



クイーン倶楽部だより 5月号

2013年

第125号

ERN 有限会社エコ・ライス新潟
 新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100
 TEL 0258(66)0070 FAX 0258(66)0447
 URL <http://www.eco-rice.jp/>
 E-mail eco-net@nekonet.ne.jp



エコ・ライス
生産者
阿部信行さん

あきは農場に研修生が やってきた!

エコ・ライス生産者の阿部信行さんが、TPPや高齢化・後継者不足など山積みの農業問題の中、農業法人(株)あきは農場を設立し、個人経営から会社経営での農業に転換しました。

農場化の第一弾として、今年東京農業大学を卒業したばかりの佐渡島出身・富樫貴陽さんが「経営開始型研修生」として2年間阿部さんのもとで農業を学びます!



経営開始型研修生 富樫 貴陽 です!

あきは農場で農業研修を受けている富樫です。実家は佐渡にあり、将来は佐渡で農業をしようと考えています。初めて行くことばかりなので、毎日楽しんで作業しています。これから2年間、阿部さんのもとでお世話になりますが、一生懸命がんばりたいと思います。

ドクター
中村の

健康徒然記

その27

五月病



中村 信也(なかもらのぶや)
 医学博士、東京家政大学家政学部栄養学科教授として教鞭をとり、「食と医療の医学」の第一人者として活躍中。

五月病のキーワードは新環境、適応障害、うつ病となっていますが、果たしてそうでしょうか。五月病は心に穴が開いた状態で、何もしたくないという積極的な不動態です。中医学ではうつ病は「実(過反応)」の状態、多忙すぎて脳に詰まり過ぎて動けなくなった状態です。何とかしなければいけないという焦りと浅い眠りの不眠症が見られる状態です。一方、五月病は(虚(低反応))の状態です。

なぜ、虚になるかと言えば、有名大学に入学できたのですが、これまでの人生はその有名大学に入るための目的で、目的が達せられますと、そこから先は無で、やるべきことがありません。急にやるべきことがなくなるわけです。ポーンとして無為になった状態で、動きたくなるわけです。

急に遊びや趣味に生き甲斐を見つけ、学業はそのうちの遊び状態になります。その場合、五月病克服ですが、学生という点からみると有害になります。

最悪は遊びも見つからない人です。無為にふわふわと地に足がついていないので、フロにはすべ解ります。そこで新興宗教にとらわれたり、怪しき団体に入ったたりして、親を泣かす状態を生じます。

では、どうしたら五月病を防げるのでしょうか。入試、就職などで有名大学や会社に入るだけという目標をやめ、自分はこれから何をしたいのかと問い、答えを出しておくことです。大学に入ったのは目指す職業への第一歩になりますので、勉強の目的がはつきりして虚脱になることはありません。目指す職業は中学時代に決めるべきですが、高校で決めるのはやや遅すぎます。高校では職業を選ぶことは教えません。有名大学に入るだけを目的にする傾向があり、そういう先生が担任だと五月病が待っています。

中村先生最新著書

やっぱり日本人は米だ!!

- Dr中村お米を語る -

好評発売中!