

警惕！日本首相访美 释放多重危险信号(下)

互不构成威胁”这一政治共识体现到政策上，落实到行动中，尊重亚洲邻国的安全关切，在军事安全领域谨言慎行。

岸田为何此时对美“投怀送抱”？

就在岸田政府向美国“投怀送抱”之际，其国内执政却危机四伏。

2022年底，日本内阁陷入“辞职多米诺”，多名成员因政治资金使用等问题相继辞职。岸田本人也被曝政治资金收支报

告中有近百张“空白发票”，引发争议。自民党一些要扳倒岸田势力的反对派，还在利用他提出的“通过增税支撑防卫费”问题施压。

丑闻不断，岸田内阁支持率持续走低。自1月7日起为期3天的舆论调查结果显示，岸田内阁的支持率仅为33%。另一项日本全国最新舆论调查则显示，46%的受访者认为岸田应在2023年上半年辞职。

在此情况下岸田

为何要外访，就不难判断了，周永生指出，“过去一旦内政出现问题、支持率下降，安倍就会借用外交手段，岸田也学会了这招，想寻求美国支持，减少内部压力，同时通过此次访问取得外交成果，挽回低迷的支持率。”

但如今的日本物价高涨，经济数据表现疲软，民众叫苦不迭，岸田政府若不顾民众声音，执意制造分裂对抗，其谋算或许终难如愿。(完)

来源：中国新闻网



1月11日，华盛顿，日本防卫大臣滨田靖一(左)与美国国务卿布林肯(右)握手。

护肺做好五件事(中医养生)

肺为“人之气本”，其既主呼吸之气，又主一身之气，与人体气的生成和运行关系密切，为体内外清气、浊气交换的通道，可辅助主血脉的心脏行血而贯通血脉。护肺要做好五件事：

摩鼻。将两手拇指外侧相互摩擦至有热感后，沿鼻梁、鼻翼两侧上下按摩30次，然后按摩迎香穴20次。对冷空气过敏的人容易出现鼻塞、流涕，经常按摩鼻部可缓解症状。

摩喉。拇指与其他四指张开，虎口对

住咽喉。端坐或站立，仰头，颈部伸直，用手沿咽喉部向下按摩，直到胸部，双手交替30次为一遍，可连续做2至3遍。这种方法有利咽、止咳、化痰的作用。

吐纳。临睡前或刚起床时，躺在床上做腹式呼吸，缓慢地深吸气后再呼气，反复30次。

捶背。端坐，腰背挺直，双目微闭，两手握成空拳，沿脊背捶打，从下向上，再从上到下，如此一遍。先捶背中央，再捶左右两侧，如此3

至4遍。捶背时暂停呼吸，同时叩齿5至10次，并缓缓吞咽津液数次。这个方法有助于预防感冒。

常笑。笑能使人胸廓扩张、胸肌伸展、肺活量增大，在笑中还会不自觉地进行深呼吸，清理呼吸道。人在开怀大笑的时候，可以吸入更多的氧气，呼出废气，加快血液循环，有助于解除疲劳，恢复体力。

此外，一些药膳也有补气益肺、养阴清肺的功效。如黄芪菊花茶，取黄芪、枸杞子各10克，

加水1200毫升，大火煮沸，小火煎煮10分钟，再放入黄菊花6朵，小火煮5分钟，加入适量冰糖调味，当茶饮；生梨贝母汤，取鲜梨一个，洗净去皮、核，切成

小块，与川贝母3至5克、橘子皮半块一起放入碗内或炖盅内，加水300毫升，上笼蒸半小时，拣去贝母和橘皮，喝汤食梨。

来源：中国新闻网

