

ランチョンセミナーは、昨年に続き大好評の神戸市在住のプロの腹話術士 柳井篤子さんにご登壇いただきました。

「これであなともプチ腹話術師 一腹話術で禁煙支援」と題して、パスガイドの柳井さんが喫煙者のみんなをミステリーツアーに案内しました。

準備された、三角の白い紙に名前を書いておでこに貼り、みんながストローを咥えて一斉に1分間呼吸をしました(すっごく可笑しな光景でした)。喫煙者の体験でした。ストロー呼吸は苦しくて、これでCOPDを体験させるなんて、すごい! みなさんもやってみてください。

また、腹話術を使った健康教育を実習しました。

続いて岡崎(岡山大学病院 小児歯科)は、「謎解きニコチン依存学」と題して、学校現場における中学生・高校生への防煙教育の話法について話しました。



午後からは、NHKためしてガッテン ディレクターの北折一さんの「ガッテン流! ~禁煙した! 食べ物おいしい! でも太らない!! ~」がありました。正しい情報を正しく伝えるだけでは、相手を受け止めなければ、伝わらない! 「ためしてガッテン」のように、つつい見してしまう、やってしまう「ガッテン流、伝え方の黄金レシピ」の裏技をいっぱい伝授していただくことができました。「はかるだけダイエット」のやり方も学び、きっとアド講習の後に、体重を測り始めて人も多いのではないかと思います。

最後に遠くから岡山へおいでいただいた方々、実行委員会の皆様、どうもお疲れ様でした。そして盛会のうちに幕を閉じることができありがとうございました。来年は、平成25年12月15日(日)初めて倉敷の会場(ライフパーク倉敷)で開催されることが、決まっています。また、充実した会になるよう企画しますので、是非みなさん、倉敷においでください。(報告者:岡山大学病院 岡崎好秀)

## 花便り

- 2012. 12 -



12/17(月) 手作り屠蘇散作り、忘年会(憶年会)、学生を含め、参加者56名で無事終わりました。

御参加いただいた方々に感謝いたします。

今日の昼食、夕食は、学生が、残り物の鍋に、野菜、餅等を入れて食べています。昨日の最低気温が、今日の最高気温より高いようです。寒暖の差の激しい時期、皆様、心身をご自愛下さい。

ノロウイルスの嘔吐下痢には「五苓散」で対応してみてください。五苓散は体内の水のバランスの調整の薬です。楽しいクリスマス、新年をお迎え下さい。

※写真は「センリョウ(黄色実)」

(写真と文)

熊本大学薬学部

薬用資源エコフロンティアセンター准教授 矢原正治

URL:(熊本大学薬学部「今月の薬用植物」)

<http://www.pharm.kumamoto-u.ac.jp/flower/>