





(二) れまでも繰り返し述べた如く、ビタミンDは紫外線照射により皮膚で合成されるため、その他のビタミンの様に体内では合成されない必須栄養素とは異なるが、もし仮に紫外線照射を受けないとしたら、食品から摂取しなければならないのでビタミンとしての性質を持つことになる。

例えば北極圏に住むエスキモーにとつて、例年半年間は紫外線を浴びない生活が続くので、この間は食品からビタミンDを摂る必要がある。そこでヒトが全く紫外線を浴びないと仮定した場合に、健康を維持し正常な機能を営むために要するビタミンDの最少必要量はどれくらいか、また如何なる食事で補えるのか、また何が問題となるのかが問題となる。この点に関しては、一応の目安はあるが未だ完全には解決していない。

(一) 一般的にビタミンの必要量は、先ずビタミン欠乏食で動物を飼育して欠乏症を作成し、次に一定期間ビタミンを与えてビタミン欠乏症が認められなくななる量を決め、これを最少必要量とする。次いでビタミン投与量を増してゆき、尿中排泄の臨界点、即ち投与量を増やしても排泄量が増えない点を飽和量として所要量を決定している。その上、水溶性のビタミン(ビタミンB群やCなど)は過剰に摂取しても尿中に排泄されてしまい、重症な中毒症状を伴うことはま

然るにビタミンDは体内で合成される量の測定が難しいことに加えて、僅かに糞便中に排泄されるだけで尿中には殆ど排泄されず、脂溶性ビタミンのため体内に蓄積され、口から取り過ぎると過剰症を起こすなど、飽和量を求めるることは極めて困難である。このため便宜的に少量としている。

然るにビタミンDは体内で合成される量の測定が難しいことに加えて、僅かに糞便中に排泄されるだけで尿中には殆ど排泄されず、脂溶性ビタミンのため体内に蓄積され、口から取り過ぎると過剰症を起こすなど、飽和量を求めるることは極めて困難である。このため便宜的に少量としている。

然るにビタミンDは体内で合成される量の測定が難しいことに加えて、僅かに糞便中に排泄されるだけで尿中には殆ど排泄されず、脂溶性ビタミンのため体内に蓄積され、口から取り過ぎると過剰症を起こすなど、飽和量を求めるることは極めて困難である。このため便宜的に少量としている。

然るにビタミンDは体内で合成される量の測定が難しいことに加えて、僅かに糞便中に排泄されるだけで尿中には殆ど排泄されず、脂溶性ビタミンのため体内に蓄積され、口から取り過ぎると過剰症を起こすなど、飽和量を求めるることは極めて困難である。このため便宜的に少量としている。

然るにビタミンDは体内で合成される量の測定が難しいことに加えて、僅かに糞便中に排泄されるだけで尿中には殆ど排泄されず、脂溶性ビタミンのため体内に蓄積され、口から取り過ぎると過剰症を起こすなど、飽和量を求めるとは絶対にしてはならない。過剰に摂取し過ぎると重い過剰症をもたらす(ビタミンD過剰症)危険がある。

## 応用光線療法學 (32)

### □ ビタミンDの作用 □

#### その 29

シタケ	6 IU	本マグロ(生脂身) 1300IU
牛乳	2	本マグロ(生干) 100
人乳	5	ブリ(生) 360
調製粉乳 400 ~ 625		サンマ(生) 340
バター	80	カツオ(生) 420
ウシ肝	100	カツオブシ 430
レバーベースト	90	ウナギ(かばやき) 170
卵黄	30	ウナギ(きも) 90
全卵	10	サバ(生) 330
サケカン(紅色) 800		マイワシ(生) 530
マス(生)	210	マイワシ(メザシ) 140
マス(塩)	370	サツマアゲ 450
ボラ(生)	100	
ワカサギ	30	

新鮮食品 100 g 中のビタミンD含有量  
(科学技術庁資源調査会編)

医学博士 宇都宮 光明

た日、日本人栄養所要量表に記載され、対照群では全く石灰化を認めな

た。0.2%で3週間

飼育してビタミンD欠乏ラットを作り、このラットにビタミンDの結晶または試料を0.1 mlの綿実油に溶かして直接胃内に一回投与して7日後に解剖し、骨端を増してゆき、尿中排泄の臨界点、即ち投与量を増やしても排泄量が増えない点を飽和量として所要量を決定している。その

上、水溶性のビタミン(ビタミンB群やCなど)は過剰に摂取しても尿中に排泄されてしまい、この試験法を用いて骨端軟骨部切断面の石灰化を調べると、

この数値は欠乏症の予防も然る事ながら、過剰症を起こさない安全量に対する配慮がなされている。例えば育児用の調製粉乳には、くる病を防ぐため400 IU(二五 IUのビタミンDが添加されている)。しかし乳幼児がどの程度光線を浴びたかは著しい個人差があり、従って体内にいるビタミンDの量も各々異なる。それ故、過剰症を生じる危険性のない量で基準値は決めら

(二) れまで再三述べた如く、自然の摂理に従つて紫外線の助けを借りて皮膚で合成しないければ、絶対に過剰症を起こさない。反面、皮膚に於ける産生量は未だ明確ではないものの、母乳が殆どビタミンDを含まないのに時々日光浴をさせて貰つてかかる乳幼児は決して病にかかるらしいことから考へても、生体には生まれながらに必要量をいとも簡単に合成する能力があ

いが、ビタミンD投与群では投与量を増すことにより石灰沈着が比例的に増加する。即ちビタミンD○・○二五 μgで石灰化が始ままり、○・一 μg骨端部を横断する

W H Oは1日当たりのビタミンD所要量を、出生から6歳まで四〇〇 IU(厚生省は出生から5歳まで)、7歳以上一〇〇 I

H O(世界保健機構)は、結晶ビタミンD○・○二五 μgの活性を少必要量に安全率をかけて所要量としている。

いが、ビタミンD投与群では投

与量を増すことににより石灰沈着

が定めた値に準じて決められている。

W H Oは1日当たりのビタミンD所要量を、出生から6歳まで四〇〇 IU(厚生省は出生から5歳まで)、7歳以上一〇〇 I

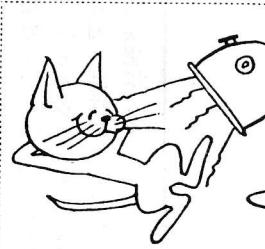
U(厚生省は6歳以上)、妊娠婦、授乳婦四〇〇 IU(厚生省は妊娠婦前半期、妊娠後半期、授乳期には加量として三〇〇 IUを加

て)、○・一 μgは41 IU、1 μgは40 I

で、○・一 μgは41 IU、1 μgは40 I

れでいるのである。





## 一治験例報

山口県岩国市の井川先生の紹介でサナモアを愛用させて頂いております。

七十才になる私ですが、昨年正月三日よりギックリ腰になりあちらこちらの外科医はもとより、あんま、ハリの施術をうけましたが結果はあまりおもわしくなく、毎日痛いと困惑しておりました。

そんな折り私方に永年勤めに来てくれている山田さんと言う婦人の方より一度だけ騙さ

りました。思いもよらぬ事なので嬉しくなりました。

肩凝りを起こす原因は多種多様で、過労、ストレス、不自然な姿勢、目の使い過ぎ、頸椎の病気、血圧の異常などがあります。

今回、たまたま前田、海渡両先生の治験例が、肩凝りを主訴とした症例でしたので軽めて掲載

させて頂きました。

ふるつて投稿下さい。

## 肩凝り二症例

## 症例1

前田光線治療所

前田 ミサ

8日間治療したにも拘らず、凝

がこわ張って、重苦しく感じたり、鈍い痛みを感じたりする状態を言うことは御存じの通りです。従って、病名と言うより寧ろ症名です。肩凝りを起こす原因は多種多様で、過労、ストレス、不自然な姿勢、目の使い過ぎ、頸椎の病気、血圧の異常などがあります。

今回、たまたま前田、海渡両先生の治験例が、肩凝りを主訴とした症例でしたので軽めて掲載

させて頂きました。

後にサナモアBDカーボンで両乳房に1号集光器を使用して各30-40分照射しました。

初回の治療でとても楽になり、2回目、3回目は照射時間も短時間で済みました。乳房の凝りがなくなるに連れて首筋から肩の凝りや痛みを忘れるようになります。身体全体が軽くすっきりして笑顔も出るようになりました。

明日からにはぱりぱり仕事ができること喜んで帰って行かれました。

福岡県春日市桜ヶ丘八一三  
TEL 092 (581) 20

39

患者は55歳の女性で、職業は生花教師です。

これ迄にも反復して肩凝りを起しましたが、2、3回按摩

ボンを使って、足裏、足首、膝、腰、背、肩前後、後頭部、時に

気持ちの良いあいだ照射し、そのりしていました。しかし今回は

右足も今少しで、かくと白い粉が出る部分が親指位に縮小しております。

その後三回目の治療の折り、先生にサナモアをお願いして手に入れ、以来毎日家庭での治療に努めています。現在ではあれほど頑固だったギックリ腰も、もう少しで全快ともいえる位になりました。

遅くなりましたが近況を報

いたします。

お申込みました。

この症例にはサナモアABカーボンを使用し、首(1号集光器)10分、左右の耳(2号集光器)各5分、背10分、腰10分、下腹部10分、左右横腹各5分、肛門5分、膝5分、左右膝外側10分、頸5分照射しました。

にかけて酷くこわ張った感じがあり、首は左右どちらに動かしても痛みを感じるため、病院、指圧、針灸と色々変えて治療を受けてましたが中々よくならず、仕事も手につかなくて困っていました。この話を友人にしました。光線治療をすればきっと良くなるとすすめられ、当院を紹介されました。

なお既往歴に思いあたる原因はありませんし、整形外科でも検査上はどこにも特別な異常は認めないと言われています。しかし以前から血圧が高めで、本態性高血圧症(最も多い高血圧症)で遺伝傾向があるが原因はよく分かっていない」と診断されているとのことですので、今回症状を起こした誘因に高血圧が関係していたのかも知れません。

## 症例2

東京光線治療院

海渡 一一三

患者は45歳の男性です。

三ヵ月前より首筋から背、肩

関係していたのかも知れません。

光線療法はサナモアABカーボンを使って、足裏、足首、膝、腰、背、肩前後、後頭部、時に

気持ちの良いあいだ照射し、その

り發もなく順調に推移しています。

川崎市中原区丸子通二一七〇

九 TEL 044 (722)

5067

## ★ 病気の原因

### について

病気の原因には「外因」と「内因」がありますが、ともすれば「外因」が重視され勝ります。しかし罹患、発病には患者側の因子、即ち「内因」が大きく関わっています。例えば感染症の場合は、細菌やウイルスのよつた「外因」に接しても罹る人と罹らない人があるのは、偏に「内因」としての身体の抵

抗力があるか否かに關係します。

一薬の不足は病気の原因にならないが  
光線の不足は病気の原因になる

## 身体から治す光線療法

医学博士 宇都宮 光明

病気の原因には「外因」と「内因」がありますが、ともすれば「外因」が重視され勝ります。しかし罹患、発病には患者側の因子、即ち「内因」が大きく関わっています。例えば感染症の場合は、細菌やウイルスのよつた「外因」に接しても罹る人と罹らない人があるのは、偏に「内因」としての身体の抵

抗力があるか否かに關係します。骨が脆くなるのはカルシウムの不足が原因と思っている人は沢山います。くる病、骨軟化症、骨粗鬆症の原因が、もしも単に食事のカルシウムが足りないからです。骨の疾患はカルシウムを与えられ

なってします。鶏卵一個の殻には約2gのカルシウムがありますから、一日の必要量は卵

殻一つで十分に補えます。しかし實際に骨が病的に脆くなる主な原因是内因になります。即ち日光を浴びる機会が減ったためビタミンDが欠乏する結果、食事中のカルシウムを吸収、利用する上で必要な働きをするビタミンD依存性カルシウム結合蛋白が不足(内因)し、幾らカルシウムを摂っても利用できず便中に排泄してしまうのです。

要するに病気の真の原因是、寧ろ「外因」より「内因」になります。光線療法が健康面のみならず殆ど万病に対し有効に作用するのは、内因に働いて身体の力を高めるからであり、蓋し真に不可思議な人体工場の原動力は光線なのです。

★ 病気を治す

### 自然治癒力

今から約二千五百年前にギリシャに生まれた医聖ヒポクラテスが、「身体の中にある自然の

力であつて風邪薬ではありません。まして薬は一步間違えると薬害で苦しむ羽目になります。言いうべきであり、これこそ自然の理に適っています。誰もが知らぬ間に病気に罹り、知らぬ間に治っています。また発病した場合も、病気の軽重を問わず、治る過程に各人の自然治癒力が悉く関わっています。自然治癒力が低下している人は、如何なる名医、良薬を以てしても助けることは出来ません。

### ★ 治療の選択

病気の治療法と「薬物療法」と手術療法しかないと思いませんでいる人は決して少なくありません。このような人は適当な薬がなく手術も出来ないと聞くと、治療法はないと決め付けています。それほど薬と手術は過信されていますが、大部分の薬物療法は対症療法に過ぎませんし、病巣部を切り取る手術療法も万能を得出する場合を除いてすべきではありません。

病気には苦痛は付き物ですが、病気の際に何時でも使うためには一台常備して置くと重宝です。それに使う時には時間と場所と人手が要りますが、他人を煩わさずして自分で間に合わせることが可能です。これが家庭療法としてサンモアが普及した理由です。

将来的には私たちの日常生活から太陽は益々遠ざかりますから、健康面からも意識的に光線を浴びる必要があります。また近時、疾病治療に於ける光線の意義を認めて下さる方は著しく増加し、昭和7年に東京光線療法研究所を設立した頃に比べれば、正に驚異的と思える普及を見ることです。

家庭療法として普及する条件は、簡便かつ安全で、普通の人なら誰でも操作でき、使用に伴

う弊害はなく、確かな効果があることです。

サンモア光線療法の使用法は簡単至極で特別の技巧は要りませんし、「光線療法」を参考にすれば普通の人なら直ぐ使えます。また光線の物理的特性は太陽光線と全く同じですから、日光浴を楽しめる人なら安心して使えます。

腎皮質ステロイドホルモンの対症的効果は、皮膚病からリウマチや喘息に至るまで、瞬時にして無症状にするほどです。しかし原疾患を治さない上、取り返しのつかない重篤な副作用を起こすため使わない方が良いとされていますが、他の薬剤の遠く及ばない効果があるため今でも可成り使われています。

手術の乱用も戒めなければなりません。現今、癌の早期発見、早期手術が強調されるあまり、他の良性疾患の手術を急ぎ過ぎて後悔する人は沢山います。しかし殆どの手術は寧ろ晚期手術で十分です。

光線療法は薬物療法や手術療法とは根本的に異なり身体から治す治療法です。光線は自然治癒力を高めますが、ここに光線療法の真骨頂があり万病に使える根拠があります。

### ★ 家庭で出来る

### 光線療法

家庭療法として普及する条件は、簡便かつ安全で、普通の人

なら誰でも操作でき、使用に伴

う弊害はなく、確かな効果があることです。

サンモア光線療法の使用法は簡単至極で特別の技巧は要りませんし、「光線療法」を参考にすれば普通の人なら直ぐ使えます。また光線の物理的特性は太陽光線と全く同じですから、日光浴を楽しめる人なら安心して使えます。

腎皮質ステロイドホルモンの対症的効果は、皮膚病からリウマチや喘息に至るまで、瞬時にして無症状にするほどです。しかし原疾患を治さない上、取り返しのつかない重篤な副作用を起こすため使わない方が良いとされていますが、他の薬剤の遠く及ばない効果があるため今でも可成り使われています。

手術の乱用も戒めなければなりません。現今、癌の早期発見、早期手術が強調されるあまり、他の良性疾患の手術を急ぎ過ぎて後悔する人は沢山います。しかし殆どの手術は寧ろ晚期手術で十分です。

光線療法は薬物療法や手術療法とは根本的に異なり身体から治す治療法です。光線は自然治癒力を高めますが、ここに光線療法の真骨頂があり万病に使える根拠があります。

家庭療法として普及する条件は、簡便かつ安全で、普通の人

なら誰でも操作でき、使用に伴

## サナモアによる膝関節障害の治療について

山口県 井川カイロプラクティック光線療法研究所

井川 豊信

前回（本紙242号）、「サナモアによる肩関節障害の治療について」述べたが、今回は膝関節障害の成因に関する考察に加え、その治療成績について報告する。

### 1. 膝関節の機能

人が立って歩くのに必要な骨盤を支点とした股関節、膝関節、足関節は、皆実に巧妙に設計されており、人間が何十年と云う

体運動に於いて膝関節は重心線の推移に抗し、それを安定的正位に保つよう仕組まれている」と記し、膝関節に無理な外力をかけないためには、重心を正しく二分して身体の平衡を保つようすることの重要性を指摘した。

### 2. 膝関節疾患の原因について

ここでは、外傷（打撲、脱臼、靭帯断裂、骨折等）、リウマチ、腫瘍等によるものは除外し、身体の平衡、即ちアライメントが膝関節に及ぼす影響について言及する。

有名な米国カイザークリニックのカリエット博士が述べているところ、「膝は人体の中で構造的、機能的に極めて複雑な関節で、二本足で歩く人間の膝は一生の間毎日のようにストレスや損傷にさらされている。従って、膝の関節障害はあらゆる筋骨格系の障害のうち発生率は最も高い」のである。また藤原 知博士は著書「運動生理学」で「身

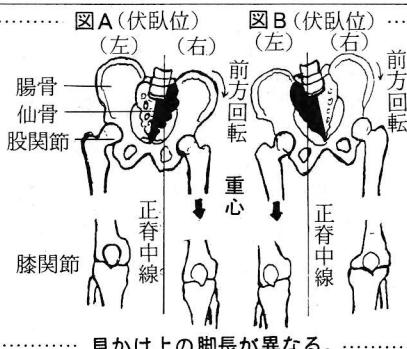
歩行が困難になり、正座も出来なくなる。これらの患者を問診すると、過去か現在かに必ず腰が悪かったことに気付く。而して膝の痛み具合は、大別して次の二つの型がある。

（1）初めは右（又は左）で、それが或る時期に自然に治り、今は反対側が痛い。

（2）片側のみ痛い。

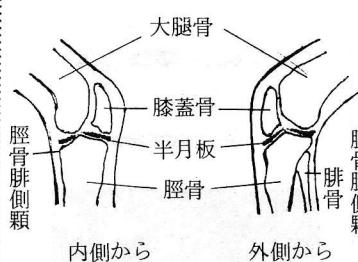
一般的に（1）は慢性化しており、（2）は急性型が多く腰痛を含め治るまで時間がかかるに對し、（2）は急性型が多く比較的短時間で治る場合が多い。

图Bに示したように重心線（体



見かけ上の脚長が異なる。

图C. サナモア照射部位



重）の流れがどちらかの膝関節を圧迫する、即ちアライメント（平衡）の異常が観察され、これが膝関節障害の原因に係わっている。なお、（1）の場合は悪いほうを庇う代償作用で気付かぬうちに反対側を痛めている例が多い。

従って、治療に際して重要なことは、仙骨の中心を正中線に戻すのは勿論のこと、骨盤が傾くような動作、例えば横座りや左右どちらか一方向に腰を振る運動（ゴルフ等）や長時間左右どちらかに体重をかける立仕事をなどをした後には、反対に矯正するように努力しなければならない。また両方の関節を平等に広げる運動、例えば入浴時に固く絞ったタオルを膝の後面にしつかりとはさみ込み体重をかけ乍らゆっくり曲げることは、常に体重により圧迫されている関節面を広げることになり有効な配慮である。

表 1.

順序	部位	カーボン		姿勢	目的
		種類	時間		
1	仙骨部	A B 又 B B	15分	側臥位	腰部（腰、膝）の痛みを和らげ、血液の循環を良くし、重心の偏位による疲労を早期に回復させる。
2	膝関節 1)外側 2)内側	A A 又 B C	各10分	腰掛けた姿勢 (图C参照)	滑膜（関節包）や関節軟骨（半月板）の炎症を鎮め、損傷を修復し、速やかに腫脹を取り除く。椅子に腰掛け、両足をダラリと下げる状態で照射する。
	膝関節 3)後部	B C 又 A A	10分 10分		後部は軟部組織で被われているために光線が透過し易く、消炎鎮痛に効果的である。なお内側半月板が損傷を受け易いので（内側に圧痛がある）、集光器は内側に向けるとよい。
3	足 首	B C	10分	仰臥位 又 腰掛けた姿勢	膝関節に異常に貯留した関節液の吸収を促進する。

## (七ページからつづく)

## 3. サナモアの効果と治療例

膝関節疾患に対するサナモアの照射法を表1にまとめたが、目的に合わせ、順序よく実施することが大切である。カーボンは局所の腫脹の程度により選択し、取り替えては効果を見る。また照射部位は図Cに示した。

押し並べて膝が悪い人は、早く治つて社会復帰したいと云うが、歩きながら治療するのだから相当の根気と辛抱が要ることは云う迄もない。しかし1年間毎週のようなくらいに水を抜いていた74歳の老人を始め、よく辛抱してサナモアの恩恵で完全に治癒した人は枚挙にいとまがない程ある。

今回は治験例として急に膝関節痛を起こした小児の2例を報告する。

## 治験例1 11歳(小学5年生)

昨年10月に突然膝の痛みを訴え16日間休学した。この間五つの病院を受診した。

A病院・単なる成長痛と診断、検査には異常を認めないとのこと。

B病院・レントゲン、血液検査の結果、骨肉腫を疑われC病院を紹介された。

C病院・再検査で骨肉腫は否

定されたが、患者は激痛で夜も眠れない。

B病院・再びB病院で両膝に痛み止めの注射をしたが、痛みが止まらない。

D病院・腰と膝のレントゲン検査を受けたが異常なし。

E病院・D病院から紹介され受診したが、このまま様子を見よとの診断。

以上の経過を辿るも膝の激痛は一向に改善せず、途方に暮れていたところ当所を紹介された。なお初回来院時、痛みのため治療台に自力で上がれない状態であった。

## 治験例2 6歳、男児。

川崎病で入院加療中に右膝関節の腫脹、疼痛を訴え、歩行困難となる。そのため寝台で砂袋を用いて右足の牽引をしたが良くならず、膝の腫脹、疼痛はあつたが、川崎病が落ち着いたのを退院した。

通院後に膝の治療を希望して、痛みのためびっこを引きながら

(跛行) 来院した。

本例は週に1回治療したが、20日後にはほぼ完全に治り、今

は野球に熱中している。夫れ夫れの家庭ではサナモアを購入し、現在愛用されている。

## 4. おわりに

私は膝関節障害の治療に当たって、両足にかかる体重のバランスを均等にすることから始めなければならぬと確信し、常に連域の角度や広さをチェックし、患者にも関心を持つよう教育と指導をしてきた。その上で、血液の循環を促し、神経を再生し、炎症を鎮め、筋力を回復させる、サナモアはこの治療目的を達成するため、私のカイロプラクティック治療と表裏一体となって、実際に重要な役割を果たし多くの患者を救ってきた。それは正に陰と陽の存在と云つても過言でない。

完全に治癒した多くの方々がサナモアに感謝し、異口同音に「本当に助かりました」と云う。

このサナモア愛用者を以て、光線療法の研究を行うと共に、啓蒙・普及活動を行うためサナモア光線協会を設立しました。

サナモア光線協会は、設立の趣旨に賛同載

いた会員にて構成し、季刊紙「健康と光線」を発行します。

協会では、会員を募集しております。入会希望者は、左記宛申込み下さい。

医学博士 サナモア光線協会  
宇都宮 光明

〒153 東京都目黒区目黒4-16-18  
サナモア光線協会 TEL(03)793-1528  
山口県岩国市保津町一-13-1  
一六 TEL 0827(38)  
0151

(本紙の無断転用を禁止します。)

