

## 地域資源を活用した代替医療による健康維持と長寿の研究

学生団体名：東洋医学研究会 金沢医科大学 医学部

参加学生：新谷明里、久保田龍一、大畑貴裕、他 17 名

### 1. 地域活動の概要

東洋医学研究会は、各年度ごとにクラブ活動の趣旨、目的を説明して、参加の同意を得た自主的活動グループを毎年組織しています。そして西洋医学のほかに東洋から発生した医療を理解するために以下の活動を企画しています。①東洋医学の専門家のセミナーを企画する。②野草観察を通じて、金沢周辺の薬草分布を観察する。③温泉浴の医学的効果を検証するために金沢周辺の温泉の泉質別分布を調べる。などの活動を進めています。

### 2. 地域活動の具体的な内容

上記の活動を進めるために、山野草の観察には近隣の人たちに自生する場所を案内してもらったり食用山野草を観察し地元の方々（白山市河内町打尾地区）と試食会を開催し里山の暮らしを体験しました。また、温泉浴実施の際は、地元の方々と食用山野草や野生獣肉の試食等を通じて紹介を受けながら、野生動物の分布状況を教えてもらいました。

### 3. 地域活動の評価

温泉浴による医学的効果試験に参加して、データ収集できたことは、温泉の多い石川県はもとより我国に対する貢献に繋がったのではないかと思います。データ提供のボランティアとして地元白山市から四人の参加を頂き、中高年令階級のデータを収集しました。

### 4. 今後、この地域活動を継続、活発していくために必要なもの、及び課題

今回の企画では、特定の温泉における試験でしたが、泉質の異なる他地域の温泉についても、試験が出来ればよいのではと思います。

### 5. その他（学生や地域の方の感想等）

山野層の観察の時期を5月の始めに設定しているため、栽培竹の子の収穫時期と重なります。それで、今年は竹の子パーティーを同時に企画したので、参加した部員の評価が高かった点が上げられます。また温泉浴試験は今年予算的な補助を受けられたので、殆どの部員が参加し、その感想も良好なものが多かった様に思います。

#### 住民の感想

- 山野草を楽しみながら、芽吹く時季、開花時季以外の里山の暮らしに想いを寄せてほしい
- 里山の良さを理解するには一時的訪問では足りない

#### 学生の感想

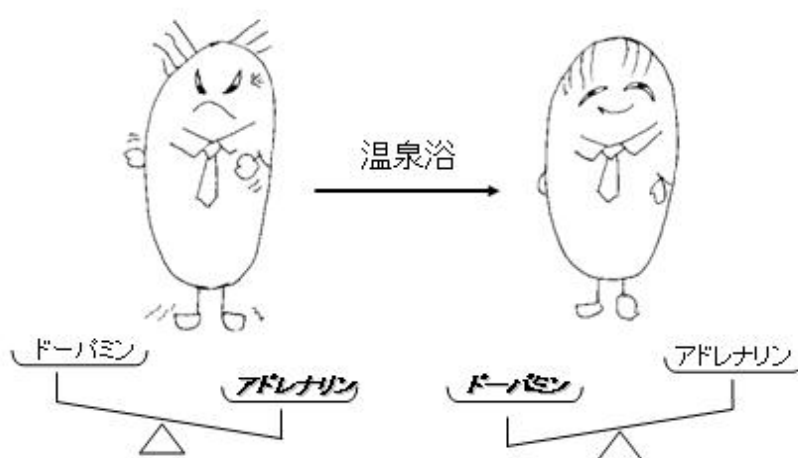
- 山野草生態を初めて目の辺りにした。こんな可憐な花をつけるとは知らなかった
- 山麓にいる熊や鹿を身近に思ったことは初めて！

顧問からの追加発言：温泉に関する内容で今まで温泉気候物理医学会誌などで公表されている内容を網羅しますと、以下の 50 項目に上ります。この中で、石川県内の温泉の効果に該当するものを選択し、且つ特徴付けることは容易ではありません。また、対象となるのは主にヒトですので、性別、年齢、体質の要素が複雑に絡んでいきます。それで温泉浴効果として以下に示されたものを、どのように県内の温泉の特徴として位置つけるべきか、皆様のコメントをお願い出来れば幸いです。

これまでに温泉浴の効果として専門誌などに報告されている内容を 50 項目に纏めてみますと、

1. 気分転換
2. 血液循環を高める
3. 赤血球、白血球の補給を早める
4. 血清蛋白質総量を調節
5. 白血球総量を調節する
6. 顆粒球数を調節する
7. 顆粒球の働きを調節する
8. リンパ球数を調節する
9. リンパ球の働きを調節する
10. 血中アドレナリン量を調節する
11. 血中ドーパミン量を調節する
12. 皮膚の新陳代謝を高める
13. 表皮角質層の水分を補給する
14. 頭髪の発育を促進する。
15. 爪の成長を促進する。
16. 肩こりを軽減する。

## 情緒関連ホルモンと温泉浴



17. 腰痛を軽減する
18. ひじ関節痛を和らげる。
19. 膝関節痛を和らげる
20. 食欲を増進する
21. 鼻粘膜の保湿促進
22. 性周期を規則的に
23. ノイローゼ改善
24. 心身症改善
25. 痔疾患改善
26. コレステロール値低下
27. アトピー性皮膚炎軽減
28. 湿疹改善
29. 乾癬改善
30. 皮膚掻痒症改善
31. 蕁麻疹軽減
32. 慢性気管支炎改善
33. 気管支喘息軽減
34. 鼻閉塞回復
35. 肥満症改善
36. 痛風軽減
37. 慢性胃炎改善
38. 胃・十二指腸潰瘍改善／予防
39. 慢性腸炎改善
40. 常習性便秘改善
41. 胃下垂回復
42. 内臓下垂回復
43. 過敏性大腸炎改善
44. 肝臓・胆道疾患軽減
45. ニキビ軽減
46. 動脈硬化改善/進行抑制
47. 婦人科疾患軽減
48. 筋肉痛軽減
49. 筋力障害改善
50. 良眠・深眠