

健康と光線

日焼けの効能

日本人のように亜熱帯に属し四季がある国に住む先住民は黄色人種で、夏は日焼けをして強い陽光から皮膚を守り、冬は色白になって弱い陽光の恵みを吸収する、すなわち陽光の強弱に適応する能力があり、実際、ちよつと前まで日焼けは健康のシンボルでした。これは日焼けが当たり前なことに加えて、20世紀の初めに日焼けを起こす紫外線がカルシウム代謝を調節して抗くる病作用のあるビタミンDを生成することが明らかになったからです。そして20世紀の後半にはビタミンDのもう一つの重要な作用、すなわち細胞が正常に機能するため形状を変える細胞分化を誘導する作用が明らかにされました。

しかるに近年、夏に日焼けする、この当然のことを忌避する風潮があります。メディアは紫

外線情報を流し、商店にはUV(紫外線)カット商品が氾濫しています。しかし日焼けの効能、例示すれば夏にビタミンDを十分に備蓄する、こうした自然の決め事を忌避すれば、いずれ骨粗鬆症とか生活習慣病とかでしっぺ返しを受けることになるでしょう。

健康で長生き

誰もが望む「健康で長生き」を取り上げた記事の殆どは食品に関するもので、それも先人の知恵の好き嫌いなく腹八分ではなく、何かを食べると願いが通うというものです。その際、必ず専門家とされる人が聞き慣れない言葉で食品の成分を解説し効能を断言します。無論、食品も大切ですが、すべてではありません。実際、真似てその食品を食べ続けたとしても、偏食になるだけで、願いは適わないでしょう。それよりも健康で長生きしている人の実生活、海の幸

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

ビタミンDと細胞分化誘導作用

私たちの先祖は常に紫外線を浴びていました。紫外線はカルシウム代謝を調節するビタミンDの必要量を満たすと、ビタミンD過剰症を起さないビタミンD関連化合物を生成します。そしてこれらビタミンDに属する物質は体内の脂肪組織に備蓄され、不足がちに

夏はビタミンDを溜め込む好期

—自然との共生が健康寿命を延ばす—

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

なる冬に備えるのですが、両々相俟って健康を支えています。さてビタミンDの細胞分化誘導作用は、あらゆる組織にあるだけでなく腫瘍細胞にもあります。中でも一九八一年に阿部らによりビタミンDがマウスやヒトの骨髄性白血病細胞の増殖を抑制し正常なマクロファージへの分化を促すことが報告されてから、細胞が異常増殖する癌や乾癬などに対する効果が確かめられ、一部応用されていますが、現存するビタミンD製剤ではビタミンD過剰症を起こすため、カルシウム代謝に影響しないビタミンDを中心に検討されています。なお本紙No.306号にビタミンDが癌の罹患率、死亡率を低下させる報告を掲載しましたが、ビタミンDに属する物質を十分に補えるのは、各人が紫外線を浴びるようにするしかないことは言をまちません。

加齢とビタミンD生成能

加齢によりビタミンD生成能は低下します。そのため高齢者ほど陽光を十分に浴びないとビタミンDは容易に欠乏し、延いてはさまざまな機能が低下し、生活習慣病を始め多くの病気の誘因になり、健康寿命を縮めることにつながります。自然と共生して生きていた私たちの先祖ではあり得なかった日焼けを忌避する風潮を見直し、夏こそ健康寿命を延ばすビタミンDを溜め込む好期と考え、屋外に出て身体を動かすようにするなら、一石二鳥になります。なお文明社会での生活で陥りやすい光線不足はサナモアで補ってください。

夏季臨時休業のお知らせ

八月十二日(木)から十四日(土)の三日間、臨時休業致しますので、よろしくお願い申し上げます。

(株)東京光線療法研究所
サナモア光線治療院

一病息災 一病息災

脳 卒 中 (脳血管障害)

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

脳卒中とは一つの病気をさす病名ではなく、脳の血管に支障をきたすことによって起こる様々な病気の総称として使われます。脳の血管が閉塞して起こる脳梗塞と脳の血管が破裂して出血する脳出血に大別されますが、脳梗塞は、さらに脳の血管自体の動脈硬化が主体となり血管が閉塞する脳血栓と心臓などにできた血栓が脳に達して血管を閉塞する脳塞栓に分類されます。ま

た、脳外の血管にできた脳動脈瘤の破裂により、くも膜下腔に出血を生じるくも膜下出血も含まれます。いずれの疾患も動脈硬化が背景にあり、過労、ストレス、飲酒などが誘因となり、中高年層から発症します。脳卒中の症状は、梗塞や出血を起こした場所や大きさによって、かなり異なります。一般的には、脳梗塞を起こすと、梗塞を生じた反対側の半身に運動障害や知覚障害を示します。また左の脳に障害を起こした場合には、失語症をとめないやす

いという特徴があります。ほとんどの場合、突然発症しますが、前ぶれの症状が認められることもあり、一過性脳虚血発作と言います。一時的に脳の血管が血栓により閉塞し、短時間で溶けて流れた場合がこれにあたり、手足がしびれたり動かせない、感覚が鈍くなる、言葉がでないといった症状は一過性で、24時間以内に消失します。このような場合、症状がなくなったから安心ということではなく、脳梗塞の危険信号と考えられますので要注意です。また脳卒中の危

症 例：56歳、男性。

主 訴：左上下肢の不全麻痺。

起始・経過：約半年前に脳梗塞を発症。発病時から、左上下肢の不全麻痺を認めており、約3か月のリハビリを経て退院したが、当院には、リハビリをさらにすすめる目的にて来院。

治 療：①仰臥位にて30分、4灯照射。

左肩から上腕 (BD)、左大腿 (BD)、左膝から下腿 (AB)、右膝から下腿 (AB)。

②右側臥位にて20分、4灯照射。

後頭部 (BD)、腹部 (BD)、腰部から臀部 (BD)、足裏 (AB)。

経 過：病院でのリハビリを継続しながら、週に2から3回の頻度で全身照射を施行した。10回の治療施行後から、麻痺側の手の感覚に改善傾向を認め、30回治療施行した頃には、以前に比べ、左上下肢の動きは明らかにスムーズになっている。

病気と光線療法

陰因子としては、高血圧、高脂血症、糖尿病、喫煙、肥満などがありますので、これらの危険因子を有する方は一つでも是正するよう心がけて下さい。

病気は予防が肝心といいますが、脳卒中はとくに予防が大切な病気です。日頃から、バランスのとれた栄養、適度な運動、睡眠、休養、禁煙などを心がけることはもちろんのこと、是非ともサナモア光線療法を脳卒中予防に役立てて下さい。光線療法には熱による血管の拡張作用、血液循環を促進する効果に加え、直接的に動脈硬化を予防し、血圧を低下させる働きがあります。また本症例のように、万が一、脳卒中を発症した場合には、末梢神経の再生を促し、神経機能の回復に効果的ですので、リハビリとの併用で驚くほどの回復が期待できます。

サ/ナ/モ/ア/便/り

vol.18

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

前回お知らせしましたように、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

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
ルーフ式・マルチアーク療法の実践
開院のための準備

第十七回

「光と熱研究会」の
お知らせ

医療に関連した話題の講演や
治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

されている方やサナモア光線療法について勉強したいとお考えの方は、是非、ご連絡ください。なお、詳細につきましては、サナモア光線治療院(〇三ー五七五九ー三七一〇)までお問い合わせ下さい。

光線と共に

治療院／治療師
紹介

の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：十月十六日(土)
午後二時三〇分
場 所：サナモア光線治療院
三階会議室

山口房子 光線治療師
住所：練馬区桜台五一九一五
電話：〇三ー三九四八ー五六七九

病後の麻痺を抱えている時、友人にサナモア光線療法を紹介して頂いて以来、どれほどサナモアに助けられたことでしょう。脳腫瘍の右足後遺症、子宮筋腫、うつ病、やけどなど数え上げればきりがありません。また膀胱がんを宣告された姉のベッド待ちの際には、光線を一か月かけ続けてから手術にのぞきました。医師からは末期と説明を受けていたのですが、放射線も抗がん剤も使用せずに、術後三年目にはいり元気に暮らしております。大切なペットの皮膚病もあつと一週間に治しました。



山口光線治療師(後方)
治療中の患者さんと

現在は、友人の母親で、ヘルニアの手術を受けた方の治療をしています。

日曜開院のお知らせ

治療院では、皆様のご要望を受けて日曜日の治療を受け付けることにいたしました。(休院日・祝日)
皆様のご利用をお待ちしております。
サナモア光線治療院

もう一台の私のサナモア光線治療器は、いろいろな方々を渡り歩いており、一人でも多くの方がサナモアと接し、良きを知って頂けたらと思っています。

◆ 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

治験例報告

数年来悩まされていた

メニエール病が光線療法で軽快

神戸市 ウエノ光線療研

上野 健太郎氏報告

症例 64歳 女性 主婦
症状 約四年前に、突然回転性のめまいを認めたため耳鼻科を受診、メニエール病と診断された。治療を受け症状は一時改善したが、十か月後に再発。医師から、生命に関わる病気ではないと説明されていたので、身体を横にして休んでいると暫くして軽快した。ところが二年程前、今度は突然耳鳴が出現し、右耳が聞こえなくなり、激しいめまいとともに嘔気を自覚。耳鼻科にて点滴治療と投薬を受け症状は改善したが、有効な治療法がないことに不安を感じ、従姉にサナモア光線療法をすすめられ来所した。

療法経過 治療はADカーボンを使用し、右耳30分、左耳20分、後頭部20分、顔面は閉眼した状態にて10分、喉頭10分、腹部10分、腰部10分、膝10分、足裏20分の照射を施行した。翌日から自宅での治療を開始。少なくとも

も一日に二回は照射するよう指示した。一週間後には、めまい、嘔気、頭痛は軽減。その後三か月間で、軽いめまいを一度だけ認めたが、耳鳴はほとんど気にならなくなり、人

の話を聞き返すこともなくなった。二年経過した現在では、めまいは消失し、しばらく残存していた耳鳴や難聴も全く認めず、気分も良好で、周囲の人から表情が明るくなったと言われ、友人と出歩く機会も多くなった。再発予防のために、光線療法は毎日続けているが、長年の悩みであった不眠も解消したと大変喜んでいる。

(TEL)078-133-1135

治験例報告

気管支拡張症に伴う

呼吸器症状が光線療法で軽減

福岡県春日市 育美健康光線療研

山崎 いく子氏報告

症例 72歳 男性

症状 気管支拡張症の診断で通院中の患者。普段から咳、痰などの呼吸器症状が強く、血液検査では炎症反応の上昇を認め、発熱を繰り返すため、その都度入院を余儀なくされており、一か月の半分は入院していることもあった。痰の分泌量が多く排出が困難で、とてもつらいと感じており、サナモア光線療法で治したいと希望され、愛用者の方の

紹介で来所した。

療法経過 治療はAAカーボンにて、足裏、足関節、膝、腰部、背部、後頭部、胸部(気管)を各20分照射してから、第一集光器を使用して喉頭を15分、第二集光器を使用して鼻を15分照射。さらにABカーボンにて腹部を15分照射し終了した。翌日から自宅治療を開始したが、治療はAAカーボンで一週間続けた後、BCカーボンに変更し、足裏、

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ください。

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)東京光線療法研究所

治験例報告

癌患者の悪液質を緩和する

目的に光線療法は有効

川崎市 東京光線治療院

海渡 一二三氏報告

症例 73歳 男性
症状 数年前に胃癌のため、胃

足関節、膝、腰部、後頭部を各20分、背部、胸部(気管)を各30分、第一集光器を使用して喉頭を20分、第二集光器を使用して鼻を20分、さらにABカーボンで腹部を15分照射するよう指示した。一か月後の電話連絡で、炎症反応は低下し、体調も良好で、熱発することもなく、痰の

排出もスムーズになり、入院せずにすみそとの報告を受けた。気管支拡張症は慢性の呼吸器疾患で、症状が再発する可能性もあるため、サナモア光線療法は必ず継続するよう指示した。

(TEL)092-581-0339
五七二一五七三

の全摘手術を受けた既往のある
 〆五ページに続く

「四ページから続く」

患者。最近になり、断端部からの再発を認め、左肺への転移が確認されたが、体力の消耗が著しく、体力回復にはサナモア光線療法が良いと愛用者である知人にすすめられ来所した。初診時、患者はかなり衰弱した様子で、瘦

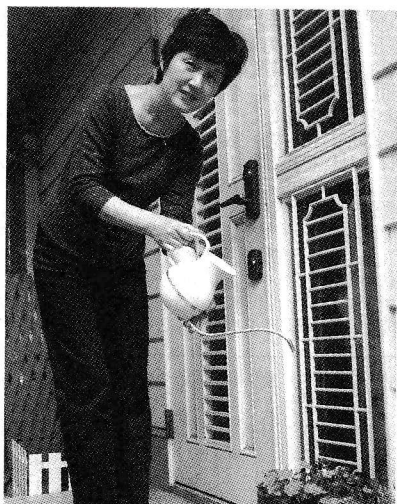
体験報告

脳出血後遺症が

驚くほど回復しました。

晴木 陽子（53歳）

私は、二度の脳出血で倒れ、昨年5月13日に入院となり、闘病生活を余儀なくされました。右半身麻痺に加えて嘔吐が続いたため、ベッド上での軽いリハビリを始められたのは、入院から三か月以上が過ぎた八半月半ばでした。車椅子に乗れたのも八月末で、リハビリ室に行くことができるようになってからも相変わらず嘔吐は続いていました。九月に入り、少し病状が安定し、



こんなことも出来るまで回復しました

リハビリ病棟に移ることになり、

その頃、やっと車椅子でトイレまで行けるようになりましたが、右半身の麻痺は強く、一人では何もできず悲しく思ったものです。リハビリ室でのリハビリは本格的に始まったものの、思うように歩けないし、硬直してしまつた腕も自分のものとは思えない程動かせず、とても辛いリハビリとなりました。

発病から五か月過ぎた10月10日にやっと退院となり、その頃には、補助具を付けて杖をつきトイレに行ける程までは回復していたものの、腕は全く棒

せが目立ち、貧血のため顔面蒼白で、歩行はふらつくため杖なしでは歩けない状態であった。療法経過 全身の四灯照射で治療を開始。BDカーボンを使用して、右下側臥位で顔面10分、左胸部60分、臀部から腰部30分、膝10分照射後、左下とし、胸部

60分、後頭部15分、膝裏15分、足裏15分、腹部15分照射。さらに仰臥位とし、左頸部15分、右甲狀腺15分、左胸部を30分、左腰部15分、右膝15分照射。次に、右頸部15分、左甲狀腺15分、右胸部を30分、右腰部15分、左膝15分照射して終了した。ほぼ毎

日治療を施行し、経過観察したところ、病状は徐々に改善し、体力も回復してきたため、治療時間は三時間、二時間、一時間と徐々に減らした。現在病状は安定し、小康状態を保っており家族の方も喜ばれている。

(TEL 〇四四七三二一五〇六七)

の様な状態でした。その後、10月23日より、麻生先生のおさが治療院に通い光線治療を始めました。治療を始めてから一か月程過ぎた頃、足の浮腫がとれて、腕が少し動くようになり、回復の兆しを感じて希望ももてるようになりました。今年の二月には、箸で食事ができ、顔を洗えるまでになり、回復を実感できました。退院後四か月の受診時に、医師は、「驚異的に回復しています」と驚かれています。三月に入ると、包丁を持って家族の食事を作り、杖なしで歩けるようになり、四月には、誰の手伝いもなく、家事全般をこなすことができ、ほぼ普通の生活ができるまで回復しました。まだ、手首から指先までにしびれ

と突っ張り感、足裏にしびれ感があります。このまま、あさか治療院で治療を続けていけば必ず治ると信じています。書けなかった字も書けるようになったことで、以前勤めていた銀行勤めも夢ではないと楽しみにしています。(題字は「本人の自筆」)

麻生律子光線治療師より一言

病状が重かったため、本格的なリハビリ開始まで発病から四か月も要したこともあり、回復までには長時間かかることを説明した上で治療に入りました。開始当初、体力もなく、側臥位の姿勢にも長時間耐えられず、10回目までは25分程度の治療しかできない状態でした。御本人も御家族も、開始から半年でこまで、回復するとは予想もしてなかったようで、大変喜んでおられます。今では、外見からも全く障害を感じられず、シヨツピングや温泉旅行を楽しめるまでになっています。

埼玉県朝霞市

あさか治療院

(TEL 〇四八四七四一四七八二)

サナモア光線協会 体験記

暗闇からの脱出

(サナモア治療)

神奈川県 持田玄昌 73歳

日本禅画協会々員

忘れもしない平成15年8月8日の暑い朝、目が覚めてビックリ、真暗闇の世界、目を交互に



日本禅画協会・入選作

閉じて、右目が何にも見えないことがわかった。片目が見えないことが、こんなに不自由な、歩くことさえ覚つかない。足元が凹凸に見えて真直ぐに歩けない。それだけではない。新聞も読めない。筆を持つことも。失望が増すばかりであった。持病の糖尿病の合併症、網膜症による眼底出血を直感した。近所の眼科医に診察していただくと、大学病院を紹介され、大学病院へ。結果は思ったとおりの状態であった。難症の手術を行うので、入院していただくことになると思うが、二種類の飲み薬で様子を見ることに。はつきりと治るとは云えない病状であった。不安は募るばかり。

常日頃、妻はバネ指の痛みでサナモア光線治療を愛用しているの、強く光線照射を薦めた。朝、昼、夕、各10分、ABカーボンで右目を閉じて照射すること二ヶ月。鏡の

前で自分の姿が見える喜びを感じた。しかし目、鼻の部分ははっきりしない。

なお続けること四ヶ月、目の検査を受けると視力は0.7まで回復しているが、まだ焦点が定まらないので、さらに続けて一ヶ月。歩行も支障なく、車の運転もできるまでなり、検査を受けると元の視力の0.9に戻っていた。

主治医もこんなに早く回復したのに驚いているが、サナモア治療は話していない。一時は失明まで覚悟したことが夢のようで、サナモア光線様々である。今日も一筆に力を込める喜びを味わっている。

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



Senamora

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念に立ち、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―
三七二二―五三三二―

(本紙の無断転用を禁止します。)