

今年（旧暦のため2月4日～）の運氣は土運不及、蕨陰司天、少陽在泉です。土運不及の年は木気である風気がのさばり、土に属する化成作用が行われにくく、草木は空中に舞い上がるかのように繁茂しますが、実りが悪く酷いときは実が出来ません。この時天空での木星の輝きがそれを表しています。

人々はおかゆ混じりのような下痢をし、吐き下しの霍乱病にかかり、身体が重く、だるく、腹が痛み、筋骨がぐらぐらと揺れるようで、筋肉がピクピクとし、しびれて痛み、気が短くなってすぐに怒り出す精神状態になる病にかかりやすくなるでしょう。土気が弱いのでいつもなら負けるはずの水気までが盛んになりますから、水に属する冬の蟄蔵の作用が早くや



ってきます。ですから、虫けらどもも早く冬眠に入ります。また、病人も身体の中が冷える寒中病にかかりやすくなります。病人（身体が弱っている人）は胸や脇が急に痛みそれが下腹にまでひびき、よくため息をつく肝臓の病を生じます。

この年は人々の脾臓や胃が弱っていますので、そこに病邪を受けやすいのです。とにかく今年は脾（消化器系全体、脾臓、肝臓、胃、大小腸）がトラブルを起こしやすく消化が悪くなり栄養の吸収も悪くなりがちです。さらに免疫力や回復力の低下も心配されます。

とにかく油断せずにお身体を労って無理を控えて頂く必要があります。今まで出来たから大丈夫だろうは通用しないとお考え下さい。夜はなるべく早く寝て身体の疲れを貯めないようにしてください。風邪やインフルエンザが治りづらいとか病気の回復が

悪く悪化し始めると坂を転げ落ちるように止まらなくなる恐れがあります。皆様が過去の経験に照らして予想できる範囲を超えて最悪の事態を招く可能性が高くなるでしょう。



しかし日頃の養生をしっかりと頂ければ、明るく健康に過ごすことが出来ると思います。食事にも心がけて暴飲暴食を戒めて身体を労る生活をしていただく事をお勧めします。糖尿病または糖尿病予備軍の方は特にご養生をお願いします。皆様にとって素晴らしい1年になりますことを切に願っております。

山総薬局