



南洋土人

○南洋の土人は、以前、氣象台が雨や風の警報を出すことを非常に恐れていました。雨や風の

○病氣の時に、熱が出たり、痛んだり、淋巴腺が腫れたりするのは、暴風の兆候のある時に出る警報のようなものです。薬か何かで一寸症状を押さえ込むだけの対症療法は、南洋土人の

（）サナモア光線療法の効能効果は、使った人以外は中々分からぬといところがありますが、道を歩いていて無理にでもすすめた方がいます。特に慢性病の方に迷っているのを見るのは実に毒です。

—光と熱— 昭和14年4月1日発行
 —医学の理想（電磁波）—
 —光と熱— 昭和14年6月1日発行
 —南洋土人（電磁波）—
 —光と熱— 昭和14年7月1日発行
 —熊と鮭（電磁波）—
 より要約した。

から、食事に勝る食事療法になります。

○しかし警報がなくても、雨は
降りますし風も吹きます。

○サナモア光線療法の効能効果は、使った人以外は中々分からぬことを思ふ。何とも言ふべ事なし。

ての機能を発揮するといつて、治療面でしばしば意外な効用を示しますが、同時に何物にも勝る健康療法なのです。

サナモア照射の効果

宇都宮 義真

医学の理想

〇「こんなに元気になりました」とか「こんな難病が治りました」とわざわざお礼に来られる方がいます。手紙や電話で知らせてくれる方がいます。そんな時に何とも言えぬ喜びを感じます。良いことをしたと思います。

○そのためにも、一人でも多くの人にサナモア光線療法を体験していただき、その恩恵に浴して頂きたいのです。

熊
と
鮭

○熊は上手に鮭を獲って笹につなぎますが、止めることを知らないために坦いで行くうちに皆落としてしまいます。

兆候があるから警報が出ることを知らずに、警報が出るから雨や風になると思ったのです。○警報が出ると必ず雨や風になるので、警報さえなければ天気は良くなるに違いないと思い、遂に気象台を襲撃して破壊してしまいました。

○病気の治療にあたっては、症状を無くすことだけが目的の療法と病気が治って症状も無くなる療法とを冷静に区別すべきです。

○サナモア光線療法は、自ら持つ自然治癒力を高める治療法ですから、健康に自身のない方、慢性病に苦しんでいる方にとつて一考に価します。

○サナモア光線療法は、自ら持つ自然治癒力を高める治療法ですから、健康に自身のない方、慢性病に苦しんでいる方にとつて一考に価します。

○先日、盲腸の手術をして死んだ人の話を聞きました。盲腸は確かに完全に治っていると言わされたそうです。病気は治つても病人は助からなかつたのです。

○果たしてそれで良いのでしょうか？

○医学の理想は、病気を治すことよりも病人を治すことでなければなりません。

○そのためにも、一人でも多くの人にサナモア光線療法を体験していただき、その恩恵に浴して頂きたいのです。

○サナモア照射は、生体のすべての機能を活発にすることによって、治療面でしばしば意外な効用を示しますが、同時に何物にも勝る健康療法なのです。

「光と熱」昭和14年4月1日発行
——医学の理想（電磁波）——

「光と熱」昭和14年6月1日発行
——南洋土人（電磁波）——

「光と熱」昭和14年7月1日発行
——熊と鮭（電磁波）——

より要約した。

ここ何年か、風薫る新緑の候になると、化粧品メーカーは紫外線防止化粧品を売らんがために、紫外線を浴びたらシミ、ソバカスになると女性にとって気になりなるコマーシャルを一斉に始めます。俗に嘘も百遍聞くと本當になるの例えがありますが、毎年これをやられたら不安になつて当たり前です。

しかし事実は（このへんが少しおかしい個性過任で本筋が）（です）の患者数の増加と化粧品の普及とは軌を一にしており、戦後、女性が化粧をするようになつて四〇五年十倍に増加したことが指摘されています。今では化粧品の成分がシミの主要な原因であることは、医学的に常識です。この点については本紙に既述しましたが（昭和60年7月1日発行、第二三八号、続日光浴の効果・サマーファンデーションでメークアップにこだわり）、戦前は大半の女性が化粧をせずに屋外で働いていたにも拘らず、奇麗な肌をしていたことを思い出してくださいされば容易に納得して頂けるはずです。

紫外線性悪説の誤りは明白

昔の人々は太陽の恵みに素直に感謝して暮らしていました。『夏、充分に日光浴をすれば、冬になつても元氣で風邪も引か

骨作りに欠
かせぬ日光

いましたので引
用させて貰いま
した。

事は、「信じていいの?紫外線防止化粧品」の中の囲み記事で、「骨作りに欠かせぬ日光」として、神戸女子薬科大学の小林正教授らの研究を紹介しています。記事は、「とかく目の敵にされがちな紫外線だが、カルシウムの吸収や骨作りに欠かせない

あまり避けすぎるのも体によくない。専門家の研究では、日差

信じていいの？ 紫外線性悪説！

カルシウムをとづても
骨はぼろぼろ・成人病は多発
サナモア中央診療所
医学博士 宇都宮

光明

小林教授は、一〇以下は不足。高齢女性の骨の弱さが問題になっているが、若いうちからカルシウムを吸収しないと。極端に言えば、厚化粧をしたら魚やシイタケを食べるくらいの注意が欲しいと話している」と書かれています。

紫外線防止化粧品の問題点

紫外線防止化粧品の問題点

で副作用の心配もあ
ら正にその通りです

なお同センターでは、「帽子や傘、おしゃれななど紫外線防止効果はかなりあり、こうした用心をしたうえで、まだ足りないと感じた場合は紫外線防止化粧品を使えばよい」としていると書かれていますが、大量の紫外線を一時に浴びたくないのな

光明　！　いますか　これは　化粧品すべての副作用に関連して共通の問題点でありながら、現代科学を以ても未だに解明されていない点でもあります。

しを避ける若い女性の体内のビタミン成分が極端に少ないこともわかっている。

神戸女子薬科大学の小林正教授らは、ビタミンDの体内の量を表す数値が、二十代の女性だけが極端に低いことを発見している。同年代の男性が平均で二六・二、三十代の女性が二二・三なのに、一四・一しかなかつた。小林教授は、ビタミンDを合成しているのは顔と手の皮膚のため、若い女性の化粧も影響している、と推測した。

この研究は七年前の調査で、紫外線防止化粧品が本格的に登場する前。さらにつこの数値は低くなっている、とみる人もいる。

紫外線防止化粧品については、国民生活センターが行った商品の比較テストの結果を述べたものですが、その中でも幾つかの問題点を指摘しています。

同センターで試験したのは、九社の十五銘柄と、参考品のおしろい一銘柄ですが、三銘柄を除いて紫外線防止効果はおしろいと同程度か、もしくはそれ以下しかないこと、また実際に肌が荒れた、かぶれたなどの問題が起きた有機成分入り化粧品のあることが明らかにされています。また同センターで、「紫外線防止化粧品の成分が紫外線を吸収することでどう変化するかも不明で気になる」と述べて

ビタミンDは日光の助けで

全ての生命は健康な子孫をもつて始めて繁栄が約束されます。もし新しい生命を育む若い女性が、適度な日光欲さえ忌避したら、食事では必要なビタミンDを摂ることが極度に難しいため、母体の健康を害することはもとより、生まれくる新しい生命の健康を損なうことになります。その上、赤ちゃんにも日光欲をさせなかつたら、母乳にはビタミンDがありませんから、間違いないく健康な子供は期待できません。実際、赤ちゃんに日光欲をさせるようにと保健所で指導されたお母さんたちも、大方の人は母乳にビタミンDが含まれていないために必ず日光浴をさせなければならぬという理由までは聞かされておりません。自然が決めた摂理に従つてビタミンDは日光の助けを借りて作りなければなりません。ビタミンDは記事にあるように骨に骨よりも不可欠なだけでなく、カルシウム代謝を円滑にすることによって成人病の予防とも深く関わっています（一面参照）。もし日光浴びない生活を続けるなら、自らを不健康にするだけなく、人類の未来をも暗澹たるものにすると言つても決して過言でないのです。

リハビリに伴う 随伴症の治療

(五ページよりつづく)

随伴症の光線治療について、多くを述べる必要はないと思ひます。

ただリハビリの対象になるような症例の多くは、同時に成人病の好発年齢ですから、既に整形外科の世話になるような骨・関節疾患に罹病していく、リハビリの障害になることがあります。またリハビリを始めてからは、訓練がかなりきついため、腰痛、関節痛、筋肉痛など様々な症状が患側だけでなく健側にも出て、リハビリをしにくくすることもあります。

サンモアにはこれまで随所で述べたように、痛みを和らげたり筋肉を弛めたりする面でも顕著な治療効果があります。したがってリハビリを続ける上でも大いに有用ですから、この面でも積極的に活用していただき、社会復帰に役立ててください。

家庭でのリハビリの 成果をあげるには

わが国の「寝たきり老人」を予防する医療体制を欧米諸国と比べると、不備な点が多くあります。医療上の問題点、行政上

の問題点など解決を迫られていますが、しかし視点を変えて、家族の一人が家庭でもリハビリをしなければならないことを知ることも、『寝たきり老人』を予防する上では極めて重要です。

家庭でのリハビリの成果をあげるには、次の三點が大切です。

(1) 病院の協力が得やすいこと

リハビリには、病状に応じリハビリを専門とするチームの協力が要ります。然るにわが国では、リハビリ専門病院は都市に少なく、温泉地など遠隔地に多いため、家族の手の届くところでのリハビリを行うことが難しくなります。

そこで骨を強固にする上で注意すべき三つの事項、即ち光線浴、カルシウム、運動の重要性を話し、悪循環はどうしても絶たなければならないことを説得し、現在、家族に付き添って貰って歩行訓練をしています。

(2) 生きかいを持つこと

勤務医をしていた時に体験した症例ですが、ごく軽い脳卒中で入院した老婦人が、「生きていても仕方がない」と言って、リハビリに協力しません。困ります。

果てていた時、見舞いにきた孫娘が、「おばあちゃん、私の結婚式には必ず出てね」と言った

一言で見違えるほど意欲的にな

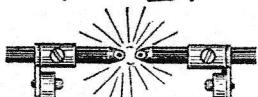
りました。誰しも目標がないと努力しないのですが、鮮明に記憶に残っています。

(3) 正しい認識を持つこと

最近、88歳の婦人で経験したことです。大腿骨頸部骨折で整形外科に入院して手術をしましたが、その際に進行した骨粗鬆症を摘され、もしもまた転んで骨折したら、『寝たきり』になると脅かされたのが切っ掛けになつて、恐怖心から一步も家から出ようとして相談を受けました。言うまでもなく、骨折を恐れる余りこのような生活を続けていれば、骨は益々脆くなり本当に動けなくなるかも知れません。

そこで骨を強固にする上で注意すべき三つの事項、即ち光線浴、カルシウム、運動の重要性を話し、悪循環はどうしても絶たなければならないことを説得し、現在、家族に付き添って貰って歩行訓練をしています。

サンモア



サンモア 光線協会

趣意書

天地創造の昔から、眞の光、即ち太陽光線は、私たちに限りない恩恵を与えています。サンモア光線療法は、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はなく、目に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。

このサンモア愛用者を以て、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ンモア光線協会を設立しました。サンモア光線協会は、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。

サンモア光線協会

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、左記宛申込み下さい。

〒153

東京都目黒区目黒4-6-18

サンモア光線協会 TEL(03)793-15281
TEL(03)793-15322

(本紙の無断転用を禁止します。)