

健康と光線

春に骨は最も脆くなる

人知はすべてに優り、人は過ちを犯さないと考えているとしか思えない知識人と称する人が、もっともらしい顔で、春から夏は紫外線が強いので昼間の外出は控えるようにと言いはじめます。しかし春に紫外線が強まるのは身体機能を健全にする自然の恵みです。

確かにわが国の陽光の紫外線量には明らかな季節変動があり、秋から冬は春から夏の四分の一から五分の一しかなく、その結果、春は年間を通してビタミンDは最も欠乏し、そのため骨は最も脆くなっています。このビタミンD欠乏状態は春の陽光を浴びれば、紫外線の作用で解消されますので、脆くなった骨が丈夫になるのです。

人々はすべてを生き返らせる春の陽光に、当世風の知識人など及びもつかぬ力があることを

本能的に感じ取り、陽光の恵みを一杯に受けて喜々としています。このような恵まれたわが国の気象環境が、日本人の健康寿命を世界一にした一因であり、

春の陽光と紫外線の恵み

—ビタミンD欠乏症を解消—

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

これを忌避するように勧めるのは、健康をドブに捨てろと言っているのに等しいのです。

骨粗鬆症を予防する

ビタミンD所要量

骨粗鬆症は、殊に中高年女性を中心に、今や国民病と言っても過言ではありません。この骨粗鬆症を予防する上で、ビタミンDの腸管からのカルシウム吸

まん。そこで闇雲に紫外線の害を強調したい人の中には、顔と手に10分も浴びれば十分と言う人がいます。また魚で摂れるから母乳しか飲めない乳児の日光浴は必要ないと正気とは思えないことを言う人もいます。

しかし骨粗鬆症を予防するには、このような戯言に惑わされてはなりません。実はビタミンD所要量について世界的に統一

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

された基準はなく、日本と欧米でも大きく異なっています。日本のビタミンD所要量は、くる病を起こさない一日100IU（第6次改定日本人の栄養所要量）とされていますが、欧米では軽症のビタミンD欠乏症による骨粗鬆症を考慮して、一日400〜800IUは必要であり、高齢者はこれでも足りないといわれます。これは軽症なビタミンD欠乏症が副甲状腺ホルモン（PTH）の分泌亢進、すなわち二次性副甲

状腺機能亢進症を招き、骨粗鬆症の原因になると考えるからです。

特に高齢者のビタミンD欠乏症の頻度は従来考えられていた以上に高いとされ、所要量を再評価すべきとの意見が強まっています。因みに付け加えれば、欧米人のカルシウム摂取量は日本人との食習慣の違いから不足する人はまずありません。

必要なビタミンDを補えるのは紫外線だけ

自然環境に適応した生物が生きられる、この至極当たり前の

ことを忘れて自然環境を否定するかの如き言動に正当性はあるでしょうか。仮に是非を論じるなら、人が利便性を求めて創った人工環境です。紫外線との関連ではオゾン層を破壊したフロンです。しかし絶対に忘れてならないことは、紫外線によるビタミンDの生成は人知を超えた自然のルールであり、無視することは百害あって一利もないことです。

現在、日本で最も多く使われている骨粗鬆症治療薬はビタミンDで、医師は日光浴の替わりに投与しますが、重篤な副作用に高カルシウム血症を招来するビタミンD過剰症があり、必要量を確実に与えることは容易ではありません。言うまでもなく魚で必要量を摂ることも困難です。ビタミンD所要量に学問的には未解決点があるとしても、今すぐ出来る骨粗鬆症の予防対策は、充分に紫外線を浴びて必要にして充分なビタミンDを確保することです。紫外線はどんなに浴びても必要量以上のビタミンDは生成せず過剰症は起こしません。この一事をとっても、自然が定めたルールに従うことの優位性は明らかです。

一病息災 一病息災

糖尿病性神経障害

サナモア光線治療院

院長 医学博士 宇都宮 正範

病気の解説

糖尿病の合併症のなかで最も発生頻度が高く、ケアが難しいのが神経障害です。同じ三大合併症である網膜症や腎症に比べ、なおざりにされる傾向にあります。神経障害は感覚鈍麻や自律神経障害を引き起こし、生活の質の低下につながるため、注意が必要な合併症です。現在、糖尿病性神経障害は、「糖尿病患者にみられる末梢神経障害で、糖尿病以外の原因によるものを

除く」と定義されていますが、いまだ確立されておらず、糖尿病以外の原因という規定が曖昧なこともあって、脊椎症との鑑別など、必ずしも容易とは言えません。また発生頻度は、疫学的な検討から、約30%とされていますが、1型糖尿病では、22.7%、2型糖尿病では32.1%と、若干2型糖尿病に多いようです。さらに神経障害は、加齢に伴い増加し、罹病期間に相関して上昇する傾向が示されており、糖尿病の罹病期間が5年未満の患

者では20%ですが、5年以上では36.8%にものぼるとされています。ただ、糖尿病性神経障害の発生から経過に到るまでの詳細については、罹病期間とともに増加すること、高血糖の状態に従い増加することなどの点以外はほとんど解明されていないのが実情です。

現在、神経障害は、遠位性対称性(多発)ニューロパチー、自律神経障害、単神経障害の三つに分類されていますが、障害された神経によって多様な病態

症 例：43歳、女性。

主 訴：両側の足に認めるしびれ感と異常感覚。

起始・経過：10年前に糖尿病と診断され、以来、食事療法と運動療法に加えてインスリンを使用しており、合併症に、糖尿病性網膜症を認める。約1年前から、両足にしびれ感を自覚するようになったため、光線治療を受ける目的で来院。

治 療：①側臥位にて30分、4灯照射。
腹部(BD)、腰部(BD)、膝から下腿(AB)、足裏(AB)。
②仰臥位にて20分、4灯照射。
左右の膝から下腿(BD)、左右の足部(BD)。

経 過：当初、光線治療直後には、しびれ感は一時的に改善するものの、効果が持続しなかったが、週に3回のペースで治療を続けたところ、半年経過した頃から、しびれ感は軽くなってきた。まだ症状は残存しているが、自宅での治療を並行して行い、症状は徐々に和らいできている。

病気と光線療法

光線療法は糖尿病の血糖コントロールを良好にする作用以外に、末梢神経の再生を促し、刺激伝導速度を改善する作用があります。このため、手足のしびれを緩和する効果や、自律神経機能を高めて、内臓の働きを調節することによって、胃アトニーや糖尿病性下痢、糖尿病性膀胱などを改善する効果が期待できます。

を呈し、引き起こす症状も様々です。その中で、遠位性対称性ニューロパチーによるグローブ・ストッキング型の手足のしびれは、多くの患者に見られる特徴的な症状ですが、この他、立ちくらみや失神を起こす起立性低血圧、悪心や嘔吐を訴える胃アトニーなどが知られています。また、糖尿病性下痢は水溶性で頻回、夜間睡眠中の便失禁などの特徴があり糖尿病性膀胱では、尿意の低下と膀胱の反射性収縮力低下を認め、下腹部膨隆、排尿困難、尿閉などが見られます。

サナモア便り

vol.17

宇都宮 正範

第九期
サナモア光線治療師
養成講座のお知らせ

第九期サナモア光線治療師養成講座を、七月に東京にて開講します。光線治療院の開業を検討

第十六回

「光と熱研究会」の
お知らせ

医療に関連した話題の講演や試験例の報告を中心とした研究会を開催していますので、一般

開 講 日 程

7月8日(木)・9日(金)・10日(土)

講 座 内 容

医学総論・関係法規
サナモア光線療法の基礎と生物学的作用
光線治療器のメンテナンス法
ループ式・マルチアーク療法の実践
開院のための準備

このコーナーでは、光線治療院を開業され御活躍中の先生方や、光線治療師の資格を取得され、光線療法の啓蒙・普及活動に携わっている先生方を紹介させて頂いております。

治療院／治療師
紹介

サン・ルーム(写真)

(平成十六年三月三日開院)

院長・萩 京子先生

電話：〇五四五六〇一八〇〇

住所：静岡県富士市本市場

九一五 田中ビル一階

交通：JR富士駅徒歩十五分

一言：友人の紹介でサナモア光線療法に出会わせて頂き、六年になります。私自身光線を照射してからとても体調がよく、こんなに

のご愛用者の方も是非ご参加下さい。なお参加は無料です。

日 時：四月十日(土)

午後二時三〇分

場 所：サナモア光線治療院

三階会議室

テーマ：脳血管障害

◆ 募 集 ◆

サナモア光線治療師

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、お問い合わせください

サナモア光線治療院

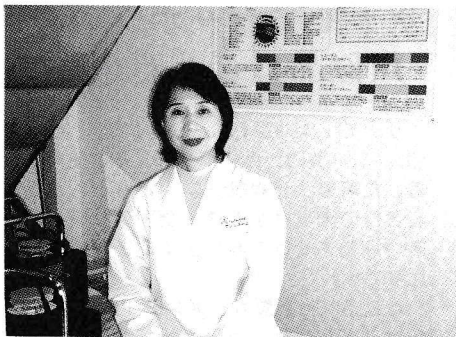
〒153-0063

東京都目黒区目黒1-23-11

TEL (03) 5759-3710

FAX (03) 5759-3720

も身体が軽くなるものかと驚きの気持ちでいっぱいだったことを覚えていきます。ただ、こればかりは光線を体験した人でないといわれないことです。誰もが心から願っている「健康」という財産を、安全で、かつ、こんなにも自然な形から得ることが出来るサナモア光線療法を、一人でも多くの方に知ってもらうために、この度、自宅での治療から一歩前進し、治療院の開業に踏み切ることによって頂きました。今後は、少しでも皆様の「幸せ」のお手伝いをさせていただきます。



萩 京子先生

治験例報告

数年来悩まされた腰痛が
光線療法で治った

神戸市 ウエノ光線療研

上野 健太郎氏報告

症例 56歳 男性 会社員
症状 数年前から腰痛を自覚し、近医整形外科にて腰椎椎間板ヘルニアと診断され、牽引治療などを受けてきたが、一向に改善しなかった。二年前、今までにない激しい腰痛を認めたが、痛みは徐々に増強し、自由に身体を動かすこともままならず、寝返りさえ打つことが困難となった。医師からは手術を勧められたが、姉から光線療法を紹介された治療目的にて来所した。

療法経過 治療はA Bカーボンで、足裏20分、膝10分、腹部10分、背部10分を行い、次にB Bカーボンで、腰を30分照射してから、集光して、再び患部の腰を20分照射した。翌日からは自宅治療を開始。腰に対する照射は、必ず朝晩二回行うことを指示し、自分の腰痛は医者に頼らず自分で治すくらいの気持ちをもって光線治療を続けるように

治験例報告

三歳女兒のアトピー性皮膚炎が
光線療法で軽快

福岡県春日市 育美健康光線療研

山崎 いく子氏報告

症例 3歳 女兒
症状 サナモア愛用者の方のお孫さん。以前から顔以外の全身に湿疹がでていたが、掻きむしってしまい、赤く腫れあがり、皮膚から滲出液が出ている状態であった。病院で処方される軟膏を塗ってもなかなか治らず、光線療法で治したいと照射方法を尋ねるため来所した。

療法経過 治療を始めるに当たり、軟膏の塗布は中止するよう指示。治療はA Aカーボンにて、足裏、足関節、膝、膝裏、腹部、

じずにできるようになった。さらに一か月後、いつの間にかテーパーに手を付かず椅子から立ち上がる事ができるようになったことに気が付く。開始から二か月後に、自分ではすっかり治ったように思いますと電話連絡を頂いたが、再発防止のためにも光線療法を継続するよう指示した。
 TEL 084-333-1350

光線療法で軽快

山崎 いく子氏報告

腰部、背部を照射し、次に第一集光器を使用して、肘と肘の内側を各10分照射すること。特に痒みの強い患部は、痒みが止まるまで照射することを指示した。

二週間後に電話で、症状が軽い患部は、痒みも止まり、掻きむしらないので滲出液も出なくなり、正常な皮膚に戻ったが、症状が重い患部は痒みがなかなか止まらないのでどうしたらいいかとの質問を受けた。そこで、カーボンをA Cの組み合わせに変更し、照射を続けるよう指示

サナモアカーボンの
類似品にご注意下さい

サナモアA(緑印)、B(赤印)、C(青印)、D(黄印)カーボンは、その使用法を書いた著書「光線療法学」ともどもご愛用者各位の御信頼を戴き、全国津々浦々まで高い評価を受けておりますことはご存じの通りです。

ところが他社製カーボンに「光線療法学」をセットしたり、当研究所が独自に広めたカーボンの呼び名のA、B、C、Dや緑印、赤印、青印、黄印を勝手に流用したり、あたかもサナモアと同じと見せ掛け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人をあざむく行為は断じて許されるものではありませんが、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持てませんので呉々もご注意下さい。

なおカーボンについて疑問の点がありましたらお問い合わせ下さい。

株式会社光線療法研究所

治験例報告

光線療法で尿管結石の排石に成功

川崎市 東京光線治療院

海渡 一二三氏報告

症例 56歳 女性 主婦
症状 右の腰から下腹部にかけて痛みがあるとの相談を電話で受け、どのように光線を照射し

たら良いか質問された。とりあえず、痛みを軽減するために、A Bカーボンの組み合わせにて、
 〆五ページに続く

したところ、数か月後にはほとんど完治し、きれいな肌を取り戻すまでに回復した。最近、小学校の高学年になったその子と母親と一緒に来所され、あれ以来、皮膚の状態は非常に良好で、

再発することもなく、きれいな皮膚になって心身ともに健康そのものだ大変喜ばれている姿が印象的であった。

TEL 092-581-0039
 五七二一五七三

△四ページから続く▽

患部である右腰部と右下腹部を痛みが軽くなるまで照射し、痛みが落ち着いたら病院で精密検査を受けるよう指示した。

療法経過 数日後に患者から電話で連絡を受けたが、病院では医師に、右の尿管結石と診断され、場合によっては、手術も考慮する

必要があると説明されたとのことであった。病名が明らかになり、それなら、さらに患部である右腰部から右下腹部を中心に光線療法を続け、痛みが完全に消失したら、再度、病院で検査を受けるよう指示した。患者もできれば手術を避けたい一心で、連日、光線治療を続けたところ、数日後の再検査の結果で、

医師から、尿管結石は認められないので、おそらく尿道から排出されたのだらうとの説明を受けた。後日、当院に報告を兼ねて来所されたが、今後の再発予防のためにも光線治療を行った。最初に左側臥位とし、A Bカーボンにて、大臀筋と右腰部、顔、膝に15分、次いで後頭部、右下

腹部、足裏に15分照射。その後仰臥位で、左腰部と右膝に15分、右腰部と左膝に15分の照射を行い、治療を終了した。患者はとても気持ち良かったと言い、安心して帰宅したが、現在は光線療法を健康法として愛用され、家族皆で大変喜んでる。

(TEL 04四一七三二一五〇六七)

体験報告

潰瘍性大腸炎を光線療法で治しました

江山 志 保様 (25歳) 報告



元々、腸が弱く、すぐ下痢をする体質でしたが、三年ほど前に、激しい腹痛と下血、粘液便の症状が出ました。病院で検査したところ、すぐに入院となり、点滴を開始、食事もエレンタール(経腸栄養剤)とお粥になりました。下痢がひどく、一日に10回以上トイレに駆け込んでいました。入院していても、医者

からは治らない病気だから安静にしてうまくこの病気と共存しなくてはならないとしか言われず、治療はまだ確立されてないとのことでした。一向に良くなり、悩んでいる時に、知人からサナモア光線療法でこの病気が治った人がいるという話を聞き、どうせ医者からは治らないと言われていたことだしと考え、病気は改善の兆しさえ見られなかったにもかかわらず、一か月で退院しました。

当時、私は大学生でしたが、授業中も激しい腹痛がおこるので、出席も危うく、また外食、

とりわけ油が全く摂れないため、エレンタールという流動食を水筒に入れて通いました。退院と同時にあさか治療院で光線療法を始めましたが、一時悪化し粘液の量が増えた時期もありました。でもこの治療しかないと思い、がんばって通い続けているうちに良くなってくるのを感じました。半年ほどで体調も良くなり、外食でうどんが食べられる程になりました。今では、何の制限もなく生活できるようになり、昨年はスペインへ15日間の旅行に行けました。

後に父の知り合いのお子さんで、小学六年生の男の子が同じ病気だったそうで、大腸を全て摘出したことを知り、この病気が発病から数年で多くの人が大腸を摘出すると医者に説明されたことを思い出し、ぞっとしました。

麻生律子光線治療師より一言

潰瘍性大腸炎は、青少年期に多い疾患で厚生省特定疾患(原因不明の難病)に指定されています。平成十五年三月に、炎症性腸疾患市民講座「集まれ!ク

全自動光線治療器

はつらつさんと ジョイントカーボン

サナモアはカーボンの芯剤を完全燃焼させることで最も効果のあるスペクトルを含む光線を放射するように、正面からカーボンをぶつける正面発光式を採用しています。そのため手動式のサナモア7号器・8号器では照射時間が十分強で切れ、長時間の照射にはご不便をお掛けしてきまし

た。この点を改良したのが全自動光線治療器はつらつさんで、照射時間は5分刻みで60分まで設定でき、時間に合わせてジョイントでできるサナモアカーボンをつないでおけば、自動的にカーボンを送り安定した光線を放射します。

なおはつらつさんご使用の際には、安全性を保ち、事故を未然に防ぐため、ジョイントカーボン以外のカーボンは絶対に使用しないで下さい。使用上の注意は、「はつらつさん取扱説明書」をご覧ください。

(あさか治療院
TEL04八四七四一四七八二)

ローン病と潰瘍性大腸炎」という講座が開かれ、聞きに行きましたが、あまりにも多くの若者がクローン病や潰瘍性大腸炎で苦しんでいることを知りました。エレンタールを水筒に入れて持ち歩き、オムツをし、おいしい食事も楽しめずに生活していることを思い、胸を痛めました。この若者達に何とか普通の生活をさせてあげたいと思う気持ちでいっぱいです。体験談の女性 は、その後も寛解状態が続いており、大好きな食事を何でも食べて、すっかり元気になっていきます。

サナモア光線療法 体験記

サナモアで排尿が
スムーズになった

神奈川県 江副 力様

昨年の十月、私は前立腺肥大と診断されて家に帰り、病院でもらってきた薬を飲んだのですが、思うように尿は出ず、苦しくなってきました。その時、ふと思いついたのが、以前購入したサナモア光線治療器でした。急いで、ABカーボンで患部に30分くらい光線を照射したところ、急に尿が始め楽になりました。しかし、後日、病院で行った血液検査で、前立腺癌の腫瘍

マーカー(PSA)が、正常では4(㍻/ml)以下のところ、15と高い値を呈しており、今後、癌の検査も必要だと説明されました。そこで癌の検査まで二週間あったので、患部にBDカーボンで毎日30分照射したところ、前立腺の精密検査の結果、どこにも悪性所見は認めないという結果をもらいました。こんなに嬉しかったことは初めてでした。

サナモアさん
ありがとう

神戸市 戎 繁様

私は昭和六十三年よりサナモアと仲良くしております。一昨年七月より左足の膝が痛くなり整形外科で診察して頂いた結果、半月板が傷んでいるとのことでした。しばらく通院して治療を受けたのですが一向に良くなりませんでした。そこで、毎日朝晩二回BCカーボンで10分ずつ膝を前後から照射したところ、今ではすっかり良くなりあんなに歩く

のが不自由だったのが嘘のようです。今では走ってバスに乗ることができるようになり、本当にサナモアなればこそ感謝の気持ちでいっぱいです。そして、この頃では、毎日欠かさずに基本照射を続けており、かぜもひかずに毎日を楽しく過ごしています。今では家族全員が、風邪やけがなど様々なことに対して、サナモアを照射しています。が、良い結果を得て感謝感謝の毎日です。また娘の家にも生家の田舎にもサナモアを買ってあげ、大変喜んでもらっています。本当にサナモアさんありがとう。

サナモア体験記募集

サナモアの効果は体験しないと信じられないところがありますが、実際に効果を体験した体験記ほど説得力のあるものはありません。ついでに体験記をお送りくださいますよう、お願いいたします。

なお掲載させて頂いた方には、薄謝を贈呈致します。



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) 三七九三―五二八二
三七二一―五三三二

(本紙の無断転用を禁止します。)