



食べることを診るお医者さんの私です。

船戸 博子

私は現在、漢方医として仕事をしています。

漢方医として学び始めたころ、師が私にこう言いました。

「お料理をする人にしか漢方は教えない。
あなたは料理をしますか？」

中国には昔「食医」という仕事があり、医者の中では位の高い「上位」とされていました。

その先生は台所に立ち、家族のためにご飯を作る人こそが「食医」であるといい、「料理を作らない人には私は教えない」そう言われたことを今でも覚えています。

これまで私は、食事指導する医師として、二つの眼鏡をもって患者さんと向き合ってきました。

一つは、漢方医としての体質診断をする眼鏡。

もう一つは、患者さんの血液データに基づいた栄養診断する眼鏡。

漢方医として仕事をして40年以上が過ぎた今、
自分の中で確信できたことは「薬」も大事。
だけれど、自分のごはんはもっと大事。

だから、「おくすりなごはん」の提案をしています。

自分に合ったものを食べて、楽しく生きて、
そして幸せに死んでいく。



楽しく生きるために大切な日々のごはん。

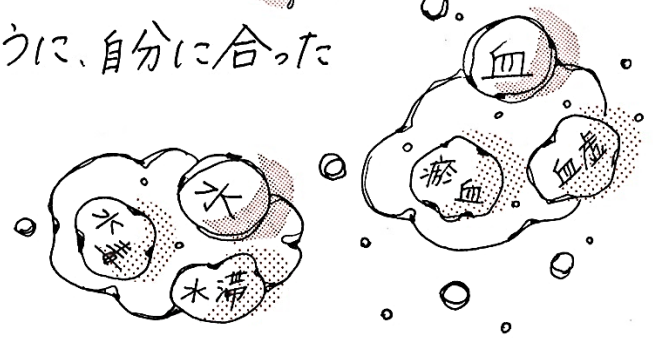
食べたものが自分のようになるように組み立てられたごはんは、
身体がしっとりと温かくなり、元気が出て、
老化もゆるやかです。

おひとりおひとりの血液データに基づき栄養分析をし、
漢方の体質を判断して、食べていただきたいもの、
控えていただきたいものを選び、
あなたに合った、あなただけのお食事に対する作戦を立てます。



おうちでも安心して食べられるように、自分に合った
食材と調理法を提案します。

それが、
「パーソナル薬膳会」です。



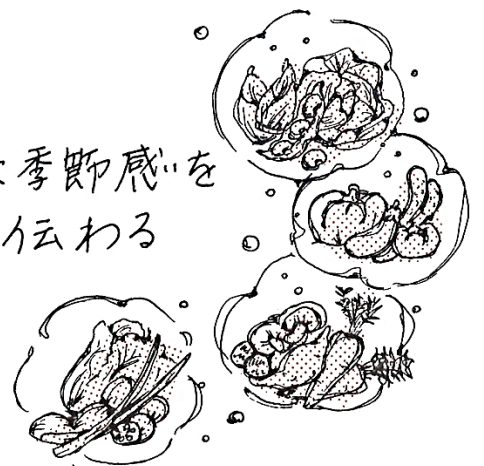
病名でごはんは決まりません。

ごはんがお薬になるためには、ひとりずつ違うごはんが当然です。

今、船台戸クリニックの隣にあるフナクリ食堂では、季節の食材をふんだんに使って、毎日違うお料理を提供しています。

植物性のものでい立てられたごはんの美味しさに、食べた方はみなさん驚きます。

通所サービス施設では、旬を大切にした季節感を感じる食材を使い、この地方に昔から伝わる郷土食、行事食を利用者さんに出して喜んでいただいています。



グループホームのみなさんとは、一緒にご飯を作ったり、献立のリクエストをもらったり、ここでは包丁の音をトントン立てて作ります。

美味しく食べて、もりもり元気でいてほしい。

そんな原頁いを込めて日々のご飯を作っています。



ヴィラカンポは、養老船戸クリニックに隣接しています。

船戸クリニックで行われている医療と治療とセラピーをお泊まりで安価して受けていただけます。

何より、ご自分に合った食事を食べることができます。

庭を散策したり、ダマヌールサーキットを歩いたり、バ身を整えるセラピーを受けたり、そして、パーソナル薬膳を食べたり、フナクリ食堂のランチを食べたり、バと身体を健やかに保ち、

「あなたがあなたらしく生きる場所」です。



お部屋は40㎡、バス、トイレ付きです。ゆったりお過ごし下さい。4部屋しかありませんのでご利用希望の方はお早目にどうぞ。

日々の診察の中で、

「なんで私はこんな病気になるのだろうか？」

「なんでこんなにつらいのか？」

そう嘆く方もたくさんあります。



私は言います。

「なんで癌になったのかなんて思わなくていい。
自分を責めなくていい。一生懸命生きてきて何も悪いこと
なんかしとらんよ。がんばって生きてきた人生やんか。
なるようになるし。いまからやんか」

時間は前から流れてくる。

後ろから流れてきません。だから振り向く必要もないし、
後悔もしなくていい。

今からだから……

あなたらしさを取り戻して楽しく生きてほしい。

そう願いながら、日々私自身も楽しく生きていきます。

