

い、NHKブックスの免疫関連の本を買いました。もちろん、少しは簡単に書いてあるだろうと思いい。しかし、本質が複雑なのでやっぱり難しいです。ただ、免疫のすごさは分かってきました。そこで少し聞きかじりを。

人間は異物を体内に入れると排除運動が起きます。しかし、これを「異物」と言っている自分は誰でしょうか。脳ですか？体ですか？それとも心？そこで、ある実験をしたところ、脳が異物反応で死んだそうです！ と言うことは、「お前は異物」と言っているのは脳ではなく、体とゆうことでしょうか。深く考えると「自分は誰が決めているのか」という問題になってきますね。

さて、免疫はたしかに難しいのですが、医療者として多くの方に関わる中で見えてきたものは、「体は保護

するものであって過保護にするものではない」ということです。

最近、いろいろなアレルギーについて取りざたされます。その一つの要因は免疫の暴走だそうです。つまり、あまりにもクリーンな環境で育つことで、免疫系自体が育たないと言いうことでしょう。花粉症を始め、当事者にとってはつらいことが多く、薬などの即効性が期待されますが、母体（自分）を鍛えるという視点もひとつあってもいいかもしれません。

そう言えば、うちの近所にある公

園

園の砂場には網がはってあります。猫たちの進入禁止のようですが、いかがなものかと思えます。



ミニサロン「なごみ」

最近のミニサロンでは、紙ひもク

ラフト、パッチワークキルトなど皆さん楽しくやっていたいでいるようです。トピックとしては、五回限定で開催中のアロマセラピー講座が大変好評ということ。充実した内容、破格の安さを考えると当たり前のような気もしますが。キャンセル待ちも受け付けていますのでご興味がある方はお声がけください。

さて、今月のシネサロンは、オードリーの「暗くなるまで待って」です。お楽しみに。

日時 6月24日(金) 19:00、

