



## 頸肩腕症候群の

### サナモア光線療法

—自己治癒力、自己修復能の向上—

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

### 頸肩腕症候群

広義の頸肩腕症候群は首から上肢にかけての痛みやシビレなどの異常感覚や脱力感を訴える病気の総称です。最も多い病因は加齢による変形性頸椎症ですが、頸椎症性脊髓症や頸椎椎間板ヘルニアで脊髄髄節が障害されると、歩行障害や膀胱直腸障害を伴うことがあります。また腕神経叢と鎖骨下動静脈が鎖骨と第1肋骨（胸郭上部肋骨）の疲労、血流障害、精神的な要因などが関係するとされています。

サナモア光線療法

などが関係するとされています。

### 頸肩腕症候群の痛み

頸肩腕症候群の痛みは長期に亘る難治な慢性痛で、鎮痛剤が効きにくいため、患者のQOL（生活の質）は著しく低下します。ところで痛みは傷害を感知する警告信号として重要ですが、頸肩腕症候群の慢性痛は傷害を感知する警告信号としての意義はなく、痛みで苦しむだけの病気になります。なおこのような慢性痛を起こす機序として、患部の交感神経が異常に興奮して血流が低下し、酸素や栄養の供給が滞りて組織傷害を起こし、発痛物質の分泌、遊離を促す交感神経依存性の痛みの悪化を伴うことがあります。

サナモア光線療法

頸肩腕症候群の治療で第一に求められるのは、即効性のある鎮痛効果です。サナモア光線療法の鎮痛効果は鎮痛剤と異なり、光線を患部と患部に関連する部位を照射すると、光線の深達性の温熱作用で患部の血行を促して血流を増し、筋肉を弛緩し、発痛物質の吸収、排泄を促すことがあります。そのため痛みが鎮まります。そのため痛みが鎮まらない際には、照射回数、照射時間も増やしてください。

サナモア光線療法

さて、サナモア光線療法を反復、継続して、繰り返し患部の血流を促し血管透過性を亢進させてエネルギー代謝を促すことで、自己治癒力、自己修復能が回を追って向上しますから、頸肩腕症候群の痛みは消失して、ADL（日常生活動作）に支障がなくなるのです。

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

### 頸肩腕症候群の

#### サナモア光線療法

垂みによる神経障害、また痛みの中核の侵害受容ニューロンが過敏化する中枢性感作など、さまざまな要因が指摘されています。そこで神経線維を包むミエリンの再生を促して神経の可塑的な歪みを改善する効果が期待できます。

要約すれば、頸肩腕症候群の症状を改善するのは、血流によって運ばれるエネルギーで自己治癒力と自己修復能を高めるしかありません。なお治療期間は一般的に相当長期にわたるため、サナモア光線療法で治療する際に大切なことは、サナモア光線療法は必ず効くと信じて、治療まで治療を続ける覚悟です。覚悟を決めて治療を反復、継続する共同作業に協力してもらえば、自己治癒力、自己修復能が回を追って向上しますから、頸肩腕症候群の痛みは消失して、ADL（日常生活動作）に支障がなくなるのです。

# 一病 息災

# 一病 息災

# 肥満と肥満症

サナモア光線治療院

院長 医学博士 宇都宮 正範

## はじめに

近年、肥満の増加は、先進国のみならず発展途上国でも見られており、世界的視野から肥満対策が課題となっています。WHO(世界保健機関)の報告によると、世界の人口60億人のうち、過体重(BMI・25以上)の人は10億人で、肥満(BMI・30以上)の人は3億人と推定されています。肥満はもはや流行病の一つであるとして、注意を喚起しています。

## 肥満の原因

このような肥満の原因には、過食、食べ方の誤り、身体活動性の低下、遺伝的素因などがあります。また、身体活動不足が、肥満の最も大いなる要因と考えられています。本邦における厚生労働省の「国民健康・栄養調査報告」を見ても、1955年における成人の平均摂取カロリーは2104 kcalであるのに対して、2005年は、1904 kcalとむしろ減少傾向にあり、決して、過食が肥満と直結している訳ではない

ことが理解できます。なお、その内訳を見ると、総摂取カロリーに占める三大栄養素の割合が変化しており、炭水化物が78・1%から59・5%まで低下しているに対し、脂質が8・7%から25・5%と大幅に増えており、食生活の欧米化を、如実に表しているものと考えられます。

次に、身体活動によるエネルギー消費に目を向けると、一般的には、基礎代謝で六割、活動代謝で三割、熱産生で一割の消費となります。身体活動の低下は、活動代謝のみならず、基礎代謝も低下させます。交通機関の発達した現代社会においては、著しい活動代謝と基礎代謝の低下が認められます。このようないくつかの身体の中の代謝変動が、多くの国で、肥満の最大原因になっていると想定されているのです。

## 人類の歴史と肥満

人類の歴史は、飢餓との戦いであったと言つても過言ではなく、生き残り、子孫を残すには、一定の食物を確保する必要がありました。しかし、食物を何日

も食べられない時もあり、冷蔵庫のような保管設備のない環境においては、どうにかして、身体に蓄えなければならず、その役割を担つたのが体脂肪です。つまり、我々の身体には、余分なエネルギーを体脂肪として蓄え、食物がない時に、少しずつ使っているものと考えられます。百万年かけて備わったのです。このような人類に備わった生き残るために、飽食の時代とまで言われる現代社会にあっては、マイナスに作用してしまい、余分なカロリーが次々と体脂肪に蓄えられる訳ですから、肥満が増えるのは、当然のことなのかもしれません。

## 肥満と肥満症

肥満とは、体脂肪の蓄積した状態であり、そのことだけで病気として捉える必要はありません。肥満に起因する疾病があり、減量によってその疾病を改善することが期待できる場合に、肥満症として医学的に扱われる訳で、肥満と肥満症は、明確に区別されています。以下に、肥満症の定義を示します。

## ☆肥満症の定義

肥満症とは、肥満に起因ないし関連する健康障害を合併するか、その合併が予測される場合で、医学的に減量を必要とする病態で疾患単位として取り扱う。なお、健康障害として、耐糖能障害、脂質異常症、高血圧、脂肪肝、冠動脈疾患、脳梗塞など

が挙げられる。

## 肥満と光線療法

肥満が様々な生活習慣病の温床となっていることは、既知の事実であり、飽食の時代が続く限りにおいて、肥満をなくすることは難しいかもしれません。少しでも改善する努力を惜しまないで下さい。

肥満の解消には、食事療法や運動療法を含めた生活習慣の改善が、基本であり大切ですが、血液循環を改善し、基礎代謝を亢進させるサナモア光線療法も、肥満には効果的です。ただし、サナモアで消化管機能が良好となり、かえって食欲が増進することがあるため、治療中の食べ過ぎには注意が必要です。

# サ/ナ/モ/ア/便/り

vol.47 宇都宮 正範

宇都宮 正範

加者もあり、開講以来、初めて全員女性といったなか、終始、和やかな雰囲気で行われました。



治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。

場所：サンモア光線治療院  
午後二時三〇分  
三階会議室

## 治療院 & 治療師紹介

光線治療師養成講座に出席し、  
治療師資格を取得された方から  
頂いたお手紙を掲載致します。

杉山憲子治療師（岩手県）

三日間大変お世話になります

川田 滋子（栃木県）、杉山 憲子（岩手県）、大澤 奈巳（兵庫県）、近藤 敦子（愛知県）、岸 みどり（東京都）。

敬称略

治療師認定者

た。光線療法の歴史から原理、難しい医学のお話や治療器の仕組みを、眠くならないよう分かりやすく解説して頂き、理解することができました。また、研修二日目に治療室を使って行われた

### 第三十五回 「光と熱研究会」

## と の お 知 ら せ

全身照射の体験実習で、勉強の疲れを癒すことができたことに加え、参加者が二十代から六十年代までの女性であったこともあり、和気藹々と楽しかったです。講義のなかでも特に印象に残っていることは、医療用カーボンには、波長の異なる電磁波を放射するため、様々な金属を入れられていること、光線療法は、ビタミンDとカルシウム代謝に関係し、免疫力を高める作用を有することですが、光線療法の優れた効果を再認識致しました。

全身照射の体験実習で、勉強の疲れを癒すことができたことに加え、参加者が二十代から六十年代までの女性であったこともあり、和気藹々と楽しかったです。講義のなかでも特に印象に残っていることは、医療用カーボンには、波長の異なる電磁波を放射するため、様々な金属が入れられていること、光線療法は、ビタミンDとカルシウム代謝に関係し、免疫力を高める作用を有することですが、光線療法の優れた効果を再認識致しました。自分自身のことになりますが、

五年前にサナモア光線療法と整体を組み合わせた治療院を開院しました。サナモア光線療法を知ったのは、一緒に開院した菅原康子さんの体験からでしたが、これまで、サナモア光線療法が、血液循環の改善や老廃物の排泄を促し、病気の治癒機転に深く関わっている様子を間近で見てきました。

今回の講座で、さらに太陽の恵みの有り難さを感じるとともに、これからも多くの患者さんを治療していきたいと思います。ありがとうございました。

# 募 集

## サンモア光線治療師

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

## サンモア光線治療院

〒153-0063

東京都目黒区目黒1-23-11  
TEL (03) 5759-3710  
FAX (03) 5759-3720

## サナモアで再発した胃潰瘍が軽快

神戸市 ウエノ光線療研

上野 健太郎氏 報告

TEL 078-333-11358

症例 42歳 男性 会社員

症状 会社の健診で、半年前から胃もたれが続いていると訴えたり、検査が施行され、三十数年前に投薬で治った胃潰瘍の再発が疑われるため、専門医を受診するよう説明された。その際、十数年来の友人に相談したところ、自分も三、四年ごとに胃潰瘍が再発して困っていたが、サナモアで治療してから、全く再発しておらず病院にもかかっていないから、サナモアを試してみてはどうかと強く勧められ来所した。

治 驗 例 報 告

### 血尿がサナモアで改善した

福岡県春日市 育美健康光線療研

山崎 いく子(旧姓前田)氏 報告

TEL 091-581-1039

療法経過 治療はBDカーボン

で、腹部全体を20分照射後、集光器を使用して、上腹部(胃)を30分、上背部を20分、後頭部を

症例 73歳 女性

症状 サナモア愛用者。最近、血尿を時々認めるため、病院へ

治 驗 例 報 告

### 血尿がサナモアで改善した

福岡県春日市 育美健康光線療研

山崎 いく子(旧姓前田)氏 報告

TEL 091-581-1039

療法経過 治療はBDカーボン

で、腹部全体を20分照射後、集光器を使用して、上腹部(胃)を30分、上背部を20分、後頭部を

症例 73歳 女性

症状 サナモア愛用者。最近、血尿を時々認めるため、病院へ

20分照射。その後、背部全体を10分、腰部を20分照射。次に、ABカーボンに変えて、足裏20分、ふくらはぎ20分、膝10分の照射を施行した。

翌日から、自宅治療を開始するにあたり、上腹部(胃)と上背部の照射は、一日二回とする

最近では、サナモアの効果で、睡眠が十分にとれ、よくすむことも少なくなり、再発防止にサナモアを続けることが、生活の一部になって、快適に過ごせていると喜んでいる。

ことを指示した。十日が経過した頃、これまで感じていた重苦しいような不快感は認めなくなり、一か月後、病院を受診したところ、潰瘍は治癒しているが、再発の危険もあり、十分に気をつけるよう生活指導された。

### はつらつさんと ジョイントカーボン

全自動光線治療器

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、カーボンの消耗に合わせてジョイントで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」をご覧下さい。

照射部位を含めた治療方法について質問を受けた。

療法経過 治療には、BDカーボンを使用し、腰部、腹部(とくに下腹部)を各30分以上照射し、前頸部、背部、膝、足裏を各20分照射。とくに背部(腎臓)は、長時間照射するよう指示したが、必ず、病院で検査を受けよう説明した。

数か月後に電話での報告があり、指示通りにサナモアを照射したところ、数日で血尿が全く出なくなつたと喜ばれていった。病院はあまり好きではないので、受診していないとのことであったため、今後もサナモアを継続することに加え、血尿が再発するようなら、病院で検査を受けることを指示した。

## 小児の顔面神経麻痺を

川崎市 東京光線治療院

海渡 一二三氏報告

サナモアで治療

症例 10歳 男児

症状 明らかな誘因もなく、急に、右側顔面がゆがみ、右目と頬が発赤し、物が飲み込みにくいと言つたため、近くの皮膚科を受診したところ、塗り薬を処方され帰された。心配した父親からの電話で、顔面神経麻痺が疑われたため、サナモアが有効と考え、早速、当院での治療を開始した。

治療法経過 治療は四台の治療器で、ABカーボンを使用。左側臥位にて、顔面と腰部と膝に15分照射。次は、後頭部と腹部と足裏に15分照射。さらに、仰臥位として、左顔面、右側腹部、左膝に15分、右顔面、左側腹部、右膝に15分照射した。今回は発

の治療後、お茶を飲ませてみたところ、口角よりたれずに上手に飲むことができたことからサナモアで改善する可能性が高いと考え、自宅での治療も合わせて行うよう指示した。現在、改善傾向にあるが、治療は継続している。

症が急であること、また、初回

治験例報告

サナモアで改善した

盛岡市 やすらぎ整体院

杉山 憲子氏報告

TEL 019-663-1510

三症例の報告

症例①

ぎっくり腰の治療目的にて来院し、早速、腰部の照射を中心

の仕事まで、休まずに働けることを大変喜んでいる。

症例②

60代。精神病院に入退院を繰り返し、体が震え、洋服の着替えも不自由な状態であったが持病の咳が出なくなつたことに大変驚かれていた。これまで、咳の発作で二度肋骨骨折を起こしておらず、病院では、明らかな原因疾患を特定できなかつたが、今では、新聞配達からスーパー

## 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。

株東京光線療法研究所

症例③

50代。これまで様々な病気を経験してきたためか、自分は実感していない。

く生きられない」と悲観していた。一度目の治療で、薬の臭いがする黒ビールのような尿が出たことに驚き、その後、しばらく、目や鼻からも多量の分泌物が出た。治療を続けるうちに、これまでの不快感や焦燥感から徐々に解放され、いい方向へ向かっていることが明らかで、会話もはずむようになり、今年の五月から、仕事にも復帰することができた。

アを照射しました。枝をつかなければ歩けない状態に陥ってしまい、慌ててサナモアを照射しました。

外出先で左足首を捻挫してしまいましたが、その時は、少し歩きにくい程度であったため、二、三時間歩き回ってから帰宅しました。すぐにサナモアを照射するつもりでいたのが、あまり痛みが強くなかったため放置していましたところ、その三時間後位から、段々と痛みがでてきて、

西宮市 石井 なたり様

私の小さな  
サナモア体験談です



BBカーボンで足首の内外から一時間照射しましたが、そのなかつたかのように朝食の支度もすることができ、朝のうちに、今度はABカーボンで一時間照射しましたが、いつの間にか痛みは和らいで、二日目にはすっかり痛みは消失していました。

また、時々、左右の目にかすみがでますが、それもABカーボンで30分位照射すると消えてしまいます。ADカーボンで毎日照射していた時は、眼鏡をかけなくても良かつたのですが、忙しいと、どうしても光線治療ができず、治療の間隔が空いてしまい良くありません。また、

続けたいと思っています。

その他、調理中に親指を包丁で切つてしまい、血がなかなか止まらなかった時や夜中の急な発熱、原因不明の腹痛(病院にかかるないので詳細は不明など、すべてサナモアで解決してきました。

翌朝、目が覚めると痛みはすっかり引いていて、何事もなかつたかのように朝食の支度もすることができ、朝のうちに、今度はABカーボンで一時間照射しましたが、いつの間にか痛みは和らいで、二日目にはすっかり痛みは消失していました。

また、時々、左右の目にかすみがでますが、それもABカーボンで30分位照射すると消えてしまいます。ADカーボンで毎日照射していた時は、眼鏡をかけなくても良かつたのですが、忙しいと、どうしても光線治療ができず、治療の間隔が空いてしまい良くありません。また、

### —サナモア体験記募集—

サナモア光線協会では、皆様からの体験記を募集しております。なお掲載させて頂いた方には、薄謝を贈呈致します。

サナモア体験記の投稿について、メールでの募集も開始いたしました。下記のアドレスまで、お気軽にご投稿をお願い申しあげます。

メールアドレス：[sanamore@hr.catv.ne.jp](mailto:sanamore@hr.catv.ne.jp)

我が家には、六十年前からサナモアがありました。母がウマチ、姉が喘息であり、神戸の上野先生を紹介されて購入したようです。

今は、二台の治療器がありますが、はつらつさんではないのには役立つ優れ物で家族一同安心しています。本当に頼もしい治療器なので、説明しても理解してもらえない方がいると悔しい思いが残ります。

さすが、はつらつさんではないのには役立つ優れ物で家族一同安心しています。本当に頼もしい治療器なので、説明しても理解してもらえない方がいると悔しい思いが残ります。

今は、二台の治療器がありますが、はつらつさんではないのには役立つ優れ物で家族一同安心しています。本当に頼もしい治療器なので、説明しても理解してもらえない方がいると悔しい思いが残ります。



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

(本紙の無断転用を禁止します。)