

# 健康と光線

## 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しびれなどの異常感覚や脱力を訴える病気の総称名です。最も多い病因は加齢による変形性頸椎症ですが、頸椎性脊髄症や頸椎椎間板ヘルニアで脊髄神経が障害されると、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

間で圧迫されて神経症状や血液循環障害に伴う症状を訴えるのが胸郭出口症候群です。関節原性の場合、動作に伴い患部に限局した痛みを訴えますが、五十肩（肩関節周囲炎）、上腕骨外顆炎（テニス肘）、上腕骨内上顆炎（野球肘）などがあります。なおキーパンチャーのように手を酷使する作業に従事する人の頸肩腕痛を狭義の頸肩腕症候群と呼び、筋肉や靭帯の疲労、血流障害、精神的な要因

などが関係するとされています。

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知らせ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知らせ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る。ため、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っ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循環、あるいは神経の可塑的な

## 頸肩腕症候群の

## 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進して血流を増し、筋肉を弛緩し、発痛物質の吸収、排泄を促すことによるため、鎮痛効果と照射量との間にある程度の関係があります。そのため痛みが鎮まらない際には、照射回数、照射時間を増やしてください。

さて、サナモア光線療法を回復、継続して、繰り返す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は、鎮痛効果を繰り返し体感し、治療機転を促すことにつながり

ますから、交感神経の異常な興奮を抑制して痛みの悪循環を断つ効果があります。また光線療法に独自の作用にビタミンDの生成がありますが、カルシウムの体内分布の恒常性を保つことで神経線維を囲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、治るまで治療を続ける覚悟です。覚悟を決めて治療を回復、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おり、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が、多くの疫学的調査結果から、身体活動不足が、肥満の最も大きな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2104kcalであるのに対して、2005年は、1904kcal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%まで低下しているのに対し、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が、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が、このような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、飢餓との戦いであつたと言っても過言ではなく、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す。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、その役割を担ったのが体脂肪です。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、少しずつ大切に使うような仕組みが、数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のシステムが、飽食の時代とまで言われる現代社会にあつては、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、肥満をなくすことは難しいかもしれませんが、少しでも改善する努力を惜しんではいけません。

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

# 第十六期 サナモア光線治療師 養成講座を東京にて開講

今年度も、第十六期サナモア光線治療師養成講座を、六月二十三日から三日間、開講することができました。大震災から三か月という時期にもかかわらず、岩手県や栃木県からの参

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。

今回、治療師認定を受けられた方々を（紹介致します）（写真）。



## 治療師認定者

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

## 第三十五回 「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：十月二十九日（土）

午後二時三〇分

場所：サナモア光線治療院

三階会議室

## 治療院&amp;治療師紹介

今回は先に行われたサナモア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した。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

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代までの女性であったこともあり、和気調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。

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えてきました。

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っております。ありがとうございました。

## ◆ 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

## 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 〇七八―三三―三三五六

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ところ、検査が施行され、三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ようかと強く勧められ来所した。

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

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

治  
験  
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 〇九二―五八―二〇三九  
五七―二一五七三

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

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。

最近では、サナモアの効果で、睡眠が十分にとれ、くよくよすることも少なくなり、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、快適に過ごしていると喜んでいいる。

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

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。

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、病院で検査を受けるよう説明した。

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ったと喜ばれていた。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。

行こうと考えていたが、他には、特に問題がないので、サナモアで少し様子を見たいとのことだ。



## 治験例報告

## 小児の顔面神経麻痺を

## サナモアで治療

川崎市 東京光線治療院

海渡 一二三氏報告

TEL 〇四四一七三二五〇六七

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ったため、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。

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

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

## 三症例の報告

盛岡市 やすらぎ整体院

杉山 憲子氏報告

TEL 〇一九六六三二一〇

## 症例①

ぎっくり腰の治療目的にて来院し、早速、腰部の照射を中心に行い、すぐに仕事ができるまでに改善したが、治療中から、持病の咳が出なくなったこと、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り、病院では、明らかな原因疾患を特定できなかったが、今では、新聞配達からスーパー

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。

の仕事まで、休まずに働けることを大変喜んでいいる。

## 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、治療を開始してしばらくたつと、これまでのタクシー通院も止めて、歩行も安定し、相手の目を見て話せるようになった。三か月が経過した頃には、自宅の掃

## 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

除や片付けがきちんとでき、訪問看護師さんには、「すごいきれいになってるね。」と驚かれた。治療開始二年で、食事の支度までできるようになり、すっかり何でも自分のことは自分でできるまでに回復し、幸せを実感している。

## 症例③

50代。これまで様々な病気を経験してきたためか、自分は長

く生きられないと悲観していた。一度目の治療で、薬の臭いがする黒ヒ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、これまでの不安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、会話ははずむようになり、今年の五月から、仕事にも復帰することができた。



# サナモア光線療法 愛用者の声

## 私の小さな

### サナモア体験談です

西宮市 石井 なたり様

外出先で左足首を捻挫してしまいました。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たところ、その三時間後位から、段々と痛みがでてきて、杖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。

Bカーボンで足首の内外から一時間照射しましたが、その晩は、痛みが続いていたので、鎮痛剤を飲んで休みました。

翌朝、目が覚めてみると、痛みはすっかり引いていて、何事もなかっ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A B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ありますが、それもA Bカーボンで30分位照射すると消えてしまいます。A D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ったのですが、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ってしまい、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(病院にかかって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。

我が家には、六十年前からサナモアがありました。母がリウマチ、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で少し不便です。でも、いざという時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上げます。

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



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―五三二二

(本紙の無断転用を禁止します。)