

健康と光線

冷え性

冷え性は男性に比べると女性に圧倒的に多い症状です。個人差はありますが、女性の半数かそれ以上の人々が、暑い盛りの夏でも冷房で冷えると、全身や腹部や腰など下半身や手足の末端などの冷えや、冷えに伴う頭痛、肩こり、易疲労感、腹痛、便秘、下痢、胃もたれ、不眠などさまざまな症状で苦しんでいます。女性に冷え症が多いのは、男性と比べると熱を産生する筋肉の量が少ないことが、月経の影響などで貧血気味の人が多いこと、血圧が低い人が多いことなどいろいろな原因が考えられます。

また動脈硬化症、糖尿病、喫煙などで血管が細くなり、血流が低下することも冷えの症状を引き起こす原因になります。

家庭での 冷え性の治療

ご家庭でサナモア光線療法をお使いいただいているサナモア愛用者の方は、通常は一台の光線治療器を使って治療しますので、可及的に照射時間を長くして照射してください。

冷え性の治療

— サナモアの併用効果 —

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

食品を摂取するように心掛け、体力に応じたウォーキングや軽いジョギングなど適度の運動を継続して行つて筋肉量の増加を図り、クーラーの使い過ぎや薄着を控えて冷えの予防と保温に意を用い、酒や煙草を控えるなどの注意が求められます。特に煙草は血管を縮小させますので、ベビードラッグとして貰うためです。これは冷え性の人々が温まつたことを実感して貰うためです。

考案ならびに結語

冷え性の人は、身体の各所や

とが期待できます。それにはストレスを避け、栄養面では冷凍食品は避けて温かい栄養価の高い

Aのカーボンを組み合わせて用いて、足裏、膝、腰、腹、顔、後頭部などの照射部位に同時に40分から45分照射し

ます。この光

線療法により、

どんなにひどい冷え性の人

でも発汗し症

状は和らぎま

すが、冷え性

は体質が関係

しているので光線療法を中断す

ると冷え性の症状は容易に再燃

します。この再燃を防ぐために

大切なことは、可能な限り長期

間にわたり治療を継続して行い、

体質から改善することです。

スマーカーの人は是非とも節煙か禁煙に踏み切つてください。

サナモア光線治療院の治療法

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

腹や腰や手足などの四肢末端の冷えを自覚しています。これらの人々が光線療法を受けることで、心地よい光線療法の温熱効果により末梢血管の血行を促し、自律神経のバランスの乱れを解消し、ホルモンバランスを調整しますので、冷えの感覚は改善し和らぎます。なお前述したように冷え性を発症する一因に生活習慣が関わっていますので、冷え性は体質だからと諦めることなく、生活習慣を改めることにより改善することを期さなければなりません。繰り返しになりますが、ストレスを避けることにより改善することを期さなければなりません。

そこで、冷え性は体質だからと諦めることなく、生活習慣を改めることにより改善することを期さなければなりません。繰り返しになりますが、ストレスを避けることにより改善することを期さなければなりません。

そこで、冷え性は体質だからと諦めることなく、生活習慣を改めることにより改善することを期さなければなりません。繰り返しになりますが、ストレスを避けることにより改善することを期さなければなりません。

そこで、冷え性は体質だからと諦めることなく、生活習慣を改めることにより改善することを期さなければなりません。繰り返しになりますが、ストレスを避けることにより改善することを期さなければなりません。

第二十期
サナモア光線治療師
養成講座を東京にて開講
今年度も、第二十期サナモア
光線治療師養成講座を、六月二
十五日から三日間の日程で、二
名の参加者を迎えて開講すること
ができました。

場所：サナモア光線治療院
三階会議室

医療に関連した話題の講演や
実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：十月二十四日(土)
午後二時三〇分

昨年に引き続き、8月30日に
福島県会津若松市において開催
された地方部会の報告をさせて
頂きます。

平成元年に会津地域のサナモ
ア爱好者を中心に発足したこの
会は、毎年、この時期に、会
長の猪俣一夫氏を中心に開催
されています。今年は、会津若
松市文化センターにおいて、

通称ASK-IK(あすき)

会津サナモア光線 愛好研究会



一宮 岩(大阪市)、小坂 恵
是(東京都)。敬称略

^治療師認定者▼

第四十三回 「光と熱研究会」 のお知らせ

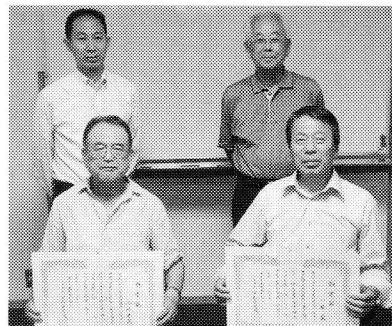
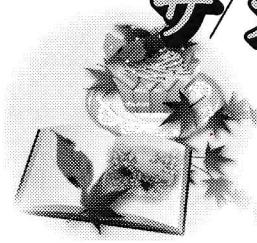
第二十期

サナモア光線治療師

サ/ナ/モ/ア/便/り

vol.63

宇都宮 正範



今回、治療師認定を受けられた方をご紹介致します(写真)。

サナモア光線治療院

営業日変更に関するお知らせ

日頃から、サナモア光線治療院をご利

用頂いておりますご愛用者の方には、厚く御礼申し上げます。

さて、誠に勝手なお願いにて恐縮ですが、十月一日より、サナモア光線治療院では、木曜を休院日とさせて頂くことになりました。ご不便をおかけして申し訳ございませんが、どうぞ、お間違えのないようお願い申し上げます。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	休	○	○	○
午後	○	○	○	休	○	○	△

△14時30分まで 休院日：木曜・祝日



参加された方々

「サナモア光線療法とは」という演題で、宇都宮正範による講演が約一時間行われました。終了後、そこで医療相談会となりました。

当日の参加者は、役員の方を含めて十名でしたが、皆さん熱心に聴講されており、光線療法に対する知識を深めて頂いたのではないかと思います。

また、講演会終了後に実行された簡易の医療相談会では、数人の方に、病気の相談を受け、サナモア光線療法に際し気をつけること、使用するカーボン、照

^3面につづく

△2面からつづく

射方法について、具体例をあげ説明しました。少しでも、今後の健康維持に役立てて頂ければと願う次第です。

その後、懇親会場である会津東山温泉 東山第一ホテルに移動し、役員の方々と、夜が更けまるまで光線談義に花を咲かせ、翌朝、来年の再開を約束し帰路に着きました。



懇親会

なお、当日の役員参加者は、山内惣悦前会長、猪俣一夫会長ご夫妻、小林文昭ご夫妻、二ノ宮多恵子さんです。

「体内に蓄積していた毒素もれていますではありませんか。この日は、朝から、僅かしか食事、水分を摂っておらず、「この汗の量はどうしたものか?」

治療院＆治療師紹介

本年六月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。

一緒に排泄されているのだろうか?」同じ汗でも、サウナでは、とても蒸し熱く、息苦しめ感じるのに、このルーフ式全身多灯照射は、実に快適でした。

60歳代のある冬の寒い日には、体調不良で受診した病院で、肺炎と診断されました。微熱が続いている頃、風邪をひき、憂うつな日が続いた時、多少の熱があつても、近くの金剛山(1,125m)に登ると、不思議に元気を取り戻し、回復したことを幾度となく経験してきました。これは、

徐々に体力を取り戻し、一か月後、赤沈の数値が良くなっていると説明され、光線療法の効果を、身をもって再確認しました。

その後、今日に至るまで、光線療法を続けてきましたが、サンモアには本当に感謝しています。このような私自身の経験から、サンモア光線療法のことをもうと知りたいと考え、今回、受講した次第です。

サナモア光線治療師 養成講座を受講して

一宮巖治療師

今回参加した光線治療師養成講座のなかで、初めて、ルーフ式全身多灯照射(4台の光線治療器で45分照射)を体験しました。治療の後半は、あまりの心地よさに眠ってしまいましたが、気がつくと、背中、腹、肩、腰など全身に、滝のように汗が流れているではありませんか。

この日は、朝から、僅かしか水分を摂っておらず、「この汗の量はどうしたものか?」

50歳の初めには、心筋梗塞を患いました。発作時には、胸が苦しく、奥歯に痛みが走りましたが、過労によるストレスが原因と指摘され、これは大変とばかりに、病状が落ち着いてから

募集

サンモア光線治療師

当協会の趣意に賛同され、
サン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

慢性気管支炎による 咳、痰がサナモアで改善

神戸市

ウエノ光線療研

上野 郷子氏報告

TEL 078-333-1358

症例

75歳 男性 自営業

症状 持病に慢性気管支炎をもつており、寒い季節になると、咳や痰が増えるため、その都度、

サナモアを喉、背中、足裏に重状が軽快することを、繰り返してきましたが、昨年は、症状がいつ

もよりひどく、咳と痰が続き、これまでと同様、A B カーボンで照射していたが、経過が思わ

しない。五十年來の友人でもあるかかりつけの医師からは、「お前さんも、いよいよ老人性の喘息の仲間入りをしたようだ」と言わされたため、サナモアの照

治 験 例 報 告

図を理解してもらえた。

始めに、喉をC D カーボンで20分照射し、A A カーボンで、鼻、後頭部、背部、腰部、腹部、膝を各10分、最後に足裏30分の照射を指示。これまで、気の向いた時に行っていた乾布摩擦を

習慣づけることを合わせて指導した。三週間後に再度来所。始めた数日間、症状に変化を認めなかつたが、一週間が経過した頃に好转の兆しが出てきたとのこと。咳の頻度、痰の量が目に見えて減り、咳が出たとしても、苦しさを感じなくなり、夜、床に就いてから眠りに入る前に出ていた激しい咳も消失、十分、深い睡眠をとれるようになっていた。その後の経過は良好で、元の日常生活に戻ることができ喜んでいる。

サナモアで

難治性の腰痛が軽快した

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

射方法を含め相談に来所した。
療法経過 以前、同様の症例の治療経験があり、使用しているカーボンの種類を変更すること

を勧めたところ、サナモアの経験年数が長いため、こちらの意

症例 75歳 女性
症状・療法経過 サナモア愛用者。これまで、知人の紹介で、腰痛に対し、様々な治療や施術を受けている。ある日、治療を行って

受け帰宅後、腰痛が悪化することに気がついたが、後日、立つて歩けなくなつた。そここの治療師からは、「普段ご自分で行っている光線療法を行つて下

さい」と言われたため、数日後電話にて相談。これまでの経過と自宅で腰部をA B カーボンで照射しているが、なかなか改善しないと話されたため、こちらからは、B C カーボンに変更し、患部である腰部に対し、できるだけ長時間照射するよう指示した。

少しその所まできているが、このままB C カーボンで続けていいのかという質問だったので、そのまま、同じカーボンで良くなるまで照射するよう指示。さらに数か月後の電話では、腰痛はほぼ改善したとのこと。「やはり、サナモアが一番、根気よく照射すれば、治るんですね」と話された。

サナモアカーボンの 類似品にご注意下さい

サナモア A(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」とともに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ど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、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

治 驗 例 報 告

著明な両側の下腿浮腫を

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

症例 69歳 主婦

症状 サナモア愛用者。全身倦怠感、両下肢のむくみを主訴に近医受診したが、その時は、血圧の上昇を指摘され、降圧薬を処方され帰宅。翌日、両側の膝から足にかけて、むくみが拡がり、肌は薄黒く、硬くなつており、階段昇降では足の動きが制限され、腫れのため、靴がうまく履けない状態となつていた。

そのため、サナモアで治療を希望し来院した。

療法経過 平成26年1月、治療を開始。四台の治療器で、BD

カーボンとABカーボンを適宜使用。側臥位にて、腰部、臀部、

症例 61歳 男性

症状 以前から、糖尿病のためインスリン治療を行つているが、奥様の勧めもあり、サナモア光線療法を試してみたいと来院。

症例 61歳 男性

症状 以前から、糖尿病のためインスリン治療を行つているが、分全身照射。週に一回のペースで治療を始めたところ、当初、あまり汗を流さなかつたが、治療の回数を重ねるにつれ、徐々

(BD)、腰部BD、後頸部(BD)、膝(AB)、足裏(AB)を40分全身照射。週に一回のペースで治療を始めたところ、当初、あまり汗を流さなかつたが、治療の回数を重ねるにつれ、徐々

また、病院での定期的な血液検査では、血糖値が低下傾向にあり、インスリンの投与量も4単位減らせたとのこと。膝関節の痛みも軽減傾向にあり、血糖コントロールの改善と合わせて喜んでいる。

膝前面、腓腹部を30分照射。その後、後頭部、腹部、膝裏、足関節を15分照射し、さらに足裏

当院での治療に加えて、自宅でも毎日継続治療するよう指示したところ、4月末には、ほぼ完治した。

左股関節側面、右膝側面、右膝内側を15分照射してから、左膝内側を15分照射した。

左股関節側面、右膝側面、右膝内側を15分照射してから、左膝内側を15分照射した。

治 驗 例 報 告

サナモアで

血糖コントロールが改善

目黒区 サナモア光線治療院

山下 サチ子氏報告

TEL 03-15759-13710

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しまいました。この点を改良したのが全た。この点を改良したのが全た。

なお、はつらつさんと使用の際には、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。使用上のお注意は、「はつらつさん取扱説明書」をご覧下さい。

はつらつさんと ジョイントカーボン

全自动光線治療器

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。

出張修理サービス

開始のお知らせ

日頃より、サナモア光線療法をご愛用頂きまして、心より厚く御礼申し上げます。

さて、これまで弊社では、光線治療器に故障、不具合を生じた場合、お客様に光線治療器を送つて頂き、修理して参りました。全国津々浦々に、独自のサービス網を持たないため、出張での修理を行うとしても、伺える地域が限定してしまい、お客様に対するサービスに差を生じてしまふことを懸念し、出張修理を控えさせて頂いてきた次第です。

出張修理サービス

— 平成28年2月1日より受付開始 —

内容：光線治療器の修理全般

地域：東京23区、川崎市

時間：弊社営業日、営業時間内

料金：修理にかかった費用の他に、出張代金として、10,000円(税込)を頂戴致します。

せんが、このようなサービスを開始すること致しました。

できないから、来てもらいたい」といった声が届いており、地域限定となり誠に申し訳ございま

す。この場での修理が困難と判断した場合には、弊社に持ち帰り、修理させて頂きますので、ご了承の程、お願い申し上げます。

(株)東京光線療法研究所

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

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。

Tel 153-0063 東京都目黒区目黒4-6-18
サナモア光線協会 TEL (03) 3379-3152-1153-22

(本紙の無断転用を禁止します。)



Sanmaa

サナモア光線協会

趣意書

詳細につきましては、本社修

理サービス部門まで、お問い合わせの程、お願い申し上げます。