

健康と光線

今年の夏

今年の夏は、夏らしくない夏だった。例年なら、空に入道雲がもくもくと立ち、まばゆい陽光の下で真っ黒に日焼けした子供達が嬉々として水遊びをしている有様を、日傘をさした母親とおばしい女性が見守っている。よく見掛ける光景を見ることも少なかった。夏にはつきものの、打ち水をしている姿を見たり、熱帯夜という言葉を聞く代わりに、冷夏とか、集中豪雨とか、大地震とか、自然の猛威を実感させられた。

その影響は農作物の作柄に出始めている。野菜の価格は高騰し、米作も不作が伝えられている。植物は日照不足の影響をまともに受けるので、充分な成長が生産する食物で生きているため、影響はあるが僅少なものと

思うかもしれない。しかし動物とて、日の差さない環境では、必ず虚弱で抵抗力が衰え、病気

にかかり易いことは、これまで

多くの実験によって明らかに

されている。

今年の夏は、

太陽の動きが

頓挫したよう

な夏だったた

め、太陽が地

球の生態系に

もたらす限り

ない恩恵につ

いて思い起こすには格好の夏であつた。

ただの良薬、日光浴

「ただの良薬、日光浴」は、内務省社会局保健部（現在の厚生省）が昭和初期に公募した「健康いろはかるた」の当選標語であるが、日光浴が如何にただの良薬としても、その効能を受けるには、今の世の中では努力

思ふかもしれない。しかし動物とて、日の差さない環境では、必ず虚弱で抵抗力が衰え、病気がかかり易いことは、これまで多くの実験によって明らかにされている。

今年の夏は、太陽の動きが頓挫したような夏だったため、太陽が地球の生態系にもたらす限りない恩恵について思い起こすには格好の夏であった。

太陽に自然の恩恵を感じる人は

健康に恵まれる（その2）

一 色の黒いは七難隠す —

サナモア光線協会
サナモア中央診療所

医学博士 宇都宮 光明

に比べると紫外線の量が四分の一から五分の一になる、秋や冬の日光浴に本当の効き目がある。その話をすると、「秋や冬にハダカで日光浴をしたら寒くて風邪を引きませんか」と質問を受けるが、風邪は寒いから引くのではなく抵抗力がないため引くのであって、生まれ落ちてからずっと皮膚を鍛えておけば、皮膚こそ一生を通してただ一着

た頭骸骨に虫歯の痕跡がないことから明らかである。それが文明に毒された近年になってから、虫歯の治療を受ける者が増え続いているのである。

皮膚こそ最高の衣服

人類を除けば、自ら何かで覆つて光線を遮るということをする生命体はない。同様に人類もまた太陽との関係を考えるなら、俗に、『色の白いは七難隠す』、といふが、健康新面を中心に入としきである。このようにして皮膚を鍛えておけば、全身の抵抗力を養うことが出来るのである。

色の白いは病弱のもと、といふべきであつて、『色の黒い

引かない抵抗力が養えるのである。

現に衣服を身に付ける習慣のない未開の地に行くと、全身の皮膚が大気や日光に対して鍛練されているので、われわれが年中顔や手を出してさほど苦痛を感じないように、衣服がなくても苦痛を感じない抵抗力が養われている。これらの人々に衣服を着る習慣を身に付けさせると、抵抗力が弱まり病弱になる。その一例に、アメリカインディアンの虫歯がある。自然に溶け込んで暮らしていたアメリカイン

ディアンには、虫歯になるよう弱い歯を持つ者は居なかつた。皆、完全な歯を備えていたことは、発掘され

たビロードのような肌ざわりになると、これが本当の皮膚の美しさである。このようにして皮膚を鍛えておけば、全身の抵抗力を養うこと出来るのである。

(1) 体温を外界に対し自動的に調節する。

(2) 外部の水分は体内に入れないと、内部からは汗として必要に応じ発散する。

(3) 有害物質の体内への透過、病原微生物の侵入を防ぐ。

(4) 様々な皮膚感覺を受け入れる。

(5) 太陽光線を吸収してビタミンDを生成する。



讀光譜



薬がなくて 病気にならない

かには知らないが、毎日のように見聞きする新薬の数から推し量つて、物凄い数になることだけは確かだ。しかし、これらの薬が全てなくなつたとしても、健康を損なつたり病気になつたりする気遣いはない。コウヤクがなくともオデキにならぬいように、薬がないために起きる病気はない。それどころか、日々病院でやつてることをわが身に当てはめて見てぞつとした。来る日も来る日も得体の知れない薬を飲まれ、流動食や栄養注射をうたう、絶対安静で寝かされる、健無類の人でもおかしくなるようなことが、病人には平氣で行なわれているからである。

薬で病気は 治るのか?

ところで、大抵の人は薬で病気が治る、という先入観を持っているが、大抵の薬は症状には効くが病気は治さない。この思ひ違いを生んだのは、痛いか、熱があるか、咳が出るか、何れにせよ症状がないと病気と思わない反面、病人の心理として症状がなくなれば治つたような気がするからであろう。これが対

もオデキにならぬいように、薬がないために起きる病気はない。それどころか、日々病院でやつてることをわが身に当てはめて見てぞつとした。来る日も来る日も得体の知れない薬を飲まれ、流動食や栄養注射をうたう、絶対安静で寝かされる、健無類の人でもおかしくなるようなことが、病人には平氣で行なわれているからである。

光線が足りない と病気になる

これに対し、光線はわれわれの健康のために必要なもので、その不足は健康を損ない病気の原因になる。

最近、予防医学や環境衛生の重要性が強く叫ばれるようになつた。そのこと事態は大変に良いことであるが、その背景に薬物療法の行き詰まりがあるように思えるのである。実際、殆どの薬物療法が対症療法の域を出ていないため、難治な慢性疾患に苦しむ病人が増えている。これららの治療医学の限界に悩む患者に対する研究が進展し、予防手段が原因療法の立場から治療に応用されるようになれば、患者に福音をたらすであろう。

光線療法は、この基本理念の上に成り立つており、予防と治療のはざまを埋める治療法の一つである。しかし、他の多くの

症療法の隆盛を招いたのではあるが、それに比例するかのよう薬害に苦しむ人も多くなつた。これでは進歩したと思われている治療も、対症療法として進歩しただけで、案外進歩していないかも知れない。そう言えば、病人が増えた話はよく聞くが、減った話はめったに聞かない。

サナモアは

健康を増す治療

世の中に善は実在するが惡は実在しない、と言ふ人がいる。悪

治療法の現状は予防とは無関係であり、根本的に発想を変えない限り、将来的にも余り期待出来ないのが実情である。

健康を増す治療

宇都宮 義真

は元來実在するものではなく、善の存在しない状態を悪といふ。と言うのだ。あたかも光と影の関係のようなもので、光は実在するため光で影を消すことは出来るが、影は光がさえぎられた状態で実在しないため、影で光を消すことには出来ない、と言うのである。

すると、健康を増す最大の味方であり、予防と治療が合致した治療法である。万病に応用して効果があるのも、人々の健康を増し不健康を除去する上で大きな力があるからである。

「健康と光線」

昭和27年11月5日発行

「こうやく欠乏症」
—病気と不健康—
を要約した。

△五ページからつづく△

たり、冗談を言われたりしてい
る。そんなこともあって病気に
対する緊張感が緩んだのか、最
近は光線療法も一時の半分もし
ていないうようだが、体調は 日に
二回の下痢を除けば、極めて良
い。来年の夏はハワイでゴルフ
が出来るよう、これから再び光線
療法に精を出すと言つてゐる。

考案

過日、ある医学雑誌に掲載された消化器系疾患の専門医によるクローケン病についての座談会の記事を読んだが、治療の現状は原因不明のために根本療法はなく対症療法の域に留まっており、その主体は消化管の炎症を抑え、栄養状態を改善する内科的治療であるが、薬物療法に大別されるが、それぞれ難しい問題が山積しているようである。

栄養療法は、成分栄養剤（EDともいう）をチューブで注入する経管栄養療法である。成分栄養剤とは、脂肪の外は完全に消化した形、即ち糖質はブドウ糖、蛋白質はアミノ酸から成るもので、消化能栄養剤ともいう。この栄養療法は、食事の摂取量の不足を補い、低栄養状態

を改善するだけでなく、消化管の負担を軽減して、腹痛や下痢などクローン病に基づく諸症状を改善する効果のあることから、本邦では第一選択の治療法として広く用いられている。しかしこの治療にも対症療法としての限界がある。実際に成分栄養剤から半消化態栄養剤、普通食へと移行させる過程で、病状の再燃、増悪を認めることが多く、殊にこの治療を年単位で続けることを考えると、患者は勿論、治療を指示する立場の医師としても全く悲観的にならざるを得ない、と胸中を吐露している。

を改善するだけでなく、消化管の負担を軽減して、腹痛や下痢などクローキン病に基づく諸症状を改善する効果のあることから、本邦では第一選択の治療法として広く用いられている。しかし、この治療にも対症療法としての限界がある。実際に成分栄養剤から半消化態栄養剤、普通食へと移行させる過程で、病状の再燃、増悪を認めることが多く、殊にこの治療を年単位で続けることを考へると、患者は勿論治療を指示する立場の医師としても全く悲観的にならざるを得ない、と胸中を吐露している。

病についても、遺伝的素因、細菌やウイルスなどの感染症、食事因子、免疫異常、血流障害などが想定され検索されたが、決定的なものは得られていない。しかし病気は何らかの生理的な機能の異常が持続し、それが積み重なって起きたのである。これに対し、光線療法は生理機能を正しく賦活し、健康面に必須の有用な作用で対抗する。これが幅広い適応性を持つ由縁であり、これまでの経験でも、適切な薬がなく手術の適応にならない難治とされる疾患で、しばしば予測を上回る効果を認める理由であろう。

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
サンモア光線協会 TEL(03)3793-1511

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きます。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、設立の趣旨に賛同載いた会員にて構成し、季刊紙「健康と光線」を発行します。



廿七光線協會
意趣書