです。

ふと読んだネット記事で「日本は『低欲望社会』！！」とありました。なるほどっ。
家も車も恋人も欲しくない、という若者が多い時代なのです。誕生日前に「特に欲しい
ものはないなー」と言う中一の娘も然り。かたや、その父である院長はバブル世代。
毎晩ベッドで寝ころびながら血走った眼で車やバイク雑誌を眺めています。
フェイスブックをご覧になった方はご存知の通り、先日はエアガン（空気銃）を買っ
て帰ってきました。バイク、Nゲージ（電車）、ラジコン・・・まさに高欲望。

木村 絵子



村尾 謙



皆さんこんにちは。9月になり、夏休みの季節も終わってしまいましたね。僕は夏休み
の季節に読みたくなる作家がいます。その方はアメリカのレイ・ブラッドベリ氏です。
僕は昔から彼の小説が大好きなのですが、特に夏に読みたくなります。彼の小説はSF
小説という分類になるのだと思いますが、読んでみると冒険への好奇心といずれそれが終
わることへの諦めのような、淡いセンチメンタルにやられてしまいます。「火星年代記」
や「ウは宇宙船のウ」は大好きな作品です。「ウは宇宙船のウ」は邦題もいいですよ。い
つか息子にも読んでもらえたらと思っています。

こんにちは。皆さんはお盆休みや夏休みはいかがお過ごしでしたでしょうか？
皆さんのお話を聞いていると、6月～10月の間で5日間など、お盆時期ではないお休みの方も多くな
ってきている印象があります。時期をずらせるのはいいですね。(^^♪
私は今年の夏休みをのんびりと家で過ごしていました。普段休みの日には車で出かけることが
多いのですが、今回は外食も控えて、食材を買い込んで家で料理するという事にしました。
料理本を一冊買ってきて、今日はこれにしようあれ作ってみようと、お家でプチ贅沢ご飯を堪能
しました。外食よりバランスに気を付けていたおかげか、体重もいつもより少ない2.5キロ増で
済みました・・・これから落としていきます。(^^^)

岸野 浩之



東 裕之



皆さん、夏はどこかお出かけされましたか？私は、金沢と妙高に行ってきました。金沢へは新幹
線、妙高へは車で行ったのですが、到着するまでの楽しみや出会いの楽しみなど、旅にはいろん
な楽しみ方がありますね。私の旅の楽しみ方のひとつに、地域限定物との出会いがあります。“き
のこの山”、“じゃがりこ”などのお菓子類は種類が豊富で、しかも大き目の箱で販売しているの
で、選ぶのにひと苦労しますが、気づくとカバンはパンパン(*_*)お土産として配りまくる羽目に
なります。そして、私の一番のお目当ては、地ビール！！地元で味わう楽しみと、自宅でその旅
を回想しながら味わう楽しみ、あ～～あ、至福のひとつときです(*^*)v

9月臨時のお休み

☆ 7, 21, 23日をお休みします。

ご感想メール、お待ちしております
kimura3@paw.hi-ho.ne.jp



きむらカイロプラクティック・吉祥寺
0422-41-3240 火・祝定休 土日診療

〒180-0003 東京都武蔵野市吉祥寺南町1-11-11 武蔵野ビル5階
★きむらカイロスタッフブログ（木曜更新）好評！