

身にしみた地震の恐怖
文明なるものが如何に脆いものか、阪神・淡路大震災の惨状は地震列島といわれる日本に住む全ての人々に言語に絶する衝撃を与えました。地震は瞬時のうちに都市を瓦礫の山にしてしまったが、天災とはいえ余りにも甚大な被害に暗然とさせられました。

これまででは関西には地震はなく、東日本が地震に襲われる可能性があると聞いておりましたのに、今この小文を被災地から離れた安隱な環境下で書いているのが申し訳ない気がします。

この度の阪神・淡路大震災により被災された関係の皆様に衷心からお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興をお祈りいたします。

サナモア光線協会

対応の遅れをもたらした過信

今回の震災の救助活動に関して、政府や自衛隊など公的機関の対応の遅れが指弾されています。迅速な情報収集、機敏な対応があれば失わずにすんだかも知れない命のあったことを思えば、どのような非難も甘受せざるを得ないと思いますが、対応の遅れに地震対策の進んだわが国ではこれほどの大災害は起こらない、という思い込みがあつたのではないかでしょうか。

都市、東京も大地震に襲われる、その不安の消える日はなく、ひたすら地震の起きないことを願つて戦々恐々としています。

れら全てが壊滅的な被害を被つたのです。

科学者に期待すること

地震に関する安全神話を生んだ背景に、科学者（この場合は地震学者）が自分の専攻する学問の知識は正しいと堅く信じ

人知は自然に及ばない

は医師)が病気を治すと思いつて
んでいる人には通じないかも知
れませんが、人知を基礎において
た医学常識を越える効果を示す
ことも稀ではありません。
自然是未だ人知の遠く及ばない
ものである、そう思えてなり
ません。

脆くも崩れた安全神話

—人知の及ばない世界—

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

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

あるいは研究費を獲得するためには、はら色の世界を描いて善良な市民に過度の期待を持たせてしまいません。顧みて医学の世界も人知を過大に評価したがり、どんな病気でも、明日にでも治せるかのように市⺠に信じ込ませようとしている節がありませが、やはり厳しく慎まなければならないことであ

て疑わない、科学者によくある欠点が関わっているように思います。素人の立場で望ましい科学者像は、自分の携わる科学技術が現状でもたらす利益のみを強調するのではなく、その足らざる点も隠さず説明してくれることです。少なくとも科学者としての地位や名声を保つために

十分な防災対策はあり得ないの
ではないでしょうか。殊に人が地
利便性を求めて造った都市が地
震に対し如何に脆いか、過去の事
例に照らしても余り期待出来ま
すまい。少なくとも新しい防災
対策で改めて安全神話を復活さ
せるようなことは止めて欲しいと
思います。それよりも全ての

不足する日光

都市では、住宅密集地や立ち並ぶ高層建築の谷間ににおける日照権が問題となり、日照を遮る大気汚染による公害が叫ばれているが、それにも増して健康に重大な関わりのある日光の不足を招いていることについて人々の関心が高まらないのは不思議である。日光が吾人の健康に密接に関係していることは、紫外線でビタミンDが生成される一事を以てしても疑問の余地はないからである。而してこれから年間を通して日差しの最も弱い季節が終わって日々日差しが強まる時候を迎えるが、吾人がこれまでに不足した日光を補い、同時にビタミンDを補うために日光浴をしようとする、その割に難しいと感じるのが実態であろう。

だからといって勤務中に裸になつて一寸外出をと言ふわけには行かないし、一日の仕事が済んだ後で就寝前に一寸と言うわけにも行かない。そこで休日に準備万端整えて日光浴をしようとしても、外では人目が気になるし、雨の日や曇った日は出来ないし、晴れても寒い日だと億劫になる。それやこれやで天の一角をにらんでいると日光浴がうらみに思えてくる。

ところで日光浴はその気になれば何時でも何処でも同じように出来ると言っているかも知れないが、効果的な日光浴に欠かせない紫外線量を平野部と高地や海上とで比べると、平野部で明らかに少ないし、また同一の場所でも季節や時間帯によって大きな差がある。例えば冬季の紫外線の量は夏の五分の一以下であり、同じ季節でも朝方や夕方や曇天の日などは著しく弱くなる。その上、平野部に発達した都市では空中にスマッグや塵埃や排気ガス等が充満しているため、透過力の弱い紫外線を層吸収してしまい、日光が燐々と輝いているように見えても紫

このように日光は様々な条件で 質、量ともに全く異なるのであ るが、その測定には専門的な知 識を必要とし素人には殆ど不 可能である。これも短時間内に効 果的な日光浴をすることを難し くして いる理由の一つである。 簡単なようで 難しい日光浴 宇都宮 義真

簡単なようで 難しい日光浴

宇都宮 義真

人工光線の利点

吾人が健康を維持するために如何に日光が必要かは、秋から冬に生まれた乳児に軽いクル病を認めることが少なくない事實を見ても明らかである。このよううに日光が不足すると知らず知らずの間に病気に対する抵抗力

昭和10年7月5日発行
—簡単なようで難しい日光浴—
「健康と光線」
昭和44年7月5日発行
—不足する日光—
を要約した。



新橋演舞場

宇都宮義真撮影

簡単でない日光浴

同時にビタミンDを補うため
日光浴をしようとする、その
割に難しいと感じるのが実態で
あろう。

明らかに少ないし、また同一の場所でも季節や時間帯によって大きな差がある。例えば冬季の紫外線の量は夏の五分の一以下であり、同じ季節でも朝方や夕方や曇天の日などは著しく弱くなる。その上、平野部に発達した都市では空中にスマッグや塵埃や排気ガス等が充満しているため、透過力の弱い紫外線を一層吸収してしまい、日光が燐々と輝いているように見えても紫外線は殆ど地上に達しない。

人工光線の利点

簡便

に使用し得る点が最大の利点である。特に日照時間の短い地方天候不順の地方、大気の汚染されている大都市、日当たりの悪い家に住む人たちに推奨できる。

使つても多大な利益がある。何といつても人工的なものであるため、室内に居て、晴雨、昼夜の別なく、春夏秋冬を分かたず、常に欲するがままに何時でも何処でも好きなときに安全、簡便

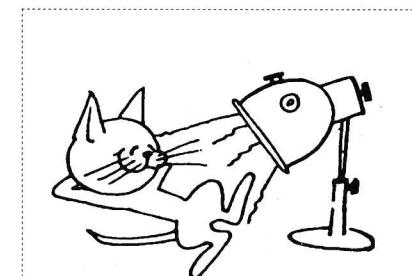
その点、サナモア（カーボン
アーク灯）は便利である。サナ
モアが放射する光線は日光と
同じ物理特性を持ち、質、量と
も自在に調節できるので、誰が

梅雨どきも日照不足のため病気
が悪化したり死亡者が多くなる。
中でも病気の治療で日光療法を行つて
いる人では、雨の日が何日も続くと折角のところ
で日光療法を休むことになり、病気が

症例 14歳 女兒
孫が学校から帰宅して具合が悪いという。前々から風邪がひどくなつたに違ひないと思ひ、熱を計つたら九度八分あつたので、直ぐに寝かせて光線療法をした。

療法経過 BCカーボンを使用し、足裏1時間以上、足首20分、膝20分、後頭部15-20分、鼻20-30分、咽頭部20-30分照射したが、途中の検温では四十度に上がつてゐた。照射後、水分を摂らせ数時間安静にさせたが、気分が良さうなのでお粥

☆風邪



— 治験例報告 —

と梅干しを食べさせた。それでも熱はまで九度以上あつたので、前回の照射部位に腰、背、腹を加えて再度照射してたら気持ち良さそうに眠つたので、そのまま寝かせた。

翌朝、目覚めた時には解熱していたが、学校は休ませて前日に準じて気持ちの良い間光線を照射した。照射時間は半分程度だったが、その日は平熱のまま終わった。その翌日も熱はなかつたが念のため学校を休ませて光線療法を行い、三日目から元気に登校している。なお薬は一切使つていない。

私の光線療法四十年の体験から自信をもつて言えるが、何病によらず、このように急性の

☆脊椎分離すべり症

症例 35歳 女性
腰から下肢にかけて坐骨神経痛様の痛みに加えシビレ感や冷えがあり、病院で頭書の診断を受け治療したが症状は改善せず、紹介されて受けた針治療でも四ヶ月過ぎても良くならなければ悩んでいた時に、当院を

紹介されて来院した。
初診時、坐骨神経痛のため膝から足首、足裏にかけて激しい痛みを訴えていた。

療法経過 二台の光線治療器にそれぞれABカーボンとBDカーボンをセットし、側臥位と仰臥位で治療した。照射部位ならびに時間は、臀部30分、足首10分、腰15分、膝15分、腹15分、膝裏5分、足裏10分、後

頭部5分、左右股関節各15分、左右膝内側各5分、同じく外側各10分、左右足首内側各5分である。

本例の治療経過は極めて順調で速やかに症状は改善し、今は全ての症状が消失したことを喜んでいる。

川崎市 東京光線治療院 海渡 一二三氏報告

TEL〇四四一七二二一五〇六七
横浜市 渡辺 貴士氏報告

TEL〇四五四〇一〇二四

☆腰椎椎間板ヘルニア

春日市 育美健康光線療研 前田 ミサ氏報告
TEL〇九二一五八一一二〇三九

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」とともども愛用者各位の御信頼を頂いた全国津々浦々まで高い評価を受けておりますことは、皆様も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」をセッティングしたり、サナモア ABCD と効果が同じという根も葉もないうたい文句で互換表を添付して販売している業者があります。方より、このような道理にもとる行為をする者が何時も世におりますが、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、皆様もご注意下さい。(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) (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)

健康と光線

同年の3月に経過報告のために来所したが、持参した基礎体温曲線に異常のないことを確かめ、異常を認めたら直ぐに来所することを約束して治療を打ち切った。

なお本例のその後の経過は極めて良好で、今年二十歳になるが、現在の月経周期ならびに排卵周期には全く異常を認めない。

考案ならびに結語

性成熟後の女性にあっては、子宮内膜から起こる月経と呼ぶ周期的出血を認めるが、ひとり生殖器のみならず、体温、血圧、心拍数、呼吸数、睡眠と覚醒、酵素、ホルモンの分泌などさまざまな生体の営みに一定の周期で繰り返す生体リズムのあることはよく知られている。これは生体に内部環境を一定に保つ生体恒常性(ホメオスタシス)といわれる機構があり、生命維持の基礎をなしているからである。この精密な生体恒常性を保つ生体リズムに太陽の強い光線が同調因子として必須の作用を及ぼしていることが明らかにされたのはここ十年ほどのことであるが、同時に性成熟に関する機構の一端が明らかにされた。

光線が目から入って網膜の光受容器を活性化すると、その刺激が視神経を通して生体リズムを支配すると考えられている視床下部の上部交叉核(視交叉上核)に達する。この核から光エネルギーによって励起された情報が脳を経由して脊髄に至り、更に上頸神経節を経て松果体に伝えられる。松果体は内分泌器官としてメラトニン(松果体ホルモン)の合成と分泌に関与する。このメラトニンは以前から抗性腺作用を持つホルモンとして知られていたが、その詳細な作用は不明であった。ところが光刺激によってメラトニンの分泌が急速に抑制され、明確な日内変動を示すことが分かり、性成熟を促すと共に内分泌系や自律神経系などの生体機能全般を調整して生体リズムを環境とうまく同調させていることが明らかにされたのである。なお光線の皮膚照射によつても内分泌機能に影響を与えることは古くから知られているが、このように光線が内分泌機能を活性化する機構が理論的にも遂次解明されつつある。

ところで光線が性成熟と関連するところから女性を特徴づける性機能不全に基づく無排卵性稀発月経の一例を報告した。横浜市緑区十日市場町一九五一八TEL〇四五九八一一三四五五(本紙の無断転用を禁止します)。

光線が目から入って網膜の光受容器を活性化すると、その刺激を良くするために広く用いられている。人では一年の半分を光線のない環境で過ごすエスキモーの女性でその間に月経不順や無月経を高率に起こすこと、極地に住む女性の妊娠率、分娩率に光線の影響で明らかな季節変動を認めること、人工照明の普及が初潮を早めた可能性のあることなどである。

今回の報告例は14歳から長期にわたってホルモン剤の投与を受けおり、これが女性としての性機能の成熟に影響を与えた可能性もなしとはしないが、光線療法をすることで内分泌機能が活性化され、ホルモン剤の力を借りない自然な排卵が起きたと思われる。その機序は、光エネルギーが松果体を介して性成熟を促した結果、視床下部から黄体形成ホルモン放出ホルモンの分泌が正常になり、その刺激で脳下垂体からの黄体形成ホルモンの分泌が促され、卵巣の成熟と排卵をもたらしたものと考えられる。

以上、光線療法により治療した卵巣機能不全に基づく無排卵性稀発月経の一例を報告した。



サナモア光線協会

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目的に設立しました。サナモア光線協会は、設立の趣旨に賛同いた会員にて構成し、季刊紙「健康と光線」を発行します。

医学博士 宇都宮 光明
サナモア光線協会

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

「サナモア光線協会」TEL(03)三七九三一五二八一

(本紙の無断転用を禁止します。)