

ファイアーマンのための

カラダいきいき情報



⑦

トrehハ健康新聞



<http://www.shobo.jp/>

Aug. 2006

Summer

2006年(平成18年)8月30日13号
季刊・年4回発行
編集兼発行人/平澤良一
発行所/株式会社トrehクラブ
TEL:03-5963-5121
FAX:03-5963-5127
〒115-0055
東京都北区赤羽西1-36-14
エミネンスタワー5F
E-mail:info@trehaclub.co.jp
<http://www.shobo.jp/>
印刷/ミズカミ

チヤングムから活力を

韓流ドラマと水

あなたは話題の韓国ドラマ「宮廷女官チヤングムの誓い」をご存知だろうか? 最初、ヒロインのチヤングム(長今)は宮廷の料理人として働く。その後医学を学んで医女となり、最後には王の主治医まで登りつめるサクセスストーリーだ。

この中で、テーマの一つが「水」。秀逸だったのは、幼いチヤングムに水を持つて来させる場面。単に飲み水をお椀に入れて持つてくるのはダメ。相手の身体の調子を把握して適切なお水を差し上げる。自分本意ではなく、相手の立場で考えることが大切であろう。

料理に使う特殊な水、病人に飲ませる水、病気を治す水、地域住民を助ける清潔な水の供給など、多面的切り口で水の重要性を訴えているのが素晴らしい。

先輩からも学ぶ

チヤングムは人に優しく自分に厳しく、強い意志で成長していく。宮廷という特殊な世界で、彼女の人生はまさに波乱万丈! いつもハラハラドキドキの連続だ。執念を燃やす敵もいれば、彼女を助ける冷静な人々もいる。いろいろな困難が降り掛かってきても、明るく前向きに精進する主人公は、私たちの心をぐっと掴んで離さない。

ちょうど今は、宮廷で医女の仕事をしながら、休日にも先輩のチヤンドク(長徳)の下で研鑽を深めているところ。両者は医学を修

めた女性として「朝鮮王朝実録」にも登場する。つまり、歴史的にも優れた医女として実在していた。師弟コンビが病気と闘っていく姿が共感を呼ぶ。ドラマでは医食同源に触れ、東洋医学の紹介や解説まで含められている。さらに、身体に加え心の問題もうまく織り込まれているのだ。

1年にわたるストーリーには魅力がいっぱい。なぜなら、医学や儒教精神、宮廷生活、派閥政治、恋愛感情などがうまく融合されているから。誠に絶妙の演出といえよう。

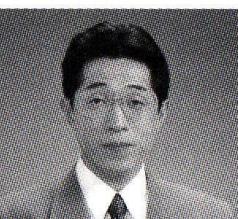
元気になる方法

本番組は日本だけではなく、中国、香港、台湾などアジア諸国で人気を博している。おそらく、現代人が忘れていた大切なものを思い出させてくれるからだろう。人の命を助けるため、ヒューマニティ溢れる面を描きながら、諸先輩の中で日常の厳しい訓練を続けていく姿が頼もしい。

疲れたときは、医者にかかるよりも、チヤングムと出会うほうが、元気になつて活力が溢れてくるかも。先輩と相談し議論してみてはいかがだろうか?

からだに良い習慣、悪い習慣

健康法



板東 浩氏

糖尿病専門医、ピアニスト、スピードスケーター、著書に「肥満脱出大作戦(南山堂2006)」など