

# 健康と光線

## 自然を

### ないがしろにした報い

今、科学の進歩を信じるあまり、科学万能の思想が世界を支配しています。しかしこと生命に関するかぎり、あらゆる生命は自然環境の中で生かされているのであって、自然環境を無視して生命の未来はあり得ないことを忘れてはなりません。

太陽光線についても、その恩恵を受けるために適切な日光浴の仕方指導することもなく、闇雲にありもしない弊害を強調することが学問的と考えているとしか思えないような人がいます。

最近の新聞やテレビは、UVAだのUVBだの専門用語まで駆り出して、化粧品を使わないで日光を浴びると、「しみ」や「しわ」や「皮膚ガン」になると脅かします。そのため多くの

人が化粧をしないと「しみ」や「しわ」になると信じていますし、日光を恐れている人までいます。しかしちょっと落ち着いて母親か祖母を思い出してみてください。戦前の日本には化粧をしたり、日焼けどめを塗る習慣はありません。でも皆さんのお母さんやお祖母さんは、皆さんより余程日光を浴びたにもかかわらず奇麗な肌をしていたのではないのでしょうか。勿論、「皮膚ガン」にもかからなかったと思えます。

女性にとって本当に必要で役に立つ知識は、太陽光線がビタミンDを作ること、それ故、妊娠、分娩、そして愛児の発育に大きな関わりを持つことです。そして貴女の骨を丈夫にして、年老いて骨粗鬆症（こつそしょうしやう）で苦しむのを防ぐことです。

更年期前後から、あちこちが痛んで思うように動けないのは、自然をないがしろにした報いかもしれません。

色眼鏡などと言うものも、ちょっと前まではなかったのに、そのため眼の病気になった人など全くありません。でも今では夜の地下道でも色眼鏡をかける人と眼を開けていられない人まゝいます。

眼も使わないと当然退化します。やや抽象的かもしれませんが、健康が病を防ぎ、病を癒すのであって、薬や手術は補助手段に過ぎません。これが医学の原点であることを忘れてはなりません。しかし、実は健康はどの内容の難しい言葉はありません。そのため各人によって勝手に使われているが、少なくとも太陽光線を抜きにして健康を論じることとは不可能です。

## 医学の原点

やや抽象的かもしれませんが、健康が病を防ぎ、病を癒すのであって、薬や手術は補助手段に過ぎません。これが医学の原点であることを忘れてはなりません。しかし、実は健康はどの内容の難しい言葉はありません。そのため各人によって勝手に使われているが、少なくとも太陽光線を抜きにして健康を論じることとは不可能です。

## 発行所

〒153  
東京都目黒区目黒  
4-6-18

## サナモア光線協会

年4回発行  
会費 年500円  
電話 東京(03)  
793-5281  
712-5322

実際、これまでの先人の太陽光線についての研究からも、光線が生体のあらゆる生理機能に関連し、それを調整していることは明らかです。その上、慢性疾患や成人病からガンの予防（五、六面参照）にも関係しています。

## 光線療法を大河に!!

— 忘れてはならないこと —

サナモア光線協会 宇都宮 光明  
医学博士

## 自然自身をして

### 自然を研究させよ!

この度、「光線療法学」の改訂増補版（三面参照）を出版するに際して、あとがきに寺田寅彦随筆集から、私が座右の銘としている文章を引用しました。

「自然の研究者は自然をねじ伏せようとしてはいけない。自然をして自然のおもむく所におもむかしめるように導けばよい。そして自然自身をして自然を研究させ、自然の神秘を物語らせればよい。」

（寺田 寅彦随筆集より）

光線療法は、自然が話す自然の神秘の物語を聞くことです。健康法としての利用はもとより、治療法としても他のいろいろな治療法と併用して、利点を助け、欠点を補います。今回新に発行する「光線療法学」の改訂増補版が、光線療法についての理解を助け、恩恵にあずかる切っ掛けとなれば望外の喜びです。その先は、皆様の創意工夫で応用範囲を拡げていくってください。光線療法を大河に!!

## 「光線療法学」 （改訂増補版）

定価2000円・送料300円

10月1日より発売

株東京光線療法研究所





## 讃光譜



「木」

宇都宮義真撮影



### 治療の理想

薬や手術をはじめとして、病気の治療法はたくさんある。サナモア光線療法もその一つである。中には神様に頼んだほうがよいと思っている人もある。

病気の治療を乗物にたとえれば、同じ目的地に行くのに自分で歩いても人力車でも自転車でも電車でもバスでも汽車でも汽船でも飛行機でも行けるようなものだ。また川に流されて偶然目的地に着くことさえもある。治療の理想は、要するに何の治療法が一番気持ちよく、安全かつ確実に、速やかに奏効するかにある。その上、廉価で簡便なら言うことはない。サナモアはおおむねこの条件に合う家庭療法である。

### せめて気持ちよく

病気の治療は懲罰ではない。苦くて不味い薬を飲んだり、針を刺したり、切って痛い思いをさせたりせずにできないものであるうか。泣き叫ぶ子どもを皆でおさえている姿は、地獄もかくやと思われるのである。だから「お医者様に連れて行くぞ」と言えば泣く子も黙るのである。

### 健康法にもなる

病気の治療がもっと楽に、笑いながら愉快にできればと願うのは筆者ばかりではあるまい。サナモアはおおむねこの条件に適っており、気持ちよく治療できる。

病気には効くが、反面身体には害があるというような方法ではプラスマイナスである。身体が丈夫になって病気が治るものでなければならぬ。始めから有害なことが分かっている麻薬や解熱剤を使わずに痛みや熱に効く治療法が欲しいのである。サナモアはおおむねこの条件に適っている。

### 予防にもなる

薬や手術のように、病気になってからしか使えない治療法ではなく、病気になる前に予防効果のある治療法がもっと普及しなければならぬ。サナモアには抵抗力を高める作用があり、おおむねこの条件に適っている。

### 万病に効く

病気の正しい診断は予想以上に面倒で、従って誤診も多い。一般的に誤診による誤った治療

は却って有害なことは言うまでもない。もしも万病に効いて、弊害のない治療法があれば安心である。サナモアは光線の働きで身体から治す自然療法であり、おおむねこの条件に適う治療法である。

### くせにならぬ

薬によっては段々と分量を増

## どちらがよいか

宇都宮 義真

やさないと効かなくなる。按摩（アンマ）の場合でも、強くしないと効かなくなる。善意に解釈すれば「くせ」になったのであるが、病気が段々重くなっているのかも知れない。「くせ」にならず、病気を根絶やしにする治療法でなければならぬ。サナモアはおおむねこの条件に適っている。

### 切らずに

手術はあまり気持ちのよいものではない。どうしても止むを得ない場合には、思いきって切るしかないが、切らずに治せるなら好んで手術をする必要もあるまい。殊に骨や関節の病気で手や足が曲がって動かなくなると、いかに病気の苦しみが軽くなったとしても不自由なためしに手術を勧められる。同じ治るのなら、手足も元どおりに動かせるようになりたいものである。サナモアにリハビリテーションを併用することにより、おおむねこの条件に適う結果を得ることができる。

### 簡単に

病気の治療は立派な設備のあるところで行うのが如何にも尤もらしくてよい。しかし手軽に簡単に治せるものを好んで大袈裟にする必要はない。まして自分の病気を自分で治せたらどんなに助かるか分らない。サナモアは家庭でできる簡便、有効な治療法として適当である。

「健康と光線」

昭和二十七年十一月五日発行  
「どちらがよいか」を引用した。

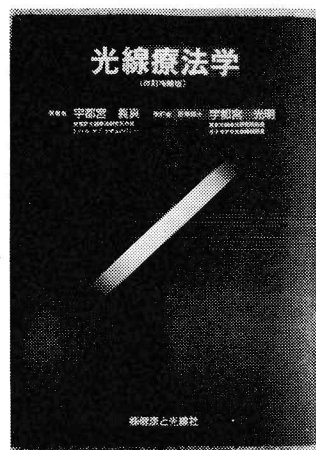


## 「光線療法学」

改訂増補版の発刊に際して

宇都宮 光明 宇都宮義真 和7年に

昭和63年10月1日に発行



56年の歳月が流れました。この間、ご愛用者各位の温かい御鞭撻を頂き、お蔭様で光線療法の理解者は着実に増加しています。東京光線療法研究所では、これまで光線療法についての理解を助ける一助として、宇都宮義真が心血を注いで著し、昭和33年10月1日に発刊した「光線療法学」をご利用頂いて参りま

亡父、

宇都宮義

真が、昭和

宇都宮

サナモア光線協会 宇都宮 光明

活動を開始

サナモア

療法の啓蒙、普及

ドで光線

のブラン

サナモア

## 目次

## 第一章 光線療法について

1、もし太陽がなかったならば  
2、光線の性状と生体に及ぼす影響

3、深部温熱作用について  
4、光生物反応について

5、治療に応用される光線の作用  
6、身体から治す光線療法

## 第二章 光線療法の歴史

1、古代の黄金時代  
2、日光療法の揺籃期

3、中世の暗黒時代  
4、近世の復興の兆し

5、近代の日光療法  
6、人工光源の発明

7、紫外線の抗くる病作用の発見  
8、ビタミンDの発見と合成

9、新生児重症黄疸に対する光線療法

や老人性疾患が増加しました。

また以前は日本人の病気は欧米人とかかなり相違していたのですが、最近急速に西欧化し、どんな欧米人に近づいています。一方、光線医学の分野では、新生児重症黄疸に対する治療効果が揺るぎない地位を確立し、広く臨床に応用されるようになり、皮膚科領域では、光線感受性を高める薬剤を併用した光線療法（PUVA療法）がフィッツ・パトリックらによって再評価され、特にアメリカを中心に難治な皮膚疾患に応用されています。精神科領域ではア

## 第三章 太陽光線と人工光線

## 人工光線

〔1〕太陽の正体

1、太陽の年齢と生物の発生  
2、太陽エネルギーの利用

〔2〕太陽光線とは何ぞや  
1、ニュートンの光のスペクトルの発見

2、ハインリッヒの赤外線の見  
3、リッターらによる紫外線の発見

〔3〕人工光線  
1、太陽光線に代わる人工光線

2、温度輻射  
3、カーボンアーク灯

4、その他の人工光源  
〔4〕総合光線療法の利点

〔1〕カーボンアーク灯による光線療法

## 第四章 光線療法の使用法

〔1〕カーボンアーク灯による光線療法

アメリカ国立精神衛生研究所のレイウィ博士らが、ある種の鬱（うつ）病に光線療法が卓効を示すことを報告しました。ソ連では炭坑夫の炭塵肺を予防するため、光線照射を義務づけ成果をあげていると言われています。また基礎医学に関する分野でも、光線は内分泌機能の高位中枢を支配し、内分泌系全般に影響を与えることが明らかとなりました。免疫を調節する作用をもつことも解明されつつあります。このような状況を背景に、多くの方から改訂増補版発行の

ご要望を頂き準備をしてきましたが、忙しさに加え生来の遅筆のため発行が延び延びになり、予定より大幅に遅れましたが、奇しくも30年を経た同日に改訂増補した「光線療法学」を出版します。

今回新たに発行する「光線療法学」改訂増補版は、原本の体裁を極力継承しながら、時代に即応するように加筆し、病名も追記しました。内容目次は別掲の通りです。

## 器系疾患

〔4〕口腔・食道・胃・腸・肝臓・胆嚢・胆道・脾臓の病気（消化器系疾患）

〔5〕腎臓の病気

〔6〕内分泌腺・物質代謝異常の病気

〔7〕脳・脊髄・神経の病気

〔8〕アレルギー性の病気

〔9〕血液の病気

2、小児科

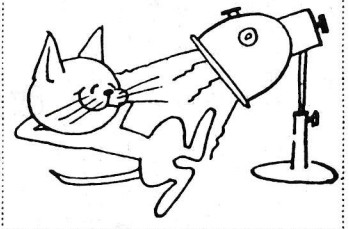
3、外科

4、整形外科

5、泌尿器科

6、皮膚科  
7、耳鼻咽喉科  
8、眼科  
9、産婦人科  
10、精神科  
11、歯科  
12、動物  
13、植物  
14、応用光線療法学は休載致します





## ☆带状疱疹ヘルペス

### △带状疱疹△

**症例** 50歳 男性  
**症状** 急に一侧の耳の周辺に痛みを感じ、耳たぶに触っただけで痛みが増すため、眼鏡も掛けられないようになった。そのため耳鼻科を受診し、最初は外耳炎と診断されて治療したが、耳の奥の方まで痛むようになり、耳の上の髪の毛に触っても薔薇(ばら)の刺(とげ)を刺したような痛みがますますひどくなった。そのため診断は带状疱疹ヘルペス(带状疱疹)に修正された。

患者はサナモアを持っていたが、余りの痛みには堪えられず相談のため来所した。  
**療法経過** 耳部に激痛を訴えていたので、Bカーボンを使用。患部には初め開放で5分照射してから、一号集光器で20分、二号集光器で10分、三号集光器(ガラス管)で耳の穴に10分、小脳(後頭部)5分、一日二回。他にAカーボンで腹、腰、背、足に各5分、一日一回治療した。三日後には耳周辺の痛みは著しく軽快したので、四日目より

## —治療例報告—

### ☆変形性脊椎症

**症例** 48歳 女性  
**症状** 正月の二日に娘夫妻が付き添って来所した。その時は背中の痛みのため三分間として座っていられない状態だった。患者はこれまでも某公立病院に半年間入院し牽引療法を含めいろいろ治療したが、かえって日増しに苦痛が増し、心臓がどうかなりそうになって我慢出来なくなつたため、大晦日に娘さん

BCカーボンに変え、自宅で朝晩二回の治療を続けるように指示した。十日で完治。  
神戸市 ウエノ光線療法 上野 貞氏報告  
Ⅷ 〇七八三九二一八三〇三

来所時、脊柱のあちこちに歪みがあり、投薬のためか食欲はなく、舌全体が真白な分厚い苔(こけ)で覆われていた。  
**療法経過** Aカーボンを使用。患者はかなり衰弱していたので注意して容態をみながら、足裏、足首、膝、尾骨部、仙骨部、腰部、背、後頭部の順に各5分照射したが、格別疲れもせず、照射中に気持ちよさそうに眠ってしまつた。照射後、水分を補給するため、薬草茶に蜂蜜を少々入れた飲料を与えたが、美味しうに全部飲み干した。翌日も娘夫妻が付き添って来所し同様に治療した。三日目には一人でハイヤーで来た。苦痛は多少とも軽くなり、座っている時間も若干ではあるが延長された。その後も日曜日以外は毎日治療した。六日目からは尾骨から頸椎までBCカーボンを使用。特にひどいところは集光して照射し、三週間が過ぎる頃には大分長く座っているが平気になったので、舌や喉頭部も照射し、足や腹はAB、AD、BDを数日おきに交互に使用した。どこに照射しても気持ち良く、陽性反応もなく順調に経過し、二カ月後にははっきり改善の兆しを認めた。

### ☆難病にいどむ

#### 愛用三者だ二より

神戸市 田淵房子

いつもお世話になり、お蔭様で快方に向かい喜んでおります。私の病気は、ビマン性汎網気管支炎といひ、なかなか完治しない難病だと新聞に出ていました。それが、サナモアを愛用したお蔭で今までの症状がとれ、元気に家事にいそしんでおります。毎日、

### ☆早く買えば

良かった……

朝夕二回一時間サナモアを使用。七十年余も引きずって来た蓄膿症もすっかり治り、それと共に合併症が治りつつあります。  
今の医学では治療薬が無いときかされていましたが、私の難病もサナモアで治ると言う信念で一生懸命使用しております。丁度、一年が過ぎましたが、サナモアの偉大な力にただただ驚くばかりです。  
この度、我が家でも購入したお蔭で八十九才の実母の肩凝り、七十九才の義母の膝関節痛が良くなり、病院に行かなくてもすんでおります。本当に嬉しく感謝しておりますが、こんなに効くのならもっと早く買えば良かったと思っております。

広島市 岡 嘉恵

### ☆めまい(眩暈)

**症例** 47歳 女性  
**症状** 横になるとめまいがして目がぐるぐる回り、気分が悪くなる。そのため特に夜寝るときに苦痛がある。患者は心身ともに疲れており、それが原因になつていふように思えた。

**療法経過** Aカーボンを使用。右左耳部各10分(一号集光器)、後頭部5分、腹10分、顔5分、腰10分、膝5分、足裏15分照射。照射中から「気持ちいい」と言っていたが、その日の夜はめまいもなく熟睡できた。その後七日間通院して治療したが、めまいを起こさないようなので自宅療法に切り替えた。以来三カ月が過ぎたが、めまいはなく経過順調で大変喜んでいふ。

川崎市 東京光線治療院 海渡 一二三氏報告  
Ⅷ 〇四四一七二二一五〇六九

### サナモアカーボンの類似品にご注意下さい

サナモアA、B、C、Dカーボンは、その使用法を書いた著書「光線療法学」ともども愛用者各位の御信頼を頂き、全国津々浦々まで高い評価を受けておりますことは、皆様方よくご存知の通りであります。  
ところが他社製カーボンに「光線療法学」をセットしたり、サナモアA、B、C、Dと効果が同じという根拠もないような文句で互換表を添付して販売している業者がいます。もとより、このような道理にもとる行為をする者が何時の世にもいますが、当研究所としては他社製カーボンを使用した場合の効果について一切の責任はもてませんので、ご注意下さい。  
(サナモアカーボンには、製造元イビデン株式会社の商標「B」のマークが必ずついています)

東京光線療法研究所

春日市 前田光線治療所

Ⅷ 〇九二一五八一二〇三九



## (その2)

## カルシウムは健康の礎

## — 乳ガン・結腸ガンを防ぐ —

サナモア光線協会

医学博士 宇都宮 光明

## 続

とを述べました。

本号では引き続きガーランドらによって明らかにされた、ガン予防面に果たすカルシウムの役割について記述します。

前号にアメリカ全土を三〇五六の区域に分けて、ガンの発生率、死亡率を調べた結果、乳ガンと結腸ガンの死亡率が日光に恵まれた南側の地帯で低く、恵まれない北側では有意に高い事実にヒントを得て、ガーランドらが行った研究を引用し、この地域差は従来ガンとの関連が指摘されている他の原因、例えば食事では説明し得ないことから日光照射量が関係すると結論したことを述べました。

## 細胞内カルシウムの役割

ガーランドらが行った研究を引用するについて、細胞内カルシウムの生理的な作用のうち、特に細胞の機能面で果たす作用についてある程度の理解を必要とします。

まず記憶に留めて頂きたいことは、個々の細胞は外部からの刺激を感じると、その結果を細胞内に伝え、細胞はその細胞に固有の働きをするシステムを持つていて、この外部刺激を一次メッセンジャーと呼び、刺激を細胞内に伝達する結合システムを二次メッセンジャーと言います。

ところで細胞内のカルシウムイオン濃度は、細胞が刺激に対して反応した際に上昇し、刺激の量に応じて高い値をとります。が、仕事が終われば低下する仕組みがあります。

このように細胞内カルシウムイオン濃度が刺激に応じて変動する理由について、これまでにされた研究の結果、細胞内カルシウムイオンは二次メッセンジャーの主役として、細胞内に情報を伝達する役目を担っていることが明らかにされました。即ち、細胞が固有の機能を営む上で、カルシウムイオンは情報伝達物質として極めて重要な役割を果たしているのです。

## カルシウムの欠乏と

## 細胞機能障害

二次メッセンジャーとして細胞に情報を伝達し、細胞機能を調節しているカルシウムが不足すれば、情報の伝達是不十分に なりますから、細胞は機能障害を引き起こし、結果として組織が壊されます。

ガーランドらは、日光で生成されるビタミンDがカルシウムの吸収、利用を支配している点に着目し、日光に恵まれない地域に居住する人はカルシウム不足を起し易いため、乳ガン、結腸ガンの罹病率が高いと考えたのです。

## ビタミンD、カルシウムが結腸ガン罹病率に及ぼす影響

## (疫学的研究)

一九八四年に、ガーランドらはシカゴ近郊にある西部電気会社 (The Western Electric Company) に勤務する一九五四人の男性従業員を被験者として、食事で摂取するビタミンDとカルシウムが結腸ガン罹病率に及ぼす影響を調べる機会に恵まれました。被験者になった対象グループの人たちは、既にリチャード・シェケラらにより一九五七年から一九五八年にかけて食事に関するアンケート調査が行われ、その後食事が心臓病やガンに及ぼす影響について、注意深い追跡調査を受けていました。

ガーランドの共同研究者はシエケルと面談の上、これまでの

彼らの研究結果を説明し、ビタミンDならびにカルシウム摂取量と結腸ガンの関連を疫学的に検討するために、長期にわたる詳細な追跡調査が行われているシエケラらの被験者を使った共同研究を要請したのでした。シエケラらはこの要請を受け入れ、ガーランドらを共同研究者として受け入れてくれたので、早速分析に着手できたのです。

各々の被験者が摂取した食事は、研究を開始した時点から集められており、この間三人を除いて追跡されていきました。また各人の食事の内容は、栄養学者によってビタミン摂取量を始めその他すべての栄養素の摂取量が詳細に測定され、検討資料として保存されていきました。

ところでシェケラらが被験対象としたシカゴのグループの中から、四九人が結腸ガンにかかり、一三七二人は検査でガンを認めていません。そこでこの両者の食事の差について分析を進めたのです。

結腸ガンにかかった人と、かからなかった人とは食事のどこが違うかを比較するには、すべての栄養素について検討しなければなりません。まず典型的なアメリカ人は、全カロリーの四三%を脂肪でとる高脂肪食を摂取しますが、この点について両群に差はありません。また植物性蛋白、含水炭素、飽和脂肪酸、不飽和脂肪酸、コレステロール、

カルシウムを除いた電解質、ビタミンDを除いた他のビタミン類など、これまでガンとの関連が論議されている食品も含め、両群に差を認めません。もしあえて言うとしても、体重がやや重く、アルコール摂取量の多い人で結腸ガンになる危険性が若干増す程度です。

これに反し、ガーランドらと興奮させたのは、彼らの予想通り両群の間にある際立った違いは、結腸ガンに罹患したグループではビタミンDとカルシウムの摂取量が少なかったことです。

具体的には、強化牛乳 (注) アメリカで販売されている強化牛乳には、ビタミンDが添加されています) に換算して四杯と二分の一、即ちビタミンDを四五〇IU (国際単位、カルシウムを九四五mg以上とっている人の結腸ガンにかかる確率は三分の一に低下します。

敷衍して説明しますと、最もビタミンDをとらない人は、一日に牛乳一杯分もとまりません (二〇〇IU以下)。一方、とる人は牛乳にして三、四杯分はとっています。この両者で比較しますと、とらない人は二倍の率で結腸ガンに罹病しています。少なくとも牛乳一杯半 (一五〇IU) 以上のビタミンDをとる必要があります。

(日本で売っている牛乳はビタミンDを添加してませんので、ビ

(六ページへつづく)



## (五ページからつづく)

タミンDは日光浴(光線)で補ってください。どうしても光線を浴びる機会がないなら魚で補うしかありません。

カルシウムについては、牛乳にして一杯半に相当する量(三一五mg)以下しかとらない人は、一日に一二〇〇mg以上とる人と比べて、結腸ガンに三倍かかります。この際の境界値は明確ではありませんが、ビタミンDと共にカルシウムを多くするほど、結腸ガンに罹病する危険が低下することが明らかにされたのです。

## カルシウムが結腸の

## 組織像に及ぼす影響

## (実験的研究)

ガーランドらの研究は、アメリカに於けるガン研究の一方の旗頭である、ニューヨークのスローン・ケッティングガン研究所の研究者によって好意的に受け入れられ、病理組織学的に追試されました。即ち、同研究所のマーチン・リプキンとハロルド・ニューマークは、高率に結腸ガンに罹病した家系を持つニューヨーク人を用いて、カルシウム投与前後で結腸の組織を顕微鏡的に検索したのです。

まず家系的に結腸ガンになり易いグループと、結腸ガンがない正常グループとに分けて結腸の組織像を見ると、前者で通常より異常に高い細胞分裂像を認めます。そこで結腸ガンになり

易いグループに、一日に一二五〇mgのカルシウムを与え、二三カ月してから再度組織像を調べると、異常な分裂像がなくなる、正常グループと同じ組織像になることを示し、ガーランドらの説を組織的に裏付けたのです。

## 日本は奇妙な例外国か

ある病気の罹患率が国によって異なり、また同じ国でも時代によって変わることは決して珍しいことではありませんが、ガーランドらが指摘した日光とカルシウムと乳ガン、結腸ガンの関連性について、唯一の例外が日本です。大半の日本人は北緯三三度から四五度に住んでいますが、前号に述べたように同緯度の他の世界各国の乳ガン、結腸ガンの罹病率が高いのに対し、日本の罹病率は極めて低い値を示しています。日本人は十万人当たり約五人罹患するのに、例えばサンフランシスコやコネチカットではその五倍以上罹患します。

この理由についてガーランドらは(既に本紙でも随所で述べたところですが)、煤煙による大気汚染が日光を遮ったために乳ガンがロンドンで多発し、イギリス病(English Disease)と呼ばれるほど蔓延したのに、日本には殆どなかったことに關して当時日本を訪れた一人のイギリスの内科医が記述したことを引

用しています。

1. 日本には公害による大気汚染がない。

2. 日本人はビタミンDを含む魚を好んで食べる。

ガーランドらは、殊に日本人が魚を好んで食べる習慣を強調し、そのため乳ガン、結腸ガンの罹病率が低いのではないかと述べています。

## 日本に於ける

## ガンの罹病率の変遷

ここでは是非とも注意して頂かなければならないことは、一口に病気の西欧化と言われている状態が、近年急速に進行していることです。

ガンについては、本稿で述べた乳ガン、結腸ガンは増加の一端を辿っています。この理由について、一般的には、脂肪の摂取過多、食物繊維の過小摂取などがあげられています。ガーランドらはこれら従来の学説を否定した上で、日光、カルシウム、ガンの関連性を立証したのです。

言うまでもありませんが、ガンが単一の原因で起こると言うような短絡的なことを言う気はありませんが、私達の日常生活から日々日光が遠ざかり、その上食生活の変化によって魚より肉を好むようになったことなどが、病気の交遷の一因に成っている可能性は、記憶にとどめておいてください。

サナモア



Sanamo

サナモア光線協会

趣意書

天地創造の昔から、真の光、即ち太陽光線は、私たちに限りない恩恵を与えています。サナモア光線療法は、この太陽光線の健康増進、疾病予防および治療効果を利用した治療法です。従つて、目に見える可視光線だけでなく、目には見えないが無くてはならない紫外線や赤外線を目的に応じて適切に放射しなければなりません。

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、設立の趣旨に賛同戴いた会員にて構成し、季刊紙「健康と光線」を発行します。

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、左記宛御申込み下さい。

〒153 東京都目黒区目黒4-6-18

サナモア光線協会 TEL (03) 七九三—五二八一  
(03) 七二二—五三三二

(本紙の無断転用を禁止します。)