

# 健康と光線

## 成人病から

### 生活習慣病への転換

結核に代表される感染症による死亡率が低下し、主要な死因が癌、心臓病、脳血管障害のような疾病に移行した構造変化を受けて、厚生省は昭和31年に40歳前後から死亡率が高くなる疾患を成人病と呼称することを提言し、早期発見（二次予防）、早期治療（三次予防）に重点をおいた政策を進めてきた。その結果、長期通院治療を要する成人病患者は千二百万人を越え医療費は高騰したが、その一方で成人病合併症の罹患率や死亡率に明らかな改善が認められないことから、厚生省は平成8年に成人病対策を修正して、発病に大きく関わっている生活習慣を改めることで発病を未然に防ぐ、すなわち成人病の一次予防に重点を移す政策に転換し、「生活習慣病」と呼称することを提唱したのである。

生活習慣病に相当する言葉は、欧米では life-style related

Disorders であるが、ドイツには

文明病、スウェーデンには裕福病という別称があるように、文明に伴う食習慣や運動習慣の変化に加えて、生活の場から光線を失ったことが関わっている。

今回は光線医学の立場から、生活習慣の中の光線の意義について、光線を自力では浴びれない乳児と浴びる機会が減りがちな高齢者への影響を考察する。

### クル病はどんな病気

かつて欧州で多発し原因不明の奇病として恐れられたクル病は、日光を浴びさえすれば予防できた典型的な生活習慣病だったことが明らかになっている。

しかるに生活習慣を重視する政策に転換した厚生省が、母子手帳から乳児に日光浴をさせるように勧める条項を削除したのは重大な誤りと言わなければならぬ。厚生省はダイオキシンのような有害化学物質が高濃度に含まれることを承知した上で、最も優れた乳児の栄養源として母乳を推奨しているが、母乳に

発行所

〒153-0063

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)

3793-5281

3712-5322

## 健やかに育ち健やかに老いる

—サナモアを生活習慣にする利点—

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

日光浴をさせなければ確実にクル病になる悲惨な結末は欧州での歴史が如実に示しているのだから、削除した条項を元に戻して乳児に日光浴をさせる生活習慣の意義を強調すべきである。

### 健全な老後を支える光線浴

高齢者は、病気になるはず、高いレベルの身体精神機能を保持し、創造的な社会活動に従事する、こんな健全な老後を願っているはずである。

この願いをかな

えるには、高齢

になるほど意識

して積極的に光

線を浴びなければ

ならない。老

化に伴いあらゆる

機能が退化する

が、70歳前後

になると光線で

ビタミンDを生

成する能力も半

減するからであ

る。事実、実際

に老人施設の高

齢者を対象にし

た本邦や諸外国

の調査結果は、

高齢者の50%から75%で血中ビ

タミンD値が低下してカルシウ

ムの吸収量が足りないため、骨

からカルシウムの動員する副甲

状腺ホルモンのパラソルモンの

値が上昇している。その結果、

骨の粗鬆化は進み、生活習慣病の危険因子になり、免疫調整能力は減退し、筋力は低下する。結果は言うまでもないが、些細なことでも病的骨折を起こして寝たきり老人になり、生活習慣が関係する老人病や免疫異常に罹患し、老人性肺炎のような感染症が致命傷になる。このような病的な老後ではなく健全な老後を求めるなら、光線を浴びるのが当たり前の自然の摂理に逆らってはならない。

### サナモアで健やかに

生活習慣病は合併症を併発するまで自覚症を欠くため、検診で見えることが多い検査病である。そのため治療で異常値が正常化すると病気が治ったも同然と過大に評価しがちであるが、冒頭に記述したように期待した成果に程遠いのが実状である。そもそも生活習慣病の最大の誘因は文明の進歩がもたらした生活習慣であり、病院の治療だけでなく生活習慣を改めてこそ成果が上がるのである。

今、光線の多様な生理作用が解明され、生活習慣病の予防、治療に応用されている。光線を身近にしたサナモアを生活習慣にするなら、僅かな時間を割くだけで光線の恵みを自分のものに出来るので、健やかに生きる思いが達せられるのである。



「龍」

宇都宮義真撮影

# 讃光譜



## 太陽の正体

昭和十一年六月十九日に世界中から天文学者が僅か二分間の皆既日食観測のために北海道の女満別集うと聞く。素人が考へると、太陽は人類創生のはるか昔から頭上に日々燦々と輝いており、地球に絶え間なく光と熱を供給しているのだから、太陽の研究でわざわざ太陽が月で隠される日食を選ぶ必要はないように思ってしまうが、太陽が放射する光エネルギーが余りに強烈なため、日食を利用して太陽の周囲を調査研究し、太陽について知識を深めようと言うのである。

太陽は地球が属する太陽系の中心にあり、自身で発光する恒星である。太陽は太陽系の全質量の九九・九%を占め、半径は地球の百九倍、質量は地球の十三万倍で、表面温度六千度に相当する輻射線、すなわち光と熱を太陽から地球まで一億五千万キロの道のりを八分二十秒かけて地球に届けている。しかし太陽が発光し放射する莫大なエネルギーの源はなかなか解明されなかったのである。

その後、水素のような原子の原子核が融合する原子核反応の

際に凄まじい量のエネルギーを放出することが明らかに、太陽が殆ど水素ガスから成るのから、今では太陽エネルギーの源は水素の原子核が融合する原子核反応、言い換えると巨大な水素爆弾と考えられている。

## 万物を育む

### 太陽エネルギー

太陽が放射する莫大なエネルギーの二十三億万分の一が地球に到達すると考えられているが、この太陽からのエネルギーが万物を育み、すべての活動エネルギーの根源になるのである。ちなみに大気がないと仮定して、太陽に垂直に面した単位面積が単位時間に受ける放射エネルギーを太陽定数というが、毎分一平方センチメートル当たり約二カロリーである。植物はこのエネルギーを取り込んで、炭酸ガスと水を原料にして澱粉と酸素をつくるなど驚くべき神秘としか言いようがない光合成を白日の下に営んでいる。人を含め光合成の能力のない生き物は、植物のお陰でエネルギーを食物から得て生命を維持してきた。このようにすべてのエネルギーは太陽エネルギーに依存するのであって、医療で生薬として用

いられる草根木皮も動物の臓器も太陽エネルギーがなければ存在し得ないのである。

## 治療に

### 応用される光と熱

病気はいかにして治るのか、大抵の人は医師が治してくれると考えているかも知れないが、病気を治す主役は環境に適応す

## 地球と太陽エネルギー

宇都宮 義真

身の力、すなわち自然治癒力である。この自然治癒力に必要な生理的エネルギーの源泉は、太陽エネルギーの光と熱であり、したがって自然治癒力の不足を補うには、自身でこれを自然力より求めなければならない。日陰の植物がどんなに良い肥料や水を与えても育たないように、

太陽エネルギーが不足して失った健康を薬と栄養で取り戻すことは絶対にできないのであり、太陽エネルギーの自然力を度外視して健康な人生は考えられないのである。こうして見ると病気の治療においても、万物を創造した太陽エネルギーの光と熱を用いて万能的な効果があるのは当然と云うべきなのであり、今更「光線で病気が治りますか」などと質問するのは、自己の自然力に対する認識不足をさらけ出しているに過ぎないのである。当研究所で創案し普及に努めているサナモア光線療法は、太陽光線に近似した連続波長を有する温かな光線を放射し、光と熱の作用で自然治癒力を高めることを目的とする、すなわち病人の身体を治すことを主眼とした治療であり、したがって広範な適応症を有するのである。何時でも何処でも使えるサナモアは、太陽を身近にした理に適った治療法である。

「光と熱」

昭和11年6月5日発行

「偉大なるかな光線エネルギー」

「健康と光線」

昭和25年1月5日発行

「太陽は原子爆弾である」

を要約した。



# サナモア光線治療院 の地鎮祭挙行

前日、降り積もった雪がうっすらと残るなか、平成十二年二月九日、工事関係者など多数の御臨席を仰ぎ、サナモア光線協

宇都宮 正範

## サナモア便り

vol.1

の治療、サナモア光線治療師・カウンセラーの養成、研究会の開催であるが、光線治療師やカウンセラーの方が気軽に来られるような施設にしたいと考えている。現在の計画では、一階を事務所と駐車スペースとし、二

階にルーフ式マルチ・アーク療法による治療ベッドを四台設置して、三階には養成講座や研究会を開くための会議室を確保する予定である。また、治療院にとっては朗報であるが、今秋には、目黒駅に二本の地下鉄（南北線と三田線）が開通する予定になっており、既にあるJRと東急目蒲線を合わせ、四本の電車が乗り入れることになる。この地下鉄の開通により、特に、今まで遠回りを強いられてきた城北地区との距離が、一段と近づくことになるが、交通機関の利便性に頼らずとも、多くの患者さんが、足を運んでくれるよ

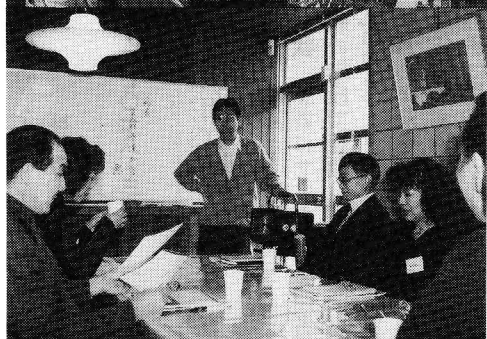
うに、鋭意努力する所存でいる。

### サナモア光線治療師 養成講座を東京にて開講

昨年の「健康と光線」十月号に、サナモア光線治療師・サナモアカウンセラー養成講座の募集要項をはじめ掲載したところ、多数の問い合わせと申し込みをいただいた。一月現在で、受講を申し込まれた方は、光線治療師とカウンセラーを合わせ二十数名に達しており、東京近辺で光線治療師の養成講座を申し込まれた七名の方を対象とし、二月から東京光線療法研究所内



地鎮祭



講義を受ける受講生



ルーフ式光線療法を体験

## 募集

### サナモア光線治療師 サナモアカウンセラー

当協会の趣意に賛同され、サナモア光線療法の普及にご協力頂ける方、治療院の開業を検討なさりたい方は、サナモア光線協会までお問い合わせください

〒153-0063  
東京都目黒区目黒4-6-18  
TEL (03) 3793-5281  
3712-5322

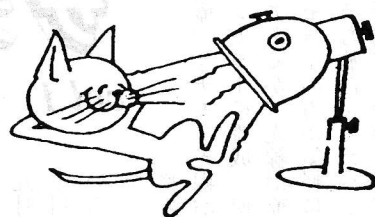
く、ご自身で光線療法の効果を実験されている方ばかりなので、休憩時間には光線談義に花が咲き、非常に良い雰囲気なのが全員休むことなく終えることができました。次回は四月六日(木)から三日間の日程で、サナモアカウンセラー養成講座を東京本部において開講する予定となっているが、今度は、順次、地方での開講を予定している。今のところ、希望者の多い関西地区と九州地区での年内開講を予定しているが、その他の地域でも、複数の希望者でまとまって申し込まれた場合は、なるべく早期に開講するつもりでいる。現在、受講を迷われている方は、是非とも、前向きに検討していただきたい。



## ☆坐骨神経痛

症例 41歳 男性 会社員

症状 数年前、重い物を持った際に腰痛を自覚して以来、しばしば、腰痛に悩まされてきたが、二、三日で軽快していた。半年



## — 治 験 例 報 告 —

程前から、痛みは腰だけでなく、右の臀部から足にかけても認め、徐々に増強し歩行も困難となったので、近医を受診。そこで、坐骨神経痛と診断され、投薬および骨盤牽引の治療を受けるも症状は改善せず、消炎鎮痛剤による消化器症状も出現したことから、家族の勧めで来所された。療法経過 治療はBBカーボンを使用して、腰部を30分、臀部、大腿部から下肢背面にかけて計四か所に各20分照射。さらに、

仙骨部に集光器を用いてBCカーボンで20分照射。次に、ABカーボンを使用し、腹部10分、膝部10分、足裏20分照射したところ、翌日には腰が軽くなった感じがすると言い、二日後に二回目の治療を施行した。その後は治療器を購入し、自宅治療を開始。

一週間後、腰痛は徐々に改善してきたが、陽性反応のためか、下肢の痛みとしびれはやや強くなった。治療法を指示しながら、毎日続けたところ、二週間後には軽度の痛みは残るものの、約七百メートル離れたバス停まで歩行が可能となり、一か月後には、痛みとしびれは消失し、遠方まで普通の速さで歩行可能となった。現在、経過は良好で日

## ☆胃癌の術前術後

症例 63歳 男性 会社員

症状 十五年来のサナモア愛用者。十年前に胃炎および肝炎と診断され、当院にも通院していた。平成十一年五月、健康診断にて胃癌を指摘。患者は、できれば手術を避けたいと訴え、連日当院と自宅で光線治療を行い、二か月間良好に経過していた。

しかし、医師からは、転移の有無等の詳細は手術をしてみないと分からないと説明されており、当院では患者に手術を受けることを促していた。その後、患者は納得して胃癌の手術を受けたが、無事成功し、開腹所見からは、周囲の臓器、リンパ節への転移は認められなかった。

療法経過 治療は、術前にBDカーボンを、術後にABカーボンを適宜使用した。最初は、側臥位にて、BDカーボンを使用し、患部(胃)に60分、後頭部に10分、膝裏に10分、足裏に30

## ☆顔面打撲

症例 60歳 女性

症状 患者はサナモアの愛用者。駅の階段で転倒し、右眼窩上部(眉の上)をかなり強く強打したため病院を受診。医師からは、嘔気、めまい等、むちうち損傷の際に見られる症状が出現する可能性もあると説明された。帰宅後、光線療法に関する質問の電話を受けたが、この時、腫れは前額部から鼻部にまで及んでいるとの事であった。

## 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」をセッとしたり、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

## 療法経過

治療はBBカーボンを使用し、一号集光器を用いて、患部を痛みが止まるまで一時間以上でも照射すること、毎日治療することを指示した。二日後、今度は右眼窩下部に皮下出

分、そして下腹部に10分照射。次に、仰臥位とし、右側頸部(甲状腺右葉付近)に15分、左側頸部に15分、右膝側面に15分照射し、さらに、左側頸部(甲状腺左葉付近)に15分、右側腰部に15分、左膝側面に15分の照射を行った。術後の経過は良好で病院の検査も異常なく、当院にも元気に通院されている。

川崎市 東京光線治療院  
海渡 一三三氏報告  
TEL04四一七二二一五〇六七

血斑が出現し、少し嘔気があるとの連絡を受けたため、後頭部をBCカーボンで30分、もし気分が良ければそれ以上続けること、皮下出血斑に対しては、BBカーボンで、二号集光器を用い、30分毎日続けるように指導した。十日後、再び電話にて、痛みはほぼ消失したが、腫れがまだひかないとの連絡があり、腫れた部位は、BCまたはBDカーボンで照射し、基本照射をABカーボンで20分行うように指示した。一か月で腫れもほぼ完治したが、念のため病院で脳波検査をしたところ、異常は認めなかったとの事である。

福岡県春日市 育美健康光線療研  
山崎 いく子氏報告  
TEL0九二八 五八一二〇三九  
五七二一五七三



## 光と熱

祖父宇都宮義真は、サナモア光線療法の啓蒙活動の一環として、昭和九年一月に本紙の前身にあたる機関紙「光と熱」を創刊し、戦端急を告げた昭和十五年に、紙不足から廃刊に追い込まれるまで続けました。戦後、中国より復員した祖父は、昭和二十五年一月どうにか機関紙を復刊しますが、この時「健康と光線」に改称し今日に至るのです。祖父が当初「光と熱」と命名した理由は、太陽系の一惑星である地球の生態系が、太陽のもたらす光と熱の恵みによって生まれ、育まれたことは自明の理であるからと思われるが、生態系においては、一生物的要素にすぎない人類もまた、太陽光線の光と熱の双方の作用によって支えられているのです。

今回は、光線のもつ光化学作用に熱作用を加えたルーフ式マルチ・アーク療法について説明しますが、その前に、光合成と温度（太陽の熱作用）との関係について簡単に触れます。

## 光合成における熱化学反応

植物が、水と二酸化炭素からブドウ糖と酸素を生成する光合成は、二段階の反応から成りま

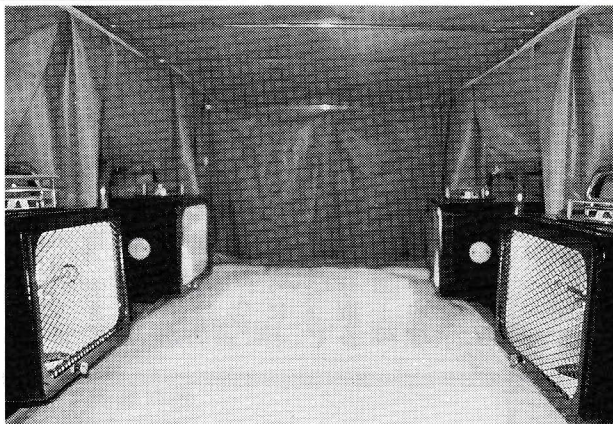
す。第一段階は光エネルギーが水を酸素と酸素に分解し、酸素を供給する「明反応」で、第二段階は酸素と二酸化炭素からブドウ糖を生成する「暗反応」ですが、後者の反応速度は光エネルギーと関係なく、温度によって決まります。すなわち、光合成量の決定には、光の強さだけでなく温度もまた重要な役割を担っており、これが温室効果を利用したハウス栽培が盛んになった理由の一つと言えます。

このように反応形式には、光エネルギーを利用する光化学作用のような反応と温度が影響する反応があります。この機序は、写真撮影の際、露出は気温と関係なく光の強さのみで決まる反応であるのに対して、現像時間は光と無関係に現像液の温度で決まるのに似ています。

## 光線の温熱作用を応用した電光浴

医療の世界においても、熱作用を利用する温熱療法は古くから行われてきました。人工光線を用いた温熱療法で最も古い歴史をもつのは、一八九四年、ケログが考案した電光浴と呼ばれる治療法で、その装置（6

ページ図）は、トンネル状の槽内にエジソンが発明した白熱電球を配列し、高温度の光源から放射される可視線や赤外線、乾熱を利用するものです。輻射線は、体内深部に達して体温を上昇させるため、大量の発汗を促



し、皮膚を清浄にし、自律神経の機能を整えて気分を爽快にします。しかし、電光浴の光線には紫外線が含まれないため、太陽光線の全ての恵みを享受する光線療法としての存在意義はうすく、今では歴史的なものとなりました。

## ルーフ式マルチ・アーク療法の特徵

サナモアのようにフルスペクトル光線を利用する光線療法に、温熱療法としての利点も取り入れたルーフ式マルチ・アーク療

## ルーフ式マルチ・アーク療法

## — 光と熱の相乗効果 —

サナモア光線協会

医学博士 宇都宮 正範

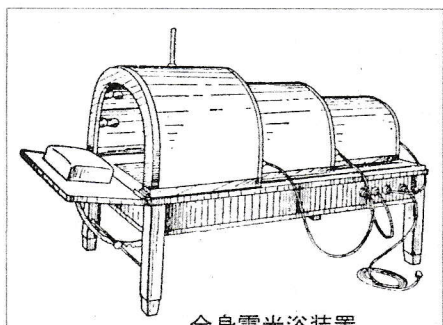
法は、光と熱の相乗効果を期待できる治療法です。方法は、治療用ベッドをカバーで箱型に覆って作られた閉鎖空間（縦160 cm、横75 cm、高さ55 cm）に患者が入り、四台あるいは五台の光線治療器で、左右から同時照射する

ものです。開放空間において光線照射した場合でも、深達性のある赤外線の温熱作用で身体は芯から温まりますが、閉鎖空間とすることで、温熱効果はさらに高まります。また、実験データから、ルーフ内の温度は、開始から45分で50度近くにまで上昇しますが、それに伴って湿度が低下するため、不快感を訴えることはありません。治療中、多くの患者が気分良く寝てしまうことから明らかです。

次に、ルーフ式（閉鎖空間）とした場合の利点について考えてみます。患者の体温が上昇する全身温熱療法には、免疫力を高める効果や毒素を中和する効果などが知られていますが、なかでも免疫力の増強は、感染症の予防や治療に役立つと同時に、悪性腫瘍の発生も未然に防ぎます。私達は、しばしば感染症の際に発熱しますが、これも熱によって少しでも自身の免疫力を高めて外敵を倒すためには、必要な症状であることが納得できると思います。

また、体温が上昇すると体温調節のため、視床下部の発汗中





全身電光浴装置

(五ページからつづく)

樞が作動して温熱性発汗が促され、エクリン汗腺と皮脂腺から大量の発汗が起こります。一般に、発汗は体温の調節が中心的役割と思われていますが、汗の成分の研究から、コレステロール・エステル、金属イオン、PCBのような有害化学物質の排泄作用も営んでいることが明らかとなりました。最近、母乳中に環境ホルモンであるダイオキシンが含まれるという事実が発表され話題となりましたが、体内に蓄積されたダイオキシンが、乳腺を通して排泄されるということは、ダイオキシンのような環境ホルモンまでもが、エクリン汗腺や皮脂腺から、汗として

排泄される可能性があることを示唆しています。もちろん、排泄経路の主役は、腎臓と消化管に間違いありませんが、体内に吸収された皮下脂肪組織に蓄積された物質の排泄経路として、発汗の重要性を見直す必要があると思います。また、アトピー性皮膚炎患者では、光線治療開始初期には全く認められなかった発汗が、病気の改善とともに増えてきますが、病気の勢いによって、発汗量に差が出るという点も興味深い事実と言えます。

このように、皮膚は単に外界とのバリアーとして存在しているのではなく、分泌排泄作用、合成作用など様々な働きを行っているのです。このことは、表皮のケラチノサイト(角化細胞)が、光線とくに紫外線の作用で、種々の有用なサイトカインを分泌することからも理解できます。さらにマルチ・アーク(多灯照射)療法とした場合の利点に、患部照射と基本照射を同時に行えるということがあります。患者によっては、しばしば、どうして痛くもない箇所まで光線照射をする必要があるのかと質問されますが、元来、光線浴は裸で全身に浴びるものであり、光線の光化学作用を最大限に得ようとするれば、少しでも照射範囲は広いことが望ましいのです。

### 太陽の恵み

さんさんと降り注ぐ太陽は、光エネルギーと熱エネルギーの双方を、人類を含めた地球上の全ての生物に送り届けています。そして、このエネルギーがあればこそ、地球上に、あふれんばかりの種類と数の生物が生きていけるのです。今日現在、太陽系の惑星の中で、生命の存在が確認されているのは地球だけです。将来的には分かりませんが、火星人は、どうやらいそうにありません。太陽からの距離によって、それぞれの惑星が受け取る光エネルギーと熱エネルギーの量とバランスに差があり、地球にもたらされた光と熱が最適だったため、地球にのみ生命は誕生したのでしょう。そして、まさに太陽の恵みを応用した治療法が、ルーフ式マルチ・アーク療法と言えるのです。

今回は、サナモア光線治療院で現在行っているルーフ式マルチ・アーク療法の特徴について説明しましたが、光と熱の双方の作用を併せ持つ治療法として、今後も、広く普及に努めたいと思います。

サナモア



Senamoa

サナモア光線協会

趣意書

サナモア光線協会は、太陽光線こそ健康を増進する自然の恵みの源泉であり、生命力を高めて病気の予防、治療に効果があるとの観点に立ち、太陽光線に近似したフルスペクトル光線を放射するサナモア光線療法の啓蒙、普及活動に努めることで、国民の健康、福祉に貢献します。

サナモア光線協会は、サナモア光線療法に対する認知と評価を高めるため、一、季刊紙、「健康と光線」の発行。  
二、サナモアカウンセラーの募集と育成。  
三、サナモア光線治療師の募集と育成。  
の事業を行います。

サナモア光線協会

医学博士 宇都宮 光明

「健康と光線」の購読者を募集します。

また事業の詳細はお問い合わせ下さい。

〒153-0063 東京都目黒区目黒4-6-18

サナモア光線協会 TEL (03) 3793-5281  
三七一-5332

(本紙の無断転用を禁止します。)