

# 健康と光線

## 病気の変遷の一因

最近のわが国の疾病構造、すなわち現代病の特徴は、比較的治疗効果のあがりやすい急性疾患より、なかなか治療効果のあがりにくい、あるいは治療効果の期待できない、しかも極めて長い経過をとる成人病やアレルギー疾患が大半を占めています。ちなみに古代の三大死因は、外敵と飢えと感染症（伝染病）と言われております。また近年に於いても、ついこの前までは結核が猛威を振い、死因の一位を独走していました。

現在のわが国の三大死因は、悪性腫瘍、心疾患、脳血管障害です。その上、直接死因には結び付かないまでも患者を苦しめる慢性疾患、例えば骨粗鬆症のような病気が明らかに増加しました。このような病気の移り変わりの主要な要因として、文明の進歩が自然の光線を浴びる機会を遠ざけたことが関わっている

## 予防医学は時代の要請

現代病の多くは発病したときには既に手遅れです。この点から、今、切実に求められていることは、疾病構造の変遷の原因の究明であり、それに伴う予防法の確立です。

予防医学が治療医学を凌駕し、予防法が医療情報として人々に正しく伝えられてこそ、真に福祉に貢献する医療と云うことができるからです。

ところで予防医学の基本としてよく知られているのは、食事、運動、ストレス、煙草、酒などでしょう。勿論、これらをないがしろにする気は毛頭ありませんが、本文で特に強調したいことは、長年に亘り光線を浴びな

## 今、求められる予防医学

### 現代病と光線不足

サナモア光線協会  
医学博士 宇都宮 光明

五十一号、昭和63年10月1日、「カルシウムは健康の礎」は、光線不足が結腸癌や乳癌の誘因になることを明らかにしたものです。わが国の現状と照らし合わせてみても、結腸癌や乳癌は近年激増しており無視できません。他にも光線不足はいろいろな現代病の発病に関与するところが明らかにされておりますが、予防医学の観点から適度な光線浴は不可欠です。

## 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

## 求められるインフォ

### ームド・コンセント

インフォームド・コンセント（知らされた上での合意）とは、正しい医療情報を与え、同意を得た上で医療行為を行うことで、人々の人権意識が高まり、医療について知る権利があるという考え方が浸透するに連れ、互いに信頼関係を保つ上でますます重要になっていきます。特に成人病のように難治な疾患を予防するのは、上下の一方通行ではなく、平等な立場での協同作業でなければなりません。

## 光明

例えばサナモア光線療法を成人病を予防するために出来るだけ多くの方々に使って頂くには、既にサナモア光線療法の効果が体験した皆さん方のお口添えが是非とも必要です。その上で、光線的作用を説明し理解して頂くことからインフォームド・コンセントは始まります。このようにして相互のインフォームド・コンセントがあった、始めて光線の効能を最大限に引き出すことができるのです。

## 忘れてならない光線の大恩

太陽は地球が誕生してから今日まで、絶え間なく恵みを与え続けています。忘れてならないのは光線の大恩です。しかるに昨今、光線に対しむしろ謂れなき誹謗、中傷の類が目につきます。その最たるものが光線を「お肌の大敵」と決め付けることでしょう。実はこれは人類の未来にとって由々しい事態を引き起こすかも知れません。その理由については朝日新聞に掲載された関連記事を引用した本紙の三面に記載しましたので参考にしてください。

ちょっと考えれば分かることです。光線に当たらない野生動物は考えられませんし、私たち人類の先祖も屋外の自然の光線の下で額に汗して働かなければ生きられませんでした。自然の摂理から言って当然のことですが、実際にこれが成人病を始め様々な慢性疾患を予防する上で重要な役割を果たしていたのです。疑いなく現代病と慢性的な光線の不足は深く関わっているのです。

元氣な赤ちゃん、元氣な子供、元氣な若者、元氣な成人、元氣な老人、そして人類が未来永劫栄えるため、光線は常に味方であることを知らなければなりません。





「漁港」

宇都宮義真撮影



## 熊と鮭

○熊は上手に鮭を獲って笹にっ  
なますが、止めることを知ら  
ないために担いで行くうちに皆  
落としてしまいます。

○底のない袋には、いくら良い  
ものを沢山入れても駄目です。

○入口にばかり気を取られて出  
口を見ないと飛んだ失敗をする  
ことがあります。

○理想的な栄養食も高価な薬も、  
本人に吸収力がなければ、ただ  
大小便の量を増やすだけです。

○食べ物をかれこれ言うより、  
食べたものがいくら身体に留ま  
るかが問題なのです。食べただ  
けで安心していいようですと、  
熊を笑えぬ結果になります。

○サナモア照射は、何を食べて  
も百分百吸収する力を身に付けま  
から、食事に勝る食事療法にな  
ります。

## 南洋土人

○南洋の土人は、以前、気象台  
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

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。

## サナモア照射の効果

宇都宮 義真

○しかし警報がなくても、雨は  
降りますし風も吹きます。

○病気の時に、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

気象台襲撃によく似た行為で  
す。

○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。

○サナモア照射は、病気を身体  
から治しますから、殊に今なお  
有効な治療法に乏しい一連の慢  
性疾患に対して、薬に勝る薬物  
療法になります。

## 医学の理想

○「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」  
とわざわざお礼に來られる方が  
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  
は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。

○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  
な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  
い方がいます。特に慢性病の方  
が、治らないためあれやこれや  
と迷っているのを見るのは実に  
気の毒です。

○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っ  
て一考に値します。

○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  
れたそうです。病氣は治っても  
病人は助からなかったのです。  
○果たしてそれで良いのでしょ  
うか？

○医学の理想は、病氣を治すこ  
とよりも病人を治すことではな  
ければなりません。

○そのために、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  
て頂きたいものです。

○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、治療面ではしばしば意外な  
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当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って当たり前です。

しかし事實は、シミ（ソバカス）は優性遺伝する疾患です。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って四五十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、医学的には常識です。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、続日光浴の功罪・サマーファンデーションでメイクアップにご注意）、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。くだされば容易に納得して頂けるはずですよ。

## 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、冬になっても元気で風邪も引かない」と誰もが信じていました。しかるに昨今の風潮は、ただ闇雲に日光の弊害を唱えることで、日光を擁護するのは愚か者がすることのように思われています。しかし紫外線が私たちの生理機能に不可欠な影響を与えていることを知れば、紫外線性悪説の誤りは明白です。ところで丁度タイミングよく、5月6日付けの朝日新聞にこの問題に関する示唆に富む記事が掲載されて

いましたので引用させて貰いました。

骨作りに欠かせぬ日光

朝日新聞の記

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ビタミンDの合成に不可欠で、あまり避けすぎると体によくない。専門家の研究では、日差

## 信じていいの？ 紫外線性悪説！

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・一しかなかった。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。さらにこの数値は低くなっている、とみる人もいる。

カルシウムをとつても、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し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く、また実際に肌が荒れた、かぶれたなどの問題を起こし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」と述べています。

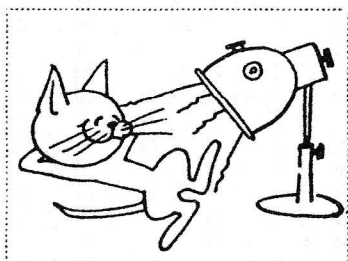
ですが、これは化粧品すべての副作用に関連して共通の問題点でありながら、現代科学を以てても未だに解明されていない点でもあります。

なお同センターでは、「帽子や傘、おしろいなどで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。大量の紫外線を一時に浴びたくないのなら、帽子や傘の方が効果も確か副作用の心配もありませんから正にその通りです。

## 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っ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となります。その上、赤ちゃんにも日光欲をさせなかったら、母乳にはビタミンDがありませんから、間違いない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られません。自然が決めた摂理に従ってビタミンDは日光の助けを借りて作らなければなりません。ビタミンDは記事にあるように骨作りに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）。もしも日光を浴びない生活が続けるなら、自らを不健康にするだけでなく、人類の未来をも暗澹たるものにすると断言しても決して過言でないのです。（応用光線療法学は休載します）





## 一治験例報告一

### ☆急性膀胱炎

症例 45歳 女性  
 症状 旅行から帰って四、五日して、尿が近くなり排尿痛を伴う。

療法経過 カーボンはA、B又はB、Dを組み合わせ、下腹部30分、膝10分、局部(一号集光器使用、横になり膝を曲げて照射)30分、腰20分、足裏20分、小脳(後頭部)5分、一日二回照射。  
 数日で排尿痛がなくなり、十日から二週間で全快。

### ☆鼻たけ

症例 50歳 男性  
 症状 ここ十年間左の鼻づまりがある。

療法経過 カーボンは鼻にはB、D、B、Cを交互に使用し、一号集光で5分、二号集光で10分、他はA、Dで腹5分、膝5分、腰5分、足裏10分、小脳5分照射。光線療法を始めて十日過ぎた頃から鼻の奥がかゆくなくなる。二週目から三週目にかけて、はな

くそ様のものや一センチ位のかたまりが出たが、その頃から左の鼻で息が出来るようになった。なお鼻たけの原因として体質が重視され、再発例も多いので、爾後も治療を続けるように指示した。

神戸市 ウエノ光線療研  
 上野 貞氏報告  
 TEL0七八三九二一八三〇三

### ☆左肩から 左上肢の激痛

症例 74歳 女性

症例は私自身である。  
 症状 主人が病に倒れ入院して二ヶ月を経た頃、介抱のため疲労の極にあつたが、突然、左肩に耐え難い痛みが起り、次第に左手の肘から指先まで腫れて痛み出した。肩にちよつと触っただけで電撃的な痛みが指先まで走る。肩の病気がすべて一度に襲ってきたと思つた程である。

### 「愛用三者」だより

#### ☆頭も身体も普通人

北海道 島田小百合  
 父も母も今年89才になりました。  
 20年前に義真先生に初めてのお会いしてからのサナモアとお付き合いです。  
 両親は、頭も身体も普通人でボケないのが不思議みたい

療法経過 足裏に照射後、左肩に集中的に照射した。カーボンはA、B、C、B、Dと組み合わせを変えながら殆ど寝ずに照射した。あまりの痛みで痛止めも飲んだが、一時的でどうしても楽にならない。この状態が三晩続いた。  
 何かよい工夫はないかと家人と相談の上、馬油(ポニー)で湿布をしてみたら、十五分程で痛みがとれ楽になった。それから馬油の湿布をし、寝ると六日間ではほぼ症状は消失した。追伸 こんなひどい痛みは始めて経験しました。経過を振り返って、勿論、光線療法の効果は否定出来ませんが、補助的に使った馬油の効きめにはびっくりしました。今は殆ど全快し、また介抱で忙しい日を過ごしています。

春日市 育美健康光線療研  
 前田 ミサ氏報告  
 TEL0九二一五八一二〇三九

ですが、これはというのサナモアのおかげだと思つています。

私もどこか悪くなつても、薬を飲むより先にサナモアをかけるのが習慣になつています。

以前、目黒に住んでいた頃、義真先生の信念とサナモアに対する熱情に圧倒された思い出が今も記憶に残っております。

#### ☆膝に水がたまる

豊中市 藤井政子

サナモアを愛用して3年半位になります。  
 93歳の母の膝が変形して水がたまり、毎月一度病院で水を取ってもらっていました。しかし、サナモアをかけて2ヶ月位で痛みがとれ水もたまらなくなりました。おなかや首が痛いとかでかけています。が次々と治つていきます。  
 私ですしい臓や肝臓が悪いので毎日かけていますが、良い方向に向かっているようです。

### ☆ステイル病

(若年性関節リウマチ)

症例 20歳 女性

症状 高熱で発症、ステイル病と診断された。以来、断続的に不定の発熱、移動する関節の痛みと腫脹、リンパ節の腫脹、発熱時に紅色の発疹、結膜の充血(虹彩毛様体炎)、全身倦怠感、

食欲不振、不眠などがあり悩んでいた時に、知人から光線療法を紹介されて来院した。

療法経過 カーボンは症状に応じて、A、A、A、B、B、B、B、Dを適宜使用し、二台の治療器で照射した。照射に際し、特に発熱、食欲、睡眠障害の有無に注意した。照射法は必ず全身療法(基本照射)を行った上で、発熱時には腰10分と足裏30分、痛みの強い関節には15分以上、痛みの軽い関節には5分、食欲不振には足裏30分追加照射した。本例は光線療法を始めて一年になる。このような症例には、全身療法が最も効果があるが、最近では不定の発熱はなく、関節の痛みや腫れも軽減し、食欲も改善した。なお治療は継続中であるが、患者は良好な結果に満足している。

川崎市 東京光線治療院

TEL0四四一七三二一五〇六七  
 海渡一二三氏報告

### 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



## 廃用症候群の諸症状

### 局所症状

- (1) 関節が動かなくなる(関節拘縮)
- (2) 筋力が低下する(廃用性筋萎縮)
- (3) 床ずれ(褥瘡)

### 全身症状

- (1) 心・肺の機能の低下
- (2) 消化器の機能の低下
- (3) 骨の脆弱化(骨粗鬆症)
- (4) 自律神経・内分泌機能の障害
- (5) 知的能力の減退(ぼけ)

## 廃用症候群を防ぐには

前号で述べたように、廃用症候群とは局所または全身の安静がもたらす弊害を強調した概念

わが国は本格的な高齢化社会を迎えつつありますが、昭和63年に厚生省が発表した「わが国の寝たきり老人白書」によれば、「寝たきり老人」の数は60万人と推計され、ここで抜本的な対策を講じない限り、21世紀には百万人を超えるだろうと予測しています。この「寝たきり老人」を防ぐ方策について厚生省の委託を受けた研究班は、従来、わが国で主として行われた「寝かせたままの介護」、即ち余り

に安静に重点をおいた介護がもたらした弊害であると指摘し、寝たきりになるのを防ぐには、次の3点に注意するよう述べています。

## 寝たきり

## 老人を防ぐ

- (1) 原因疾患の予防に努める。
- (2) 原因疾患に罹病したら、それにより生じる障害を極力予防する。

(3) もし障害が発生したら、積極的に「動かす」とによって残存機能を活用する。

即ち、これからは患者の自立を助ける医療、介護、換言すればリハビリテーション(リハビリ)を重視しなければならぬと分析しています。本号では前回に続き、「廃用症候群(低運動症候群)」と、リハビリに伴う随伴症について記述します。

せられるけれど、関節の可動域が狭くなっていたり、筋肉が萎縮しているようなら、負荷を加えた関節運動で可動域を正常に近づけると共に筋力アップを図らなければなりません。

その上で、病状を診ながら、座位耐性訓練(上体を起こしてすわる練習)、起居動作訓練(寝た姿勢から起きる練習)、歩行訓練と段階を進めていきます。この際に気を付けたいといえないことは、筋萎縮による筋力の低下(廃用性筋萎縮)が患側にあるのは当然として、しば

## 家庭でのリハビリ

## テーシヨン(その2)

—使わないと駄目になる—

サナモア中央診療所

医学博士

宇都宮

光明

ん。関節は動かさないと確実に動かなくなるからです。

関節可動域を保つ運動を家庭でのリハビリで行う場合には、基本として健康な時に動かしていたように動かすと思ってください。もし麻痺していて自分で動かせないなら、誰かに介助して貰う他動運動か、健側を使う自己介助他動運動を行ってください。またある程度は自分で動か

が、これら廃用症候群で起きる諸症状を改善するには、熱心なリハビリをする以外ありません。

最近サナモア中央診療所で経験した例に、脳血管で倒れて入院し、病院でのリハビリで起居動作、歩行が可能になって退院したにもかかわらず、退院して間もなく風邪を引き、二階の居間に寝せられ、食事も運んで貰っているうちに無気力になり、

歩けなくなった症例がありました。この患者の場合、病気は再発していないにも拘らず運動能力が低下し、機能障害が進行したのですが、このように動かないでいるとリハビリで獲得した機能が急速に逆戻りしてしまい、そのため病状が悪化することは珍しくありません。

本例の場合は、家人から相談を受けた時は殆ど動けない状態でしたが、改めてリハビリには周辺の人達の協力が欠かせないことを話して納得して貰った上で、寝室を一階に移して家族と一緒に食事をするようにし、リハビリに加えて光線の全身照射を始めました。患者は気持ちがいいと大変喜んで光線療法をしていましたが、一ヶ月後には退院時の状態に復し、以来ますます潑刺として暮しています。言うまでもなく、前号の光線の全身的影響で述べた一連の効果は、リハビリ効果を高める上で著しい相乗効果を示したのです。

著者はリハビリの意義を説明する時に、年老いて足が弱くなるのを防ぎたいなら、自分の努力で歩くしかないように、名医も財産もリハビリの代わりはできないと話します。そしてこれがリハビリの原点なのです。

(六ページにつづく)



## (五ページよりつづく)

## リハビリに伴う

## 随伴症の治療

随伴症の光線治療については、多くを述べる必要はないと思います。

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て、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。

サナモアにはこれまで随所で述べたように、痛みを和らげた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れい。

## 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、不備な点が多々あります。医療上の問題点、行政上

の問題点など解決を迫られていることも少なくありません。しかし視点を変えて、家族の一人一人が家庭でもリハビリをしなればならないことを知ること、寝たきり老人を予防する上では極めて重要で、家庭でのリハビリの成果をあげるには、次の三点が大切です。

## (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リハビリを行うことが難しく、ただでなく、病院の追跡調査も期待できず、地域社会からも引き離されています。この点を解決するには、居住地に近いリハビリ専門病院が求められます。

## (2) 生きがいを持つこと

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」と言っていて、リハビリに協力しません。困り果てていた時、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ものですが、鮮明に記憶に残っています。

## (3) 正しい認識を持つこと

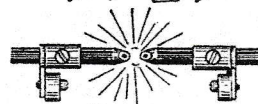
最近、88歳の婦人で経験したことです。大腿骨頸部骨折で整形外科に入院して手術をしましたが、その際に進行した骨粗鬆症を指摘され、もしもまた転んで骨折したら、「寝たきり」になると脅かされたのが切っ掛けになって、恐怖心から一步も家から出ようとしないがと相談を受けました。言うまでもなく、骨折を恐れる余りこのような生活が続けていけば、骨は益々脆くなり本当に動けなくなるかも知れません。

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ぬことを説得し、現在、家族に付き添って貰って歩行訓練をしています。

## おわりに

リハビリとは、「人間として生きる機能の回復」、即ち「人間としての復権」を目標に行うものです。その効果を高め、残存機能を精一杯活用しようと思えば、「家庭でのリハビリ」は必ず実践しなければなりません。

サナモア



Senamoa

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。従って、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—

(七二—五三三三)

(本紙の無断転用を禁止します。)