日本国民への提言

新年あけましておめでとうございます

日本の国民一人ひとりが、自らの「からだ」の「しくみ」を生かすことで、日本を再生する

平成18年1月1日『現在の日本医療再生への提言』と題して第1回目がスタートして以来、今回で100回目になります。

この間、臨床研究と論考を重ねながら一つの結論がでました。今日、ここでみなさまにそのエッセンスをお話させていただきます。

藤原正彦氏は2010年文芸春秋7月号『日本国民に告ぐ』で「一般に多くの困難を解決しようとする場合、一つ一つ着実に解決しようとするのは、誰でもまず考えることであるが、大ていの場合、労力がかかるばかりで成功しない。多くの困難が噴出しているというのは、それら全てを貫く何か一つの原理が時代や状況にそぐわなくなっているということを意味する。したがってこの原理を変えることで諸困難を一気に解決する、というのが最も効果的なばかりか容易でもあるのだ」と述べておられます。まさに、「そうだ」とわたしも思います。

みなさんご存じのように、平成23年度の医療費は約38兆円です。平成35年には、54兆円と予測されています。その上、医療に介護・年金を合わせた社会保障給付費は、現在でも年間約111兆円になります。

そのため現在の国家財政は、1000兆円をこえる赤字です。財政再建に特別な処方箋はなく、歳出削減・社会保障給付費の削減・増税の3つ以外の選択肢はありません。5%から8%に、3%の消費増税をおこなうにも大変なさわぎです。さらに、少子高齢化の高波がおしよせています。

だれがどう考えても、日本人がいままでの「生き方」をしている分には、とうてい解決できないことです。もちろん、いままでの医療の在り方ではなりたちません。

一つひとつの問題を一対一対応で解決しようとしても解決はできません。諸問題を串刺しにする原理が必要とされています。

【Ⅰ今までの日本人のあり方・日本の医療では解決できない諸問題】

【Ⅱわたしたち人間は、「生きもの」です】

人類の歴史をふりかえってみれば、より「いのち」を確かにつなぐため(表1、特に①～④の条件)の連続でした。

狩猟採集生活から農耕牧畜生活へ、工業化による大量生産・大量消費生活と電子情報化の生活へとつながってゆきます。そして自由・民権・平等という現在の先進諸国の社会体制にもつながってゆきます。これらは、より良い生活を求めた先人の努力と知恵の結集です。ありがたいことです。

しかし、最近になりそれらの制度のほころびが目立ち始めました。そのことが現在という時代が大きな転換期と言う意味なのです。

しかし、ここでわたしたちがこころしなければならないことは、わたしたち人間も限りある「いのち」がプログラムされた「生きもの」であるという事実です。ほころびのある現在の状況をありがたく享受しつつ、「生きもの」としての立場をふまえ、「生きぬき・死にゆく」ことが重要であると思います。そのことが、あらゆる問題解決の大きなキーポイントであると、わたしは確信しています。

【Ⅲわたしたち人間の一生とは、「いのち」をつなぐ行い】

それでは、今般の日本の状況において、「生きもの」の一員としての立場をふまえつつ諸問題を一気に解決する原理とはどういうものでしょうか。

その原理とは、わたしの言葉で表現すると『「からだ」の「しくみ」を生かす』ことです。

それでは、「からだ」の「しくみ」とはなにかです。40億年にわたりつちかわれた「からだ」の「しくみ」がめざす目的はなにかということです。

その目的は一言でいうと「いのち」をつなぐことです。わたしたちの人生そのものである「生まれ・生きぬき・老化し・死にゆく」ことを通して、わたしたちは「いのち」をつないでいるのです。一年草の草花の一生とわたしたちの一生は、本質的には同じです。

その本質とは、「生きぬき」自分の「いのち」をつなぎ、親とは違う多様性のある子を育て、「老化」し、おとろえることによって次の世代へのバトンタッチを感じとり、「死にゆく」ことでより多様性のある「いのち」を子孫につなぐことです。

わたしたちの一生は「いのち」をつなぐための行いです。その点では、一年草の草花と全く同じなのです。

【Ⅳ人間の「老化」と「死」は、「いのち」をつなぐ大切な役割】

一年草の草花も、人間もそれぞれの「いのち」をつなぐ一つの環としての存在です。その一つの環としての存在が、悠久のつながりの一つの環であると自覚できるところに、大きな楽しみと生きがいと誇りと安心があるのです。

そして、その「しくみ」は「生命」と「地球」がともに40億年にわたって協調することによって生まれたすばらしい「しくみ」なのです。

「生まれ・生きぬき・老化し・死にゆく」ことは、「生命」と「地球」がともに進化することによって生まれたすばらしい摂理なのです。

特に、高齢者にとって「老化と死」は、子孫に、多様性のある「いのち」をつなぐために課せられたすばらしい役割なのです。

そのため、われわれ現代人がもってしまっている「老いる・死にゆく」ことを忌み嫌う価値観は、「生きもの」の「からだ」の「しくみ」に本来備わっている役割とは、まったく価値を異にします。

「生きもの」である人間が、「生きもの」の本来あるべき姿である「老いる・死にゆく」という「いのち」をつなぐすばらしい役割と異なった認識をもつこと(いつまでも若くありたい、死にたくない)。そのこと自体が、人間のおもいあがった悩みであり、人間という「生きもの」の特徴でもあります。

そのため「老いる・死にゆく」ことを恐れる、という解決できない大きな問題をほらんでしまい、おおいに悩むことになります。

その本質的なすばらしい役割(「いのち」をつなぐ)を体感できないために、ご自分(特に高齢者)の「いのち」を医療に丸投げすることになってしまいます。患者(特に高齢者)・医師双方に解決できない大きな悩みのはじまりです。「生きもの」の本質(「いのち」をつなぐ)を見失った人間の姿がそこにあります。

【Ⅴ国民一人ひとりが「上腹部の柔軟性」を保持し、「深く・長く・ここちよい呼気」をおこなう。あとは「からだ」の「しくみ」におまかせする】

それでは、どうすればいいのでしょうか。

その答えは簡単です。「からだ」の「しくみ」におまかせすればいいのです。

その「からだ」の「しくみ」がスムーズに「はたらく」ために、「健康体の三大特徴」(表2)である「上腹部の柔軟性」を国民一人ひとりが保持すればいいのです。

そして、「深く・長く・ここちよい呼気」を国民一人ひとりが24時間・365日・お迎えが来るまでつづけてゆけばすむことです。

そのことによって、40億年の「からだ」の「しくみ」は、「生きぬき・老い・死にゆく」というスムーズな流れにおのずからなってきます(表3)。慢性疾患の患者主体の予防(図1)はおのずから現実のものとなります。

国民一人ひとりが深く・長く・ここちよい呼気をこころゆくまで楽しむこと。あとは「からだ」の「しくみ」におまかせすること。日本の医療と国家財政の問題は、おのずから解決できます。

(詳しくは河内新聞バックナンバーを、「日本の医療と国家財政への提案」については、日本統合医療学会会報No.15をご参照下さい)

次回は、幼・小・中・高校生の、青少年の「からだ」の「しくみ」にもとづいた研修を通じた慢性疾患の予防法の道のりを述べてゆきたいと思います。

今後のあるべき医療

健康体を活かす医療

たまご理論で病気のしくみを考える

たまごビル院長　石垣　邦彦
〒581-0061　大阪府八尾市春日町 1-4-4
電話 072(991)3398　FAX 072(991)4498
ホームページアドレス http://www.tamagobl.com/

【表1】人間が生物として生きる条件

(1)食べられて生きている
(2)殺されずに生きている
(3)自然に適応して生きている
(4)生殖し、子を生み育てるために生きている
(5)我とは何か、どこから来てどこに行くのかを確かめるために生きている
(6)我は生物・地球の環境のためにいかに貢献できるかを発見し、活動するために生きている

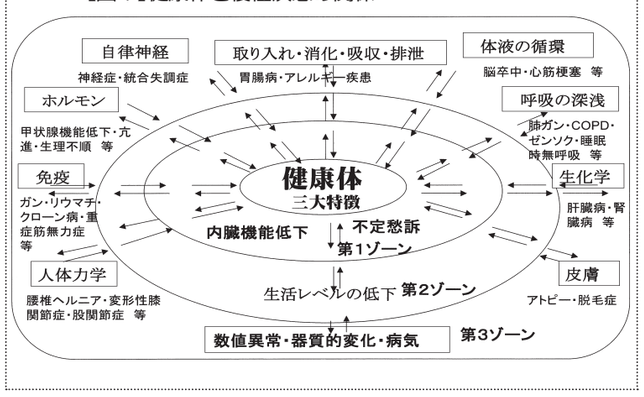
【表2】健康体の三大特徴

(1)「上腹部の柔軟性」＝腹部の柔軟性と形態と温度分布
「健康体」の場合、立位で上腹部が下腹部より少し低く手で上腹部を圧迫しても圧痛は無く、しこりもなく、その圧迫をとくとすぐに元に復する柔軟性があり適度な緊張がある。
また、腹部全体は温かくほぼ同一温度である。

(2)頭部と足先の温度差
「健康体」の場合、頭部が足先より約1度から3度高い範囲である。

(3)立位での姿勢
「健康体」の場合、正面からみると脊柱は正中線上でまっすぐであり、側面からみると生理的に適切なS字状の 湾曲を保ち、人体の各部位に余分な緊張と力の過剰な 負担がない

【図1】健康体と慢性疾患の関係



【表3】

人は楽しむために生まれてきた！

～人間の生死は「上腹部の柔軟性」が指標となる～

ROB治療で「上腹部の柔軟性」が正常化されると・・・
「入り出」がととのい、深く長くここちよい呼気ができる

・呼吸が深くなり
・循環が良くなり
・人体力学が安定し
・自律神経がととのい
・内臓全般の動きが活発になる

●生きる力がつく　⇒　生き方が身につく
●総合的免疫力がつく　⇒　予防ができる
●自然の治癒力がつく　⇒　治療が的確に
●自然なバランス力がつく　⇒　自然なケアー
●自然な死への流れができる　⇒穏やかな死

■人間の体の自然な「しくみ」が生かされ
ROB治療で人生が統合される！！

2011年河内新聞バックナンバー

生命と地球の共進化により生まれた健康体を生かす医療
・ｉＰＳ細胞は現代医学の最先端――これをどう生かすか
・現代医学のすばらしさをどう生かすか
現代医学がおちいっている迷路からどう抜け出すか

1月号
Ⅰ　知らなかったｉＰＳ細胞の驚異
Ⅱ　ｉＰＳ細胞がおこす医療革命
Ⅲ　ｉＰＳ細胞が生命を変える
Ⅳ　人と動物の混合＝キメラはどこまで
Ⅴ　科学技術の長所と短所
Ⅵ　ｉＰＳ細胞が映す生命のなぞ
Ⅶ　人間はどこへ行くのか
2月号
Ⅰ　「老い」と「死」は防げない
Ⅱ　「人体」はすばらしい「いきもの」
Ⅲ　「人体」は「いきもの」であって、単純なロボットではない
Ⅳ　身近な例、高血圧で考える
Ⅴ　クスリで本当に病気が治るか
Ⅵ　お迎えがきつつあるんだなと分かってから、本当に自分と向き合える
Ⅶ　ＲＯＢ治療で高齢者に「生きている」ことを楽しんでいただく
3月号
Ⅰ　患者主体の慢性疾患の予防方法の確立とその普及が必要
Ⅱ　慢性疾患予防の世界基準づくりに解決すべき２点
Ⅲ　「死」は「生命」と「地球」が共に進化することによって生まれたすばらしい「しくみ」
Ⅳ　「子」は〈授かりもの〉、「死」は〈お迎え〉を再認識
Ⅴ　現在の医学(現代医学・東洋医学・その他の医学)の一番の問題点
Ⅵ　医師が悩む―現代医学の構造的欠陥
4月号
Ⅰ　地球の驚くべき変動
Ⅱ　地球環境の変動に対応して「からだ」をつくり変える
Ⅲ　私たちの母なる細胞に、異物である細菌を取り入れ、「いのち」を守る
Ⅳ子孫が「生き残る」ための私たちの「死」
5月号
Ⅰ　私たちはなんと恵まれた生活をしていたのか
Ⅱ　必ず起こる「死」の準備はできていますか
Ⅲ　人間中心の考え方が問題の根底にある
Ⅳ　「死」が「生」を生かす
Ⅴ　人間には生きぬく「しくみ」がある
6月号　人間も「動物」。その「死」を中心にして「生」を観る
7月号　一人ひとりの真の「生きがい」をつくることが、日本を再生する
8月号　『生きもの』である人間が、本当にいきいきと生きられる原則
9月号　私たち一人ひとりの「からだ」にきざみこまれている進化の「しくみ」を生かす
10月号　安心と生きがいは『いのちをつなぐ』ところにある
11月号　『からだのしくみにおまかせする』という新たな発想

2012年河内新聞バックナンバー

今後のあるべき医療　健康体を活かす医療
1月号
Ⅰ　そもそも人間は、特別な「生きもの」でしょうか
Ⅱ　そもそも「飢え」と「死」が人間を生き生きとするとは、どういうことでしょうか
Ⅲ　近代科学・現代医学に落とし穴があるとは、どういうことでしょうか
Ⅳ　現在の日本には、慢性疾患の「患者主体の予防」が必要なのは、どうしてでしょうか
Ⅴ　医学的な「基準値」や「ガイドライン」はどうしてこうも、あいまいなのでしょうか
Ⅵ　どうして「健康なからだ」の、しかも「部分」ではなく「全体」をあらわす「指標」が必要なのでしょうか
Ⅶ　現代医学は高齢者の「死」を防ぐことが目的でいいのでしょうか
2月号
Ⅰ　慢性疾患に対する医療の方法にひそむ1つ目の構造的問題
Ⅱ　慢性疾患に対する医療の方法にひそむ２つ目の構造的問題
Ⅲ　慢性疾患に対する医療の方法にひそむ３つ目の構造的問題
Ⅳ　現代医学の慢性疾患の予防・治療・ケアそのものが解決に向かう５つの方向
3月号
Ⅰ　生（なま）の人間の「こころ」と「からだ」の変化
Ⅱ　生の人間の「こころ」と「からだ」が変化した結果
Ⅲ　「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・消化管の運動機能」との関係
Ⅳ　「上腹部の柔軟性」と「生きる力」と「総合的な免疫力」と「自然の治癒力」
「現代医学」に新たなページを開く「上腹部の柔軟性」
4月号
Ⅰ　「上腹部の柔軟性」と「自然の治癒力」と「生きものが生きぬく原則」
Ⅱ　「上腹部の柔軟性」という指標の特徴
Ⅲ　「上腹部の柔軟性」という指標を測定する装置とシステムについて
5月号
Ⅰ　「頭寒足熱・冷えのぼせ」と「上腹部の柔軟性」
Ⅱ　「いのち」をつなぐ「はたらき」と「かたち」の関係
Ⅲ　「生命」とは
Ⅳ　球形の中でおこる「対流」
Ⅴ　「消化管の運動機能」と「体液の循環と対流」
6月号
Ⅰ　「消化管ポンプ」を構成する「しくみ」
Ⅱ　高齢者の「食べ過ぎ」の害をひもとく
Ⅲ　「からだ」の「しくみ」が喜ぶように生きる
7月号
Ⅰ　血液は「体液」の一部
Ⅱ　「からだ」の「はたらき」のもとは、「体液」の移動による「取り入れ・排泄」。「からだ」の「かたち」のもとは「球形」
Ⅲ　「取り入れ・排泄」をおこなうために、「体液」の移動か特殊化されたものが「呼吸・循環・人体力学・自律神経・消化管の運動機能」
8月号
Ⅰ　「体液」の移動による「取り入れ・排泄」から人体の正常構造と機能が生まれた
Ⅱ　静脈血の特性
Ⅲ　「横隔膜」・肺・心臓と「胸腔内圧」・「腹腔内圧」と呼吸と静脈弁・「静脈還流」・全身の循環
Ⅳ　「上腹部の柔軟性」と「横隔膜」の上下動と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・消化管の運動機能」
9月号
Ⅰ　「横隔膜」の上下動による体腔(頭蓋腔・胸腔・腹腔)と上肢・下肢での圧力差が、「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓の動き」の要
Ⅱ　いわゆる、脳卒中体質について
Ⅲ　脳卒中体質を明らかにする
Ⅳ　脳卒中体質の特徴的現象をまとめる
10月号
Ⅰ　脳卒中体質の特徴的現象を「上腹部の柔軟性」から再確認する
Ⅱ　脳卒中の一番大きな原因である高血圧、その高血圧治療ガイドライン(2009)の生活上の修正項目
Ⅲ　高血圧治療ガイドラインにない高血圧を起こす原因
※「こころ」を込めて「呼気」を深く・長くすると、「呼吸と循環」は整う
11月号
Ⅰ　「脳卒中体質の特徴的現象」と「上腹部の柔軟性」の関係に気づく
Ⅱ　安倍先生が高血圧になられた生活習慣を、「健康体の特徴」である「上腹部の柔軟性」の視点から解明する
※「上腹部の柔軟性」から「心臓」と「膝」のつながりを診る

2013年河内新聞バックナンバー

今後のあるべき医療 健康体を生かす医療
石垣たまご理論について
1月号
Ⅰ　150億年の歴史をもつ「からだ」が中心
Ⅱ　「からだ」の「しくみ」の中心は『入りと出』
Ⅲ　あなたの人生を生かすも殺すも、あなた自身が、あなたの「からだ」の「しくみ」を生かすかどうかです
2月号　石垣たまご理論について　その発想と展開(上)
「現代医学」がおちいっている迷路からどうぬけ出すか
「現代医学」のすばらしさをどう生かすか
Ⅰ　「からだ」の「しくみ」
Ⅱ　「からだ」の「はたらき」と「つくり」と「かたち」
3月号　石垣たまご理論について　その発想と展開(下)
Ⅲ　「上腹部の柔軟性」と「からだ」全体の「はたらき」との関係
Ⅳ　「からだ」全体がスムーズに「はたらいている」情報である「上腹部の柔軟性」と「プレジャー」の感覚との関係
Ⅴ　「上腹部の柔軟性」が「生老病死」を俯瞰するものさしであり、医療を統合する要となり、患者主体の慢性疾患予防の礎となる
4月号
一般財団法人　石垣ＲＯＢ療法研究所設立祝賀記念講演
これからの医療　統合医療について
講師　東京大学名誉教授　日本統合医療学会名誉理事長
一般財団法人石垣ＲＯＢ療法研究所設立発起人代表
渥美　和彦先生
○私を統合医療にいざなった三人の賢者
○統合医療とは
○病気の予防について
○石垣ＲＯＢ療法研究所設立を促した理由
○渥美和彦先生と石垣理事長の通底する対話
○一般財団法人　石垣ＲＯＢ療法研究所理事長挨拶
5月号
たまご理論の「人体力学」①
五木寛之氏と玄侑宗久氏の対談からその本質を考察する
Ⅰ　「からだ」の部分をあらわす言葉が、「こころ」や「精神状態」や「生き方」をあらわす
Ⅱ　「からだ」が「こころ」や「たましい」の土台
Ⅲ　作家　曾野綾子さんの体験
Ⅳ　Gutsと腸・腹・直感・内容・根気・勇気・ガッツ
6月号
たまご理論の「人体力学」②
Ⅰ　「からだ」にとって、一番大事な「はたらき」は「入り出」
Ⅱ　「入り出」を絶えずスムーズにしておけば、「からだ」はととのう
Ⅲ　「生きる力」・「総合的免疫力」・「自然の治癒力」・「自然なケアー」・「大往生」は、同じ「しくみ」で生まれる
Ⅳ　「からだ」がすべてを示している
7月号
たまご理論の「人体力学」③
Ⅰ　たまご理論にもとづく「人体力学」の「しくみ」
Ⅱ　重心が不安定になって病気になってゆく「しくみ」
Ⅲ　整形外科的疾患は予防できる
Ⅳ　年をとると、食べ過ぎが命とりになる理由
Ⅴ　高齢者に薬・注射は不要
8月号
たまご理論の「人体力学」④
「長く深い呼気」が「からだ」の「しくみ」を生かす
Ⅰ　「からだ」全体の重心が安定する現象を身につける方法
Ⅱ　「上腹部の柔軟性」があると、「からだ」全体の重心が安定する
Ⅲ　「からだ」全体の重心を安定させるための順序・効果・意味
Ⅳ　豊かさの中で、私たちはどういきいきと生きるか
Ⅴ　人間の悩みは、「生きもの」としての人間の特徴
Ⅵ　「長く深い呼気」が「からだ」の「しくみ」を生かす
9月号
たまご理論の「人体力学」⑤
原始の単細胞の生命から人体力学に至るまで
Ⅰ　「からだ」の「しくみ」の中心である「入り出」
Ⅱ　「からだ」の「しくみ」の中心である「入り出」を生かす
Ⅲ　「入り出」の「はたらき」は「体液の移動」と一体
Ⅳ　「入り出」の「はたらき」の進化したものが、消化器・循環器・呼吸器・自律神経などの臓器や器官を備える人体
Ⅴ　「入り出」の原動力＝「体液の移動」による「体腔圧の変動」と人体の「正常機能・構造物・形態」との関係
Ⅵ　「上腹部の柔軟性」が、「体腔圧の変動」を調節し、人類の姿・形をつくる
10月号
たまご理論の「呼吸・循環・内臓全般の動き(特に消化管運動機能)」①
Ⅰ　原始の生命もわたしたち人類も、「入り出」の「はたらき」は同じ
Ⅱ　原始の生命もわたしたち人類も、「入り出」の「はたらき」の原動力は「体液の移動」にある
Ⅲ　「死に至る条件」を、「元気に生きる条件」に転換する。
Ⅳ　人体の「入り出」の「しくみ」を「消化管の運動機能」・「横隔膜呼吸」・「血液の移動」から明確にする
11月号
「上腹部の柔軟性」は「呼吸・血液循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」と一心同体②
Ⅰ　「小胞」が物質を輸送する「しくみ」は、原始の生命からつづく「体液の移動」(図２)により生まれた
Ⅱ　60兆の細胞一つひとつの内外での物質の「移動」の総体の程度が、「上腹部の柔軟性」の「度合い」として表れる
Ⅲ　「体液」の一部である血液の「移動」をとらえる
Ⅳ　「静脈還流」が大事な理由
Ⅴ　「消化器」を通る「静脈還流」

2014年河内新聞バックナンバー

石垣たまご理論についてーその発想と展開
統合理論について
ＲＯＢ治療によって
「上腹部の柔軟性」が生まれ
深く・長く・ここちよい呼気ができると
「生と死」
「予防・治療・ケアー・平穏な死」
「現代医学・東洋医学・各種医療」が統合される
1月号
Ⅰ　統合理論としての15の提案
Ⅱ　科学医学の限界
Ⅲ　「健康体」のはじまり
Ⅳ　医学の本来の役割
2月号
「からだ」全体の「しくみ」が主、STAP細胞・iPS細胞・ES細胞＝万能細胞の「はたらき」は従
3月号
Ⅰ　人間が行う発明や発見とはなにか
Ⅱ　それぞれの万能細胞の長所・短所の違いが有する「多様性」と、その「はたらき」がもつ「同一性」をいかに活用するか
4月号
Ⅰ「からだ」全体の「はたらき」がととのっている時、「上腹部の柔軟性」がある
Ⅱ　「上腹部の柔軟性」を２４時間・365日・全人生を通して維持することが決め手
Ⅲ　「難行苦行」から、深く・長く・ここちよい呼気へ
Ⅳ　お釈迦さんにとっての深く・長く・ここちよい呼気の効果
Ⅴ　お釈迦さんの悟りの体験に学ぶ
Ⅵ　「からだ」全体の「しくみ」を生かす具体的な方法
Ⅶ　万能細胞の研究が発展し、より簡単に、安全に、適切に人類に貢献できることを願う
5月号
患者主体の慢性疾患の予防を実現する
Ⅰ　お釈迦さんの悟りの体験に学ぶ
Ⅱ　お釈迦さんの悟りの体験を生かす具体的な方法
Ⅲ　高齢者には、子孫に「いのち」をつなぐ大切な役割がある
Ⅳ　高齢者は「いのち」をつなぐ人生の船長
Ⅴ　「上腹部の柔軟性」が、高齢者の「安心」と「やすらぎ」と「生きがい」を生み、国家予算を削減する
6月号
Ⅰ　日本の医療と国家の財政状況の問題点
Ⅱ　日本人は、英国人に比べ、２倍高いクスリを２倍使っている
Ⅲ　ROB治療とそれにもとづく日常生活処方で「健康体の特徴」＝「上腹部の柔軟性」が生まれると、クスリを必要としない「からだ」となる
Ⅳ　薬剤費は確実に減らすことができる。クスリの副作用は必ず激減する。医師・看護師・医療関係者の技術料は大幅にアップできる
Ⅴ　「お釈迦さんの悟りの体験」を「健康体の特徴」である「上腹部の柔軟性」から解明する
Ⅵ　国民一人ひとりが、深く・長く・ここちよい呼気を、こころゆくまで楽しむことによって、日本の再生ができる
7月号
DIPE x・NBM・EBM、そしてARTを「上腹部の柔軟性」で串刺しにする
中島治子さんの同時進行ドキュメント
Ⅰ　ある日の中島治子さんのご相談と診療風景
Ⅱ　中島治子さんのご相談の内容
Ⅲ　中島治子さん自身の人生と病歴
8月号
Ⅰ　中島治子さん(当時85歳)の４月の肺炎
Ⅱ　中島治子さんの肺炎の予防
Ⅲ　８月15日の全国戦没者追悼式に参列されるまでの中島治子さん
Ⅳ　参列された翌日、８月16日診療所での中島治子さん
9月号
Ⅰ　中島治子さんの「生きぬく」上での楽しみについて
Ⅱ　中島治子さんの「からだ」の変化のケース
Ⅲ　中島治子さんの「からだ」の変化のケースから統合理論へ
10月号
Ⅰ　「上腹部の柔軟性」がデータと語りと体験にもとづく直感であるARTを串刺しにする
Ⅱ　中島治子さんの病歴の一部
Ⅲ　死に病からの回復が、生きぬく力を生む
11月号
Ⅰ　「極楽です。このままあの世にいきたいぐらいです」
Ⅱ　食べ方と食べる量が大事
Ⅲ　食べ方と食べる量が、循環器にも影響する
Ⅳ　「からだ」の「しくみ」が喜ぶように生きることが基本