

「ぬくもりを届けたい、手から心へ」

たまちゃん通信

平成 28 年 1 月発行 73-1

発行：日本のお手玉の会本部 〒792-0013 愛媛県新居浜市泉池町 10 番 1 号
TEL：0897-32-0302 / FAX：0897-32-0311 まず、
e-mail:honbu@otedama.jp URL：http://www.otedama.jp

漫画「愛欠乏症候群」でお手玉療法を推奨

中原和彦博士と次男が監修：長女が漫画を担当

『愛欠乏症候群』という図書が、このほど出版されました。「漫画で読むヘルスアート療法」「心の自立を目指して」という副題がついています。

この本は、ヘルスアートクリニックくまもと院長の中原和彦医学博士(日本のお手玉の会顧問)が取り組んでおられる『ヘルスアート療法』を、漫画でわかりやすく紹介した本です。

帯には、「愛情欠乏症から自立へ」のタイトルで、「引きこもり、自傷行為(自分いじめ)、他罰行為(いじめ)などは、子育ての過程での愛情欠乏の連鎖から起きている。この連鎖を断ち切るヘルスアート療法をわかりやすく描く」とあります。

親子3人でまとめたわかり安い図書

中原和彦博士がすすめる療法を中心に書かれた作品で、この本の監修を担当しています。もう一人の監修は、日本心療内科専門医でヘルスアーツクリニックくまもと顧問の中原敏博医学博士です。そして漫画を描いたのは、浅葉みゆきさんです。この二人は、中原和彦博士のお子様で、敏博博士は次男、みさきさんは長女です。

内容は、平成 25 年、NPO 法人「子供と脳・心・生命(いのち)を守る会」(中原和彦理事長)の主催で行われた講演会「メッセージ～子どもの自立と愛」での「メッセージドラマ」を漫画化したものです。ドラマは、親子関係に焦点を当て、親からの声掛け・言葉かけの基本である「自立の三条件」として「決断力」「責任感」「思いやり」を紹介しています。

お手玉は左右の脳のバランスを整える

巻末で和彦博士は、「お手玉療法」について、おおよそ次のように述べられています。

「ヘルスアート療法を要約すると次の3つに集約でき、お手玉にはその効果が期待できる。1、自分が主役で脳を鍛える、2、脳を整えてから自己表現をする、3、自己表現をしながら自分の心癖に気づき修正する」

「お手玉の特徴には、四つの特徴がある。1、遊び(趣味)、2、競技(技を磨き、競う)、3、芸術の創造(お手玉健康芸術やお手玉演舞など)、4、健康および治療」

「お手玉は、脳を活性化し、左右の脳のバランスを整え、セロトニンをふやす」

「お手玉と健康という面では、1、集中力、2、立腰、3、リズム、4、笑い、5、創造性の楽しさなどにより、脳の活性化を促し、その結果、認知症予防やストレス病、更年期障害などの対策にも大きく貢献している。右手を使うと左脳、左手を使うと右脳、そしてこれにリズムを加えるとなおい。音楽はリズムがあるからいい」 (『愛欠乏症候群』(海鳥社：1,000円+税))



「ぬくもりを届けたい、手から心へ」.....

たまちゃん通信

平成 28 年 1 月発行 73-2

発行：日本のお手玉の会本部 〒792-0013 愛媛県新居浜市泉池町 10 番 1 号

TEL：0897-32-0302 / FAX：0897-32-0311 まず、

e-mail:honbu@otedama.jp URL：http://www.otedama.jp

NHK「あさいチ」でお手玉を紹介

『小豆特集』で「お手玉遊び」の効果も



井ノ原 快彦



有働 由美子アナウンサー



柳澤 秀夫 解説委員



平成 28 年 1 月 19 日(火)

8:15~9:54

あの人気番組、NHKの「あさいチ」に、いよいよ『お手玉』が登場します。

ところで、「あさいチ」とは、どのような経緯で番組名ができていたのでしょうか。そのことについて、NHKでは、次のように言っています。

一番ほしい情報がつまった “市場”

「『あさいチ』とは、お得な情報のスーパーマーケットです！！タイトルの『イチ』は、テレビを見てくださる方々が、一番ほしい情報がつまった “市場” のような活気のある番組にしたいという願いです。

社会問題、政治の話題から、エンターテインメント、生活実用情報まで、主婦のみなさんが一番気になるテーマを、毎日ピックアップ。

目指すのは、テレビを見てくださるみなさんに、もっとも近い番組です。」

『スゴ技Q』『お手玉の意外な効果』

そこで、お手玉の登場ですが、平成 28 年 1 月 19 日(火)の「あさいチ」です。午前 8 時 15 分～9 時 54 分のNHK総合テレビ(9 時から 5 分間はニュースで中断)です。

今回のテーマは、『スゴ技Q「小豆」』です。このテーマについて、「あさいチ」では、次のように言っています。

「1 月 11 日は、鏡餅を割って “ぜんざい”。1 月 15 日は、小正月で “小豆粥” など、1 月は小豆に注目が集まります。そこで、小豆の魅力を徹底取材！『簡単な煮方』『小豆料理』『栄養成分』『お手玉の意外な効果』など。小豆にまつわる『知られざる技&面白い技』などを、楽しく、クイズ形式でお伝えします」

日本のお手玉の会も取材に協力

NHKでは、昨年暮れから、日本大学教授の森昭雄医学博士(日本のお手玉の会顧問)に、「お手玉と脳の関係」の取材や、東京お手玉の会で作った小豆入りのお手玉で、お手玉の技などを収録したりしています。

「小豆」と「お手玉の効果と魅力」が、どう紹介されるのか、1 月 19 日(火)の「あさいチ」が楽しみです。ぜひ、ご覧ください。(「あさいチ」のロゴ、写真はNHKのホームページから)