



知っているようで
実は知らない…

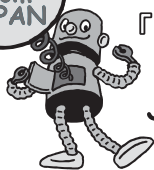
今どきの時事ニュース

しゃんはいばんぱく
上海万博

5月1日からいよいよ「上海万博」が始まりましたね。

「PRソング」や「マスコットキャラクター海宝」の“パクリ疑惑”、また、今まで万博に参加したことがなかった「北朝鮮の初出展」など、いろいろ話題になっている上海万博ですが、日本でも政府と民間企業が共同出資して日本館『紫蚕島』を出展しています。

Better Life from JAPAN



テーマは『Better Life from JAPAN (日本が創るより良い暮らし)』で、館内では「知性ロボット」や「世界一のトイレ」、「3Dシアター」などを展示して来場者から高い評価を得ています。

ところで、今回の万博開催にあたって上海政府は、「市民が立ち振る舞いに注意しなければ、上海や中国のイメージにも悪い影響を与える」ということで『市民の素養』と題した46項目のルールを制定しています。その主な項目は…

- パジャマ姿では外出禁止。
- エレベーターは降りる人が先、乗る人が後。乗ったら大声で話さない。
- 車の窓から唾を吐かない・ゴミを捨てない。



- レストランのバイキングは決まった方向に動き、逆方向に動いたり、順番を抜かない。
- 公共トイレでは順番を守り、個室のドアは閉める。終わったら水を流す。
- 順番を守って地下鉄に乗る。
- 警備の警官はニンニクやニラ、ネギなど口臭の原因となる食べ物を口にしない。
- 外国人には語学習得目的で話しかけない。
- 万博会場から1km以内は屋外で洗濯物を干すことは禁止。 など…



ほとんどが当たり前のルールのように思えますが、イベントがあると浮かれてしまったり、人が多いと「皆がやっているから自分も…」とマナー違反をしてしまいがちになるものです（日本でも時折、イベント事でマナー違反をして迷惑をかけている人を見かけることもありますね）。

「上海万博」は“10月31日”まで開催され、日本からもこれからたくさんの観光客が訪れると思いますが、しっかりマナーを守って、開催国の中国をはじめ諸外国の人達に不快感を与えることがないように、“笑顔のつながり（日本館シンボルマークの名称）”を広げていきたいですね。

体のツボを見つけてみよう！

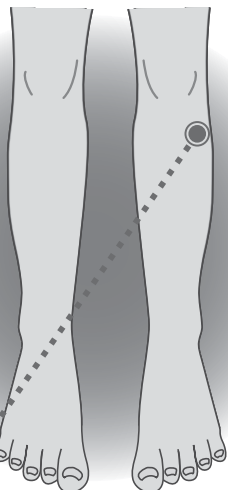
人間の体にある「ツボの数」は、正式に認定されたものだけでも“361個”ありますが、それ以外にも人間の体には“1000個以上”のツボがあるといわれています。そこでこのコーナーでは、「人間の体にはどこにどんなツボがあるのか」をテーマにして、イラストを使ってわかりやすくご紹介していきます！ぜひ、“ツボさがし”や“ツボの勉強”にお役立て下さい。



あしさんり 足の三里

「三」は数字の三のことで東洋医学では“幸運の数”。「里」は文字を分解すると“田”と“土”で「稲」の意味も含み、それから転じて“食べること＝胃腸”のことを示します。

したがって、「足の三里」は「胃腸」に深く関係しているツボです。



ツボの見つけ方

「ひざの皿」の外側の下にあるくぼみと、「外くるぶし」の真ん中を結んだ線上にあり、皿の外側下のくぼみから、指幅三本分ほど下にあるツボです。



効果・効能

胃疾患、肝臓・胆のうの症状、糖尿病の症状、消化器系の症状、代謝異常、足・膝・腰の病気、呼吸器の疾患、精神的な症状、鼻の疾患、小児虚弱体質、夜尿症など… 広範囲にわたって効果が期待できるツボです。様々な種類の病に効くため、昔から「足の三里」は“無病長寿のツボ”としても知られています。