

守護生命 守護健康 守護愛

Five color therapy

- Apply to select food and herbs for HT activity, and the Landscape Design for HT garden .
- **Green: effect liver**– Celery, cauliflower, green bean
- **Red: effect heart** – Carrot, tomato, red bean
- **Yellow: effect spleen** – Pumpkin, corn, soy
- **White: effect lung** – White radish, tremella, almonds
- **Black: effect kidney** – Black fungus, burdock, Black beans
- Five elements soup for health promotion: mix five color food together

台中慈濟醫院

また、五色療法という考え方もあります。赤色は心拍数を増加させ、青色は私たちがリラックスさせてくれますが、さらに、伝統中国医学では、緑色は肝臓に作用し、赤色は心臓に、黄色は脾臓に、白色は肺に、黒色は腎臓に影響を及ぼすと考えられています。

守護生命 守護健康 守護愛

Children wash their mother's foot at Mother's day with TCM herb soap



台中慈濟醫院

昔からのしきたりを利用したプログラムを行ったりもします。この写真は、母の日に子どもが漢方薬（ハーブ）のお湯を使って母の足を洗うプログラムを実施しているところですが、これは親孝行のひとつです。

守護生命 守護健康 守護愛

Healing garden by TCM theory

- To act in concert with the concept of hot/cold properties and meridian/organ of TCM
- To let hot physique patients get close to cold property plants area, and To let cold physique patients get close to hot property plants area.
- According liver, heart, G-I, lung, and kidney disease patients, we will design special healing garden and activity for them.

台中慈濟醫院

私たちはまた、伝統中国医学の理論を活用したヒーリング・ガーデンを計画しています。寒熱性と帰経（内臓の病気と用いる薬の関係）の概念に合わせて行動ができる、熱性体質患者は寒性植物

守護生命 守護健康 守護愛

Healing garden by TCM theory

Hot property herb for Cold physique



Aconite
ginger
Cinnamon

Hot property herb for Cold physique



Chrysanthemum
mint
Aloe

台中慈濟醫院

のエリアで、寒性体質患者は熱性植物エリアで過ごすことができるようなガーデンです。また、肝臓病、心臓病、腸胃病、腎臓病患者に対しては、それぞれのために特別なヒーリング・ガーデンと治療活動をデザインするつもりです。

守護生命 守護健康 守護愛

Healing garden for Tzu-Chi volunteer

- **liver stasis**
 - Tension, anxiety, neck rigidity, insomnia
 - Lavender, Rosemary, Lily, Mint, Acacia
- **Chi deficiency**
 - fatigue
 - Astragalus, Atractylodes, Southern Ginseng
- **weakness of kidney**
 - Dry eye, back pain
 - Wolfberry, Polygonum multiflorum, Eucommia, Dendrobium, Dogwood

台中慈濟醫院

トリカブト、ニッケイ、ショウガなどの熱性薬草（ハーブ）は寒性体質の人のためのガーデンに、ハンバイジ（杭白）、アロエ、ミントなどの寒性薬草（ハーブ）は熱性体質の人のためのガーデンに植栽するという具合です。

守護生命 守護健康 守護愛

HT activity –Chinese Qigong ,health movement

- In TCM concept, if we increase energy, we can avoid illness. We can arrange traditional Chinese health movement in the healing garden.
- Qigong, Baduanjin, Taijiquan, WTK, Xiang Gong, Wuqinxi etc.

台中慈濟醫院

伝統中国医学における薬草（ハーブ）の帰属性についてもご説明します。ラベンダーは頭痛、不眠症を改善し、ゼラニウムは焦慮、疲れを和らげるとされています。また、それぞれの臓器に作用する薬草というものがあり、「肝」にはローズ、ミント、ウコン、シャクヤクが、「心」にはオウレン、サンソウニン（サネブトナツメの種子）、「脾」にはヨクイニン（ハトムギの実）、インゲンマメ、レンシ（ハスの実）、ブクリョウ、「肺」にはキンギンカ、クワノミ、キョウニン、フキタンボボ、「腎」にはトチュウ、サンシュユ、クコシ（コクノミ）、カシュウ（ツルドクダミの塊根）がそれぞれ用いられます。

守護生命 守護健康 守護愛

Baduanjin activity in the healing garden of Taichung Tzu Chi hospital



台中慈濟醫院

慈濟病院のボランティアの為のヒーリング・ガーデンをご紹介します。

肝鬱（肝臓の鬱血）から緊張、不安、肩こり、不眠のある人のためにラベンター、ローズマリー、ユリ、ミント、アカシアなどを、気が欠乏している状態から疲れやすい人のために、オウギ（キバナオウギの根）、ビャクジュツ（オオバナオケラの根茎）、アマチャヅル（葉）などを植えています。腎臓が弱っている人には、クコシ（クコの実）、カシュウ（ツルドクダミの塊根）、トチュウ、セッコク、サンシュユを用意しています。

守護生命 守護健康 守護愛

Taiwan style HT




Big Love, kindness, and goodness

HT activity according to Taiwan Folk custom at each Solar terms

台中慈濟醫院

仏教の博愛、慈悲深さ、喜捨の精神と各節気の台湾風俗習慣に基づく園芸療法活動によって台湾流園芸療法は行われています。

守護生命 守護健康 守護愛

Thank you for your attention




Jian-jung Chen
E-mail: cjjwei@tzuchi.com.tw

台中慈濟醫院

ご清聴ありがとうございました。