会報誌ページに戻る

自然流”健康づくりの情報誌
認定特定非営利活動法人
天然薬用資源開発機構ニュース
Vol.92
2024冬季号

Contents

1. 身近な薬草「チャノキ」
2. 新年を迎えるにあたり
3. 歯周病再考
4. 森や林について最近思うこと
5. 漢方褒貶「春先のしもやけ」
6. 活動報告／行事予定

京都北山 薬用植物図譜 13
チャノキ

【学　　名】*Camellia sinensis* (L.) Kuntze
【分　　類】ツバキ科ツバキ属
【生 薬 名】チャヨウ（茶葉）、サイチャ（細茶）
【薬用部位】葉
【薬　　効】清熱・利尿、抗菌消炎，収斂止瀉

現代でも常飲されることの多いお茶ですが、古くから薬としても用いられて来ました。チャ（チャノキ）は常緑樹で、基原植物の違いから、大きく *C. sinensis* (L.) Kuntze var. *sinensis* と *C. sinensis* (L.) Kuntze var. *assamica* の 2 種に分類されます。前者のシネンシス種は中国に自生するもので樹高が 2-3m と小振りで葉も小さく、栽培品や生垣などでは樹高 1m ほどの低木です。日本の緑茶はこの種から製造されます。もう一方のアッサム種はインドのアッサム地方に自生し、野生品では樹高が 7-8m になり、10m を超えるものもあります。葉も大きく茶葉の収量も多い為、近年では紅茶はこのアッサム種が主流となっています。アジア原産の亜熱帯性植物で、熱帯から温帯のアジアに広く分布し、短期間であれば寒さにも耐えられるため、高地などでも栽培されています。また、交易による茶文化の普及により、ロシア南部やアフリカ、オーストラリアやニュージーランドなどでも茶園が造られています。

京都では 10～12 月頃に葉腋に小振りの白い花をつけます。果実はたいてい三室からなり、それぞれに一つずつ種子を持ちます。この果実は花の翌年の秋に熟します。葉は互生し、長めの楕円形で光沢があり、縁には浅い鋸歯があります。葉を採集し、蒸して揉んで乾燥させたものが茶葉(ﾁｬﾖｳ)と呼ばれ、日本薬局方外生薬として規格が定められています（局外生規 2022）。

茶は緑茶（不発酵）、烏龍茶（半発酵）、紅茶（完全発酵）に大きく分けられますが、どれもチャの葉を原料とします。日本の緑茶は立春から八十八日目、丁度、霜が降りなくなる時期に収穫する一番茶を皮切りに秋近くまで数回収穫されます。チャの葉はカフェインやタンニンが高含有であり、緑茶にはその他、うまみ成分のアミノ酸やビタミン C も多く含まれています。カフェイン（アルカロイド）は中枢興奮作用や利尿作用、鎮痛作用をもたらし、タンニン（カテキン）は脂質過酸化を抑制し、脂肪分解阻害作用を示すほか、酸化作用やコレステロール低下作用、血糖値上昇抑制作用、抗がん作用があると言われています。また、民間薬としては風邪の予防の為にうがい薬として利用されています。

3 頁下部に続く

令和七年　新年を迎えるにあたり

理事長・医学博士　山原　條二

新年は十二支では〝巳〟の年で、十二獣では蛇に配されています。巳は〝し〟で「やむ」、すなわち万物が繁盛の極となった状態を言っています。植物をよく観察し、発生から繁茂、種子等として伏蔵の後、さらに発生へ、との循環を説いているわけです。

令和六年は、正月から地震に驚き、異常な夏の暑さに苦労し、また、世界各地で政変が続き、何が起きても対応出来る様な心構えが必要と思われます。健康体である事が基本なのは変わりありません。健全な心身を維持、回復させるための生活習慣の実践に令和七年も花脊の山へ是非、ご来遊ください。四季それぞれの自然の変化を知り、自然に逆らわない旬の食材を楽しみ、明日へ繋がる一年の設計図がきっと見つかると思います。

〝自楽平生道〟　日頃からやることは全て自分の好む事をやるという私流の生き方を来年も続けていきたいと思っています。皆様もよい新年をお迎えください。

歯 周 病 再 考

山原　條二

歯周病はご存知の様に *Porphyromonas gingivalis*（*P.* ジンジバリス）などの歯周病原因菌によって引き起こされる感染性炎症疾患で、歯周の組織を破壊して歯自体を動揺させ、最終的に脱落に繋がる病気です。

厚生労働省の令和４年の調査によると、80 歳で 20 本以上の歯が残存している高齢者の割合は 51.2%である (https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_33814.html) と、信じられない数値が示されています。（因みに、筆者の自前の歯は子供の頃の不養生により、僅かに１本残存するのみです。）最近の研究を見ていますと、歯周病にかかりますと、口腔内の不都合のみならず、全身の症状にも深く関与してくる事が判明してきていますので、その一部を紹介・解説し、健康体の維持、回復に対する定期的な歯の手入れの必要性を知っていただけたらと思います。

歯周病に罹患した部位やその周辺において *P.* ジンジバリス菌などが歯面や歯石で増殖することにより、炎症が発生し、その起炎物質としてサイトカインと言われる TNF-α、IL-1、IL-6 などが歯周組織周辺に放出されるだけでなく、血中にも移行し、全身におけるこれらの物質の数値の上昇が報告されています。血液検査の項目中に CRP というのがありますが、これは全身的な炎症のマーカーであり、この数値の上昇も招きます。アテローム性動脈硬化と言う言葉を聞かれたことがあるかと思います。動脈の内側に粥状(ｼﾞｭｸｼﾞｮｳ)の隆起（アテローム性プラーク）が発生しますと、動脈硬化症への進行が認められ、血中悪玉コレステロール（LDL-コレステロール）値の上昇と善玉コレステロール（HDL-コレステロール）値の低下など動脈硬化関連のマーカーの変動へと進みますが、これらの血管内皮の傷害には起炎性サイトカイン値の上昇が関与すると考えられています。それだけではなくインスリン抵抗性（インスリンへの感受性が悪化する）が上昇し、2 型糖尿病への関与、慢性腎臓病との関連などが明らかにされて来ています。歯周病の影響は口腔内だけにとどまらず、全身に影響を及ぼします。定期的な歯科検診を受ける事も必要です。家庭でできる口腔ケア用品として、口腔の洗浄殺菌剤が市販されていますが、これを日常的に用いますと、口腔内の常在菌も殺してしまい、丁度、抗生物質を長期に服用し、お腹の変調を感じるのと同様、よい処置法とは言えないと思います。

私事ですが、本年 11 月初旬に、25 年振りに人間ドック（入院付き）で最新の医療機器すべての検査を受けました。秋は患者が少ないので病棟はガラガラ、何とか異常を見出して長期の入院へと繋げたいのか、色々とやってくれましたが、膀胱結石と前立腺肥大くらいが見つかり、処置は一日で終了しました。おそらく期待されていたであろう腫瘍はどこにも無く出て来ましたが、病院に居るだけで病気になりそうな貴重な体験をしました。また、歯だけでなく、定期的に時々、全身の検査を受けておく必要性も併せて実感いたしました。

京都北山薬用植物図譜「チャノキ」続き

日本での喫茶の歴史を振り返りますと、平安時代は遣唐使などもあり、唐とは貿易も人的交流も盛んでした。文化先進国である唐から茶文化も伝わり、9 世紀初頭の嵯峨天皇の時代には団茶（上質の茶葉を蒸し、圧搾により水分と油分を除き、摺りつぶして型に入れて成形、固形化したもの）を火で炙って粉末にし、湯で煮たものを喫茶することが上流階級では流行しましたが、それほど広がりませんでした。鎌倉時代、宋より栄西が当時広まっていた作法と共に茶の苗木を持ち帰ったことで、抹茶文化が日本にもたらされました。室町時代には、日本独自の茶の湯の文化が創作され、今日に至ります。日頃普通に用いられている茶葉の使い方は煎茶が主流ですが、煎茶は江戸時代初期に隠元禅師が中国から今の様な飲用法で煎茶を紹介し、国民飲料として定着しました。

中国・雲南省　普洱（ﾌﾟｰｱﾙ茶の本場）で購入の団茶の飾り物

国産の茶の生産量は約 9 万 t で静岡がその 1/2 を占めています。漢方処方にも緑茶は用いられ、頭痛などにも有効ですが、タンニン類が高含有な事から風邪ウィルスの不活性化作用も知られており、風邪の予防薬として嗽に用いる有用性はその辺りにあると思われます。

森や林について最近思うこと

山原　條二

孫から「お祖父さん（筆者）の生活史を聞きたい」と問われ、子供の頃を懐古してみますと、毎日が自然との共生で周囲は子供の声で活気があった事が第一に思い出されます。近代文明は物質生産を進めると人間は幸福になると考え、自然科学を中心として学問もその達成の為、系統立てられて来ました。ところが、本年の夏の暑さは近代文明の関与が否定できないと考えるのが妥当と思われました。パソコンやスマートフォンと無関係でいられない日常生活に慣れ親しんでしまった多くの人々は当たり前をもう一度考えてみる必要がある様に思い、特に森や林について焦点を絞りお伝えすべく、筆をとりました。

私が花脊の山に行った時には「どうや、変わりないか？」と声をかける場所があります。セミナーハウス裏の畑から抜けて寺谷川沿いの左手の山並みです。ここはトガ（栂）やモミ（樅）の自然林の残る、京都でも数少ない貴重な場所です。もう一ヶ所はユンボ小屋前のダムの上の自然林で、樹齢 200-300 年の台杉を含む京都北山の本来の森を見る事の出来る空間が広がっています。京都北山の手入れのされた杉林は有名ですが、経済的効果を考えて 30-40 年で換金出来る床柱用材の育成を目的とした物が北山全体と思われていること自体が問題ではないかと私は考えます。

北山の床柱用の丸太を育生する為の林業は古くからあったわけではありません。茶室などの数寄屋造り用のいわば特注品として伝承されて来ていた特別仕立ての用材であったと思います。私が学生の頃、もう 60 年も前の高度経済成長期前後に高雄の高山寺から少し北へ行った北山丸太の中心である中川という集落を磨丸太の加工の見学に訪問したことがあります。集落の西に確か“菩提の滝”という小さな滝があり、その滝壷周辺に蓄積した細かい砂を持って来て、粗方剥皮（晩秋に伐採しますので、樹皮は夏季のように簡単には剥がせません）した丸太をこの砂でもって丁度サンドペーパーをかける様に主婦を中心とした人々が丁寧に名前の通りに磨きます。この磨き作業は 1 日に数本仕上げられたらいい方だと聞いた記憶があります。手間をかけた大変貴重な品でしたので、高価に取引されていました。経済成長期で建築ブームとなり、洋風の建物内にも床の間を造るのが流行した時期でもあり、北山丸太は“儲かる”仕事に変貌し、吉野杉で有名な吉野でも丸太用の植林を行う人が出て来たとも聞きます。もともとそれほど多くの需要の望めない品種でしたから、価格の上昇と品薄感は林業家の新たな丸太用材の植林の意欲を掻き立てないわけがありませんでした。大量の磨丸太の供給に高圧洗浄機が導入されました。微細な砂で磨く 1 日作業が僅か数十分で完了です。しかし、最近の住宅では床の間の設えなどほとんど見る事がありません。昭和 30 年-40 年代に植林した杉はもう伐採の時期が過ぎてしまっています。床柱用の丸太は最盛期の 1/10 の価格でしか売れません。機械化でいくらでも安く造れます。売れないのでさらに低価格で注文を取るという悪循環から考えを変え、ブーム以前の様に特注品の位置に磨丸太を戻し、100-200 年先を考え、大径材を造林する方向への転換が必要に思われます。社会の要請により、産業の形態も合わせていくのが通常です。

森や林の持つ効果は今、材木の価格にのみ反映され、森や林の中には手入れもされずに放置されたところも目立ちます。しかしながら、材木の価格 ＝ 森や林の価値ではありません。日本の文化に密接に関与してきている森林文化を、四季の移り変わりに対応した森や林の美しさを、そして、自然の恵みを再考してみる必要があります。秋に虫の声を聞いても、欧米人は騒音としか感じないそうです。秋の紅葉にも感動しません。日本の風土が造り出した日本文化の基はこの辺りにある様に思えます。森林は CO_2 の削減に有効とされますが、間違った解釈がなされています。植物は、昼は CO_2 を吸収し O_2 を出しますので、CO_2 の削減に役立っていますが、夜には O_2 を使って、CO_2 を排出しています。森林の役割は CO_2 の固定と言う点から注目しないといけません。植物体を構成する材木の主成分セルロースやリグナンがその役目を担っています。ですから、草類がいくら多くても空気の浄化などはあるかもしれませんが、CO_2 の削減にはほとんど有効とは言えません。現在の短期で投資資金を回収するような林業の考え方に問題があります。

法隆寺金堂の材木は築後 1400 年近く経過しても、立派に役目を遂行しています。現代の建売り住宅（木造）の耐用年数は 20-30 年です。これは骨組みに用いる材木の生育年数と深い関係があります。20-30cm 角の杉材ですと、植林後 30-40 年で取れます。しかしながら、これよりも大径の良材を 100 年-200 年かけて生育させますと、もっと耐用年数は向上します。それだけではありません。材木のもとは空気中の CO_2 です。多量の CO_2 が大径の材木に貯蓄されていると知って、良材を用いることは、長く CO_2 を固定している事となり、環境保全に役立っている事にもなります。目先の利益を追う現代社会に対抗し、花脊の森の木々は 100 年、200 年先までじっくりと生育させたいと思っています。チョロチョロ、ヒョロヒョロの木しかない軽薄な森には仕上げたくないと念じています。

生きている事の充実感を、アメリカの次期大統領のトランプさんの様に儲けるか、損しないかということに求める人はそれはそれで宜しいでしょう。物質的な豊かさ ＝「人生」ではないと感じる人も多くなってきている様に感じています。

一昨年、本法人の国内研修で栃木県／福島県方面の主として神社に残る、いわゆる社に数百年、生育し続けて来ている巨木達の見学に行きました。受け止め方は様々でしょうが、写真のような神社の大杉に接する時、悠久の時と安堵感、生命力の威圧感などを私は感じました。これは花脊の森では経験できない何かがあるのでしょうか。なかなか理屈では解析できない事柄もまだまだ世の中には多くあるのです。

「逆杉」
栃木・塩原八幡宮

「翁杉媼杉」
福島・諏訪神社

「鳥居杉」
福島・磐椅神社

—森や林の機能について—

日頃、森や林といった自然環境に接する事の少なくなった皆様には、森や林の機能をもう一度、整理して考えてみる必要があるように思います。単に材木の供給源としての価値しか考えない方々が多い様に思います。

〇山からの収穫物の利用

合理性のみを追求する現代の山への評価

⇒ 生育している木の種類と年数による市場価値 ＝ 山の価値

- 土木・建築
- 工芸用

- 産業用　木炭や製画材など
- 副産物　山菜や茸

〇山の環境保全や心身への保健、休養機能

評価を金銭で示すことが困難な山の重要な役割については評価されていないのが現状

- 気候安定
- 大気浄化
- 騒音防止
- 水源と水の浄化
- 土壌保全

- 心身を休める休養
  ・・・樹木や鳥の名前を憶えたり、
  新緑の芽吹きの頃の毎日の変化に驚いたり、
  錦秋の紅葉を楽しめない人はいないはずです。
- その他
  ・・・個々人がそれぞれ山から得られるものなど

漢方療法シリーズ
漢方褒貶(ほうへん)(28)

春先のしもやけ

本年 3 月末～4 月初旬にその頃としては大変珍しい“しもやけ”の方が次いで来られました。もし、その気(ケ)のある方はその前から服用されますとこの冬～春を無事に乗り切ることが出来ますので、漢方の考え方を解説しておきます。まず、冷えや寒さについての用語を説明いたします。

悪寒　…　風邪にかかった初期で、ぞくぞくした強い寒気を感じる症状。
　　厚着をしても、暖房を強めても寒さは緩和しません。
寒慄(寒戦)…　悪寒によって身体の震えが出る症状。悪寒よりも強い寒さを感じます。
手足厥(けつ)冷　…　手足が冷たい症状。寒さの及ぶ範囲は手足の指先、手首、足首です。
手足厥寒　…　厥冷よりも寒さは軽く、手足が寒い状態。
手足厥逆　…　手足が大変冷たい症状で、手足、肘、膝まで達します。

※悪寒や寒慄は外部の侵入による急性の病気に属し、冷え症の範囲ではありません。

冷えの原因

① 陽気の不足：生来の陽虚体質やほかの病気で陽気が損なわれ、外寒が体内へ侵入しやすくなったために冷えを強く感じます。陽気を補益する処方が有効です。

② 陽気の停滞：陽気の流れが悪化し、体の隅々まで陽気が行き渡らない状態となります。その原因は 2 つ考えられます。いずれも陽気の流れをよくする処方で対応します。
(1).情緒失調、ストレスによって肝気の機能が阻害されてしまった様な自律神経失調症など
(2).邪気が体内に鬱滞して陽気の体内分布を阻害

③ 血虚体質や慢性疾患で血量が少なくなり、血液の持っている温養機能が減退するために寒邪が四肢に停滞し、血の流れを悪化して瘀血も生じやすくなります。養血散寒と活血作用のある処方を考える必要があります。

①には補中益気湯や四逆湯、桂枝加朮附湯を用います。②には四逆散、③は温経湯や当帰四逆加呉茱萸生姜湯などを用います。

最近の気候変動や食事内容の多様化、住環境も含めた生活環境など総合的に判断すると、多くの“しもやけ”の発症予防や治療には当帰四逆加呉茱萸生姜湯が一番無難で、私の場合は、生姜に「金時ショウガ」を用いるので、治る効率も良くなります。“しもやけ”で皮膚科に行かれて、処方された外用剤を用いてもほとんど満足されず、仕方なく漢方薬を求められる方がほとんどですが、漢方療法が強い効果を示す領域の疾患だと言えます。

当帰四逆加呉茱萸生姜湯の出典は傷寒論です。体内にもともと長期に及ぶ寒がある場合に、煎じる方法として、清酒と水を半分ずつ混ぜたもので煎じることで酒の温の力を用い、長年の寒を駆逐させていることが、その原文から窺うことが出来ます。お酒が苦手ではない“しもやけ”持ちは酒と共に服用されると宜しいと思います。当帰四逆加呉茱萸生姜湯は九種の生薬で処方されていますので、出典には“右九味、以水六升、清酒六升、和煮取五升、去滓、分温五服”とあります。

2024年９月・10月・11月の活動報告

京都薬草の森公園

９月７日（土）公開整備

白露のこの日、京都の市内中心部の暑さを逃れ、花背で涼しさを感じながら畑での作業と思いきや、今年は花背でも残暑の厳しさを感じる一日となりました。畑ではジャガイモ、サフラン、ニンニク、チャイブの植付！球根類は来年までしばしのお別れですが、ジャガイモは12月の収穫が楽しみです。

十二月に収穫の立派なジャガイモ植付にご参加の皆様、有難うございました。

お昼は秋のお魚、秋刀魚のムニエルにカボチャの煮物、珍しいカボチャの新芽のお浸し、理事長手作りのヒジキ煮や定番の具沢山お味噌汁に野菜の蒸し煮、ポテトサラダとチャイブご飯は収穫が待ち遠しくなるお味でした。会員の方にいただいた生姜の甘酢漬けを箸休めに病気の近寄って来ない昼食を満喫しました。午後の自然観察会ではワレモコウなど秋を告げる草花を愛でました。

10月６日（日）公開整備

寒露目前、最も過ごしやすい山日和の整備の日、100株を超える玉ネギの植付、畑の除草、石拾いとご参加の皆様に頑張っていただきました。

大きく育ったサトイモや金時ショウガに埋もれつつ、玉ネギの植付です。小さなポットから取り出して、根気よく、きれいに並びました。

病気の近寄って来ない昼食は、定番の具沢山お味噌汁に野菜の蒸し煮、ポテトサラダは早生のミカンを添えて彩りよく、鰆のムニエルとカボチャの煮物、スダチで鮮やかに美味しくいただきました。自然観察会ではホトトギスやアケボノソウなど秋の花との出会いを楽しみました。

10月13日（日）薬膳インストラクター養成講座（上級）

京都府医薬品登録販売者協会様からのご依頼で、薬草の森公園にて実習を行いました。50余名の受講生、協会スタッフの方々を迎え、健康造りや農地活用に関する話や花背の植生や薬草についての理事長の講演の他、本法人スタッフによる薬草・薬木の解説を中心とした自然観察会を行いました。

―研修旅行―

11月28日（木）-12月３日（火）南ベトナム青蘗栽培地訪問

ほぼ５年振りの海外研修旅行、４泊６日でベトナム ホーチミン市とTuy Hoaを訪れました。Tuy Hoaでは青蘗の栽培地や栽培予定地および加工場の視察を行いました。青蘗栽培に興味のある多くの農民の方々や地元の役人の方も集まってくださり、新規事業としての青蘗栽培に寄せておられる期待の大きさを実感しました。

農家の皆さんと来年からの胡麻栽培予定地にて

また、現地で青蘗栽培に携わってくださっている会社を訪問し、加工場や植物園の視察のほか、青蘗栽培の実際と課題など今後について意見交換を行うなど、実りある研修旅行となりました。

熱帯ホーチミンでは日本では見かけない野菜や果物が豊富に見られます

高層ビルも増えているホーチミンですが、その足元ではまだまだバラック小屋が並びます

認定 NPO 法人天然薬用資源開発機構 研修旅行について

2025 年度に計画しております国内外の研修旅行につきまして、希望案を募っています。本法人の健康造り、環境保全に関する教育的な意義のある研修地や研修の希望事項などについて、広くご意見・ご希望を募りますので、事務局までお寄せください。

セミナーに関するご意見募集

永らく“自然療法セミナー”は土曜コース／木曜コースの二本立てで行ってまいりました。今般の働き方に対する意識の変化など社会情勢を鑑み、木曜コースのみに集約する事も理事会で検討しています。コースの一本化に関するご意見やセミナーで解説するテーマのご希望、その他セミナーについてなんでもお寄せください。メール、LINE、電話、手紙など、方法は問いませんので事務局までお願いします。

2025 年 1 月・2月・3月の行事予定

◆ 京都薬草の森公園整備　薬草の森公園は雪の為、閉山中です。山開きは明春 4 月です。

◆ 自然療法セミナー：疾患と「生薬」

★セミナーご参加の際は公共交通機関または近隣の駐車場もご利用ください。

午後2時 ～ 4時 （於：事務所3Fセミナー室）

土曜コース：**1月 11日「山梔子」、2月 8 日「山茱萸」、3月 8 日「呉茱萸」**

木曜コース：**1月 23日「山茱萸」、2月 27 日「呉茱萸」、3月 27 日「五味子」**

◎受講料：正会員 **2,500** 円／学生 **1,000** 円／一般 **3,000** 円

※ **セミナーご参加を希望される方は必ず事前に事務局までご連絡ください** ※

新年会 ： 恒例の忘年会に代えまして、2025 年より新年会を開催します。皆様奮ってご参加ください。

2025 年 1 月 11 日（土） 17 時～ 於：京料理「松粂」

参加費：一万円　ご参加くださる方は 2025 年 1 月 6 日 正午までにご連絡ください。

年末年始の休業日：

12月28日(土)～1月5日(日)

令和７年１月の「行事ご案内」はお送りしません。

行事予定は本誌、または HP にてご確認ください。

毎月第2月曜日は「理事長の漢方相談の日」

会員の方、一般の方、どなたでも無料でご相談いただけます。お気軽にお越しください。事前にご予約をお願いします。

日程：**1月 20 日、2 月 17 日、3 月 10 日**

（第 2 月曜が祝日（休日）の時は第 1 週か第 3 週に振替いたします。）

－事務局だより－

全国の会員の皆様、日頃よりご支援くださる皆様、いかがお過ごしでしょうか。令和６年も、もう数えるほどとなりました。元日の地震、初夏から秋まで続いた暑さ、経験の無い大雨など私たちを取り巻く自然環境も恐ろしいほど変化しています。これまでにない暑さは作物にも大きな影響を与え、各地で不作の話が聞かれました。令和７年も、会員の皆様と共に人が病気の近寄って来ない体造りをするのと同様、完全に手遅れになる前に地球の健康維持に関心を寄せ、働きかけていく所存です。花脊は明春まで冬眠ですが、春の山開きには自然を満喫にご来遊ください。

LINE 公式アカウント登録者募集

LINE 公式アカウントにて行事予定や各種情報をご案内しています。

ご登録は QR コード読み取りか LINE ID 検索にて「@624ynjur」とご入力ください。

発行所：認定特定非営利活動法人天然薬用資源開発機構　　編　集：認定特定非営利活動法人天然薬用資源開発機構事務局

〒602-8136　京都市上京区椹木町通黒門東入中御門横町 574 番地1ﾌｧﾙﾏﾌｰﾄﾞﾋﾞﾙ

TEL:075-803-1653　FAX:075-803-1654　E-mail:npo@tenshikai.or.jp　HP:http://www.tenshikai.or.jp

会報誌ページに戻る