



宇都宮義真撮影

皆さん、太陽光線はただ明るくて暖いだけであると思っていませんか。勿論、明るい光も暖い光もありますが、決してそれだけでなく、何万種類もの光が集つてくるのであります。

太陽光線は、約四〇%が可視線で、約五九%が赤外線で、約一%が紫外線であります。その内で肉眼で見えるのは可視線だけです。一六六六年にニュートンは、可視線が七色（実は一二八色）の光からなることを発見しました。併し、太陽光線に肉眼には全く見えない不可視線があるなどとは、万有引力の発見者ニュートンでさえ気付きませんでした。この不可視線の赤外線は一八〇〇年にハーテルが、紫外線は一八〇一年にリッターが発見したのであります。

さて、太陽光線は一種の電磁波で、紫外線、可視線、赤外線に大別され、各々にいろいろな波長があつて、波長が異なると作用も異なるのであります。眼に見えない赤外線には特殊な透熱作用があり、紫外線は熱作用のない冷線ですが、強い光化学作用があります。現在、分光分

析学の基礎になる太陽光線のフランボーヘル線は、約三万本も発見されています。

地球上の生物は、この太陽光線がなければ一日も生きていません。ということは、太陽光線が私たちに健康をもたらすことができません。ということは、太陽光線が私たちに健康をもたらすことができません。

地球の生物は、この太陽光線がなければ一日も生きていません。ということは、太陽光線が私たちに健康をもたらすことができません。

ります。

病気の原因は至る所にあります。

すから、人間が悉く病気になつても不思議でありません。併し、病気にならないのは、実際にはいろいろな病気（感冒、小児麻痺、結核、胃腸病、皮膚病、神経痛、癌等）に度々かかっています。病気には軽い間に自然に治癒して、自分では一度も病気につかたことはないと思っているにすぎません。このように自分でも知らぬ間に万病を治す力も、実は太陽光線の作用であります。故に、人類は一切の良薬を失つても全滅しませんが、太陽がなければ到底全滅を免れないのです。

あります。

光線療法の話

宇都宮 義真

さて、太古から病気の授け、病気を治す力を与えてくれているということであります。つまり、私どもの生命と健康を維持するのに太陽光線は必須なものであります。太陽光線は、外見が頗る平凡で、貴賤貧富の差なく平等に恩恵を与えているので、ややもすれば、その偉大な作用が忘れられ勝ちなのであ

ります。太陽光線は、太古から病気の治療に応用されていますが、永久にその価値がなくなることはありません。太陽光線には、細菌を殺す作用や、ビタミンDを合成する作用や、血液を増やす作用や、その他の人智では想像もできない靈妙な作用があります。植物の葉緑素をつくる光合

成も太陽光線の作用ですから、「光線療法の話」より要約引用

太陽光線は、太古から病気の授け、病気を治す力を与えてくれているということであります。つまり、私どもの生命と健康を維持するのに太陽光線は必須なものであります。太陽光線は、外見が頗る平凡で、貴賤貧富の差なく平等に恩恵を与えているので、ややもすれば、その偉大な作用が忘れられ勝ちなのであ

ります。太陽光線は、太古から病気の治療に応用されていますが、永久にその価値がなくなることはありません。太陽光線には、細菌を殺す作用や、ビタミンDを合成する作用や、血液を増やす作用や、その他の人智では想像も古くからあつた太陽光線を使った治療法は試みる価値があります。事実その結果、今日でも日々新らしい領域が多方面にわたり開拓されているのです。

従つて、サナモア光線療法は、身体から病気を治し健康にしますので、病名不明でも誤診でも効果を期待できますので、病名等には余りこだわる必要がなくナモアであります。

併し、特に都会地においては、居住環境に恵まれない上に大気汚染が加わって、この太陽光線の有効な光は、地上では十分に得られないであります。そこで太陽光線の中の有効な光を人間に豊富に発生させて、天候や、時間や、場所等の制限を受けて、何時でも、何所でも自由に応用できるようにしたのがサンモアであります。

日陰では色が悪く育たないのであります。

昭和37年3月5日発行

「健康と光線」に掲載された

(前) 号に、菜食主義者の子女に起つたクル病例を引用し、菜食に徹し過ぎると、ビタミンDだけでなく、カルシウムも不足勝ちになることを述べた。しかし、特に菜食主義者でなくとも、光線浴が健全な発育に果たす重要性を忘れ、且つビタミンDを、添加食品（アメリカでは粉乳にも牛乳にも添加されている）かビタミン剤で補われている。クル病に罹るのである。

(一) 九七五年に、メイヨー・クリニックのカステイルらは、

保育の誤りによってクル病に

引用する。

八症例1▽は、ミネソタ生まれの男児、生後8カ月まで母乳栄養にビタミンA・D・Cを含むビタミン剤を服用、母乳中止後、ミルクや乳製品を嫌つたので、ジユースに柔かくつきつぶしたジャガイモや卵やブリーチやアイスクリームを与えた。その当時のカルシウム摂取量は一日約三

○○ミリグラムと推測される。

9カ月目以降はビタミン剤も中止した。

この子は、10カ月で這い始め、11カ月目に座つたが、母親は発育がやや遅れてると思っていた。

この時点では、胸部レ

め入院。この時は、胸

部レ

ントゲン検査で気管支肺炎の診断を受け治療した。

生後14カ月目に、発育不全精

查のため、メイヨー・クリニッ

クへ送られてきた。初診時、非

活動性で筋力は弱く、歯も生え

ていない。身長、体重、頭囲は

正常を下廻り、大泉門も開いて

いた。検査上、肝疾患、腎疾患、

代謝性疾患はなかつた。頭部お

よび四肢レントゲン所見の異常

から、クル病と診断した。（図

直ちに、ビタミンD強化牛乳

や乳製品ならびにビタミンD剤で治療し

た結果、生後15カ月目で再び這うよう

なり、動作も活発となつた。この時のミ

ルク摂取量は一日六

○○ミリリットル、カルシウム量は一日

七一二ミリグラムで

ある。16カ月目には、椅子につかまつて立

ち歩きし、歯が2本生える。ントゲン所

見も正常化したため治療中止。

八症例2▽は、ケンタッキー生

まれ、黒人男児、生後4カ月ま

での間に、便秘と咳で小児科を

5回受診、5回目に診察した医

師が、上気道の症状が続くのは

、四肢のレントゲンで診断を

確定した。

症例1と同様に、ミルクと乳

製品とビタミン剤で治療したが、

ミルクアレルギー無く、呼吸器

や消化器の障害の徴候も無い。

生後11カ月目のレントゲンでは

治療傾向を示しており、12カ月

で、15カ月目の検査は全て良好

であった。

この問題については、ア

メリカでは第二次世界大戦後に

牛乳や粉乳にビタミンDを強化す

る方法をとつて、クル病の発生

頻度を明らかに減少させた功績生

められた。

この問題については、ア

メリカでは第二次世界大戦後に

牛乳や粉乳にビタミンDを強化す

る方法をとつて、クル病の発生

カルシウムが生体にとって必須のミネラル（電解質）であり、食品から腸で吸収され、全ての生理機能を円滑にし、健康を保つ上で極重要な役割を果していることは今日では常識になってきています。

ところで、健康と病気は裏腹の関係にありますから、カルシウムで病気を予防し治療できるかもしれません。特にカルシウムが他の電解質に比べて不足し勝ちな点からも、カルシウムが治療に与える影響について検討する必要があります。

ただし、カルシウムの摂取と吸収とは別問題であることを知っています。ところが殆どの日常の食品はビタミンDを含有していないので、光線浴が必要量のビタミンDを確保しておかないと、カルシウムを摂っても利用できないのです。即ち、治療面に果すカルシウムの効果も、光線浴があつて有効に作用するのです。

骨多孔症の問題点

年齢が進むにつれて、大変に治りにくい腰痛や関節痛を起こし、骨多孔症と診断される人が、特に婦人に多くみられます。この際、鎮痛剤を服用しながら安静を保ち、あるいはコルセットのような支持具を使うことによって苦痛から逃れようとしていませんか。

確かにこれで痛みは和らぎますので、治療に関して特段の疑問は持たないとしても当たり前です。しかしこれはあくまでも対症療法ですから、その場の効果は期待できますが、骨多孔症はちなみに骨多孔症の最大の問題点は、骨折しやすいことです。アメリカでの研究によれば、骨多孔症の患者は推定一、五〇〇万人おり、年間十九万人がこれ

も極めて難治な大腿骨頸部骨折（股関節部の骨折）を起こしているとのことです。

医学的に骨を太夫にすることは確認されている手段のうち、次

カルシウムは健康の礎

— サナモアで利用できる身体作り —

サナモア中央診療所

光明

の三つを組合せて応用するものです。

一、運動

二、ビタミンD

三、カルシウム

骨多孔症の原因療法

長期的観点に立つ骨多孔症の治療は、自覚症の改善も然る事ながら、骨を丈夫にして骨折を防がなければなりません。でも、カルシウムの効果を発揮する時機も区々です。

カルシウムを単独投与では吸収されにくいため、カルシウムを含む他の骨多孔症の原因が未だ解明されていないこともあって、特異的対して、運動（特に水泳）ビタミンD（毎日四〇〇～八〇〇単位）、カルシウム（毎日一、五〇〇ミリグラム）を用いて長期

に治療を行っていますが、博士を摂るようにする

は二年間の治療で骨折の頻度は十分の一以下になり、四～五年で殆んどゼロに出来ると述べ、顕著な効果のあることを報告しています。

以前、本紙に「成人病合併症と光線療法」について記述したバーラ博士は、骨多孔症にビタミンD、カルシウム、同化ステロイドを単独または併用して投与し、一年後に効果を判定した結果はビタミンDに若干の効果があつたが、他剤は無効と報告しています。

この結論は、骨多孔症は難治な疾患であるにもかかわらず経過観察期間が一年と短いこと、芬蘭の光線の乏しい国ではカルシウムを単独投与では吸収されにくいため、カルシウムを含む他の骨多孔症の原因が未だ解明されていないこともあって、特異的対して、運動（特に水泳）ビタミンD（毎日四〇〇～八〇〇単位）、カルシウム（毎日一、五〇〇ミリグラム）を用いて長期に治療を行っていますが、博士を摂るようにする

を勧めることです。そして習慣にして長期に続けて下さい。

カルシウムに降圧作用

以前、本紙に「成人病合併症と光線療法」について記述したバーラ博士は、骨多孔症にビタミンD、カルシウム、同化ステロイドを単独または併用して投与し、一年後に効果を判定した結果はビタミンDに若干の効果があつたが、他剤は無効と報告しています。

この結論は、骨多孔症は難治な疾患であるにもかかわらず経過観察期間が一年と短いこと、芬蘭の光線の乏しい国ではカルシウムを単独投与では吸収されにくいため、カルシウムを含む他の骨多孔症の原因が未だ解明されていないこともあって、特異的対して、運動（特に水泳）ビタミンD（毎日四〇〇～八〇〇単位）、カルシウム（毎日一、五〇〇ミリグラム）を用いて長期に治療を行っていますが、博士を摂るようにする

相次いで実証されたのです。ジョンズ・ Hopkins 大学のビラー博士は、血圧が正常範囲にある若年成人を対象に、一日一、〇〇〇ミリグラムのカルシウムを服用させて血圧の変動を調べ、高血圧で重視される拡張期圧が六～九%低下することを報告しています。

コネル大学のレスニック博士は、軽症高血圧でカルシウムの降圧効果を検討した結果、満

れ効果も報告されています。こ

に治療を行っていますが、博士を摂るようにする

(五ページよりつづく)

足すべき降圧作用を認めため、これに該当するアメリカ人は安易に降圧剤を服用しないで、また

カルシウムを豊富に含有し、

ビタミンDも添加されている牛

乳を一日に一リットル飲んで血

圧の状態を調べるようアドバイ

スしています。なお、マサチュー

セツのカステリ博士は、栄養

調査報告を引用して、平均的ア

メリカ人が摂るカルシウム量は、

栄養学的に勧告されている一日

八〇〇ミリグラム以下であるこ

とを指摘した上で、レスニック

博士の報告を支持しています。

また、前述のビラー博士は、

妊娠中、特に妊娠後期にみられ

る高血圧が、カルシウムを補給

することで防げることを明らか

にしています。

これらの報告は、私たちに潜

然性を示唆しますが、原因とし

てはカルシウム摂取量の不足と

共に、光線浴が足りないために

ビタミンDが欠乏し、カルシウ

ムの吸収が障害されている可能

性にも注目して治療しないと、

十分な効果をあげ得ないので注

意が必要です。

補充は自然に

私たちには、必要量は吸収し

て体内に蓄え過剰分は吸収しないが、もし吸収しても排泄して恒常性を保つ、ホメオスタシスと呼ぶ機能がそなわっています。これまで述べたカルシウム補充による治療は、カルシウムの生理的なバランス、即ち、ホメオスター・シスの崩れを是正することによって、病気が治る事実を明らかにしました。反面、カルシウムは生理的に必要なものですから、他の薬剤のように副作用を心配しなくてもよいと言ふ利点もあります。

この際、自然の理に適う方法は、ビタミンDを光線浴で作り、カルシウムを吸収できる身体作りをしておいて、カルシウムを豊富に含有する食品を摂ればよいのです。

これまで述べたカルシウムを摂るなら塩を摂ってもよいと言ふことにはなりませんので、お間違いのないようにして下さい。

血圧を増悪させるとして有名なナトリウム（塩）のとり過ぎと対比できます。即ち、高血圧に持っています。ただし、カルシウムを摂るなら塩を摂ってもよいと言ふことにはなりませんので、お間違いのないようにして下さい。

おわりに

目黒通信

☆サナモアの効果を広く知らせるために、『治療所を開きたいが』と問合せがあります。

☆光線治療は、未だ制度化されてませんので、『無害な療法は、業務を行っている事実だけで禁止処罰できない』とした最高裁判決に準拠して行うしかありません。

☆しかし、苟も他人の治療をする以上、基礎的な医学知識は体得しなければいけません。

☆開業希望者は全国に散らばっています。これまでは光線治療師の養成について具体的な措置はとらえずにつきましたが、私にできる協力は惜しみません。

このカカルシウムの作用は、高

光線療法が、人々の健康に寄与し得ることは疑いないにも拘らず、現状の医療体系は薬物手術に偏し、光線の効果についての一般的な認識はなお不十分と言わざるを得ません。このため、人々の健康を願うと共に光線療法について、啓蒙・普及活動を行う目的で、サナモア中央診療所内に『サナモア光線協会』を設立しました。

サナモア光線協会は、設立の趣旨に賛同戴いた会員にて構成し、会員相互の懇親・体験発表・意見交換を通して、光線療法についての理解を深めるため『健康と光線』を季刊にて発行します。

サナモア光線協会
医学博士 宇都宮 光明

協会では、会員を募集しております。
入会希望者は、左記宛て申込み下さい。

〒153 東京都目黒区目黒4-6-18
サナモア光線協会 TEL(03)793-15322

