

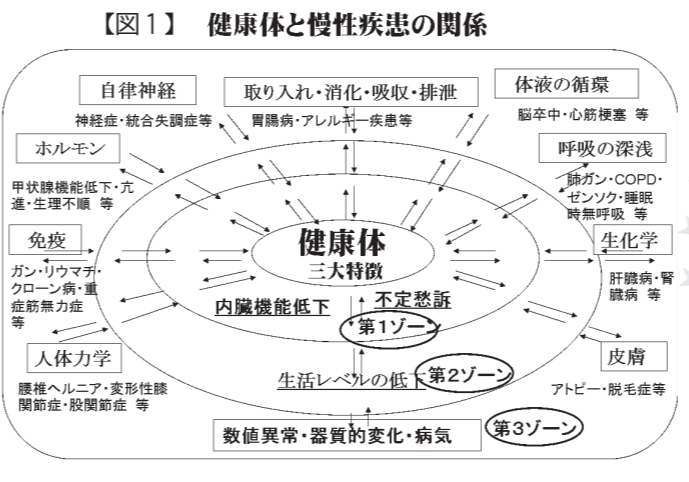
# 日本国民への提言

## 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、日本を再生させる

前回「生まれ・生きぬき・老化し・死にゆく」とは、人間によって人生を築きあげていく過程である。その過程がスムーズに運ぶには、「上腹部の柔軟性」が重要である。

「表1」が必要であることを述べた。

### 「上腹部の柔軟性を、絞り込む」



今回、①「私」も、まて、騙されて、いた。医学部が病気を作っている。白澤卓二、順天堂大学大学院教授のお話を再度紹介し、「健康体の特徴」である「上腹部の柔軟性」を通して、その解決策を述べよう。

「健康と慢性疾患の関係」(図1)が、鮮明に理解いただけるものと思えます。

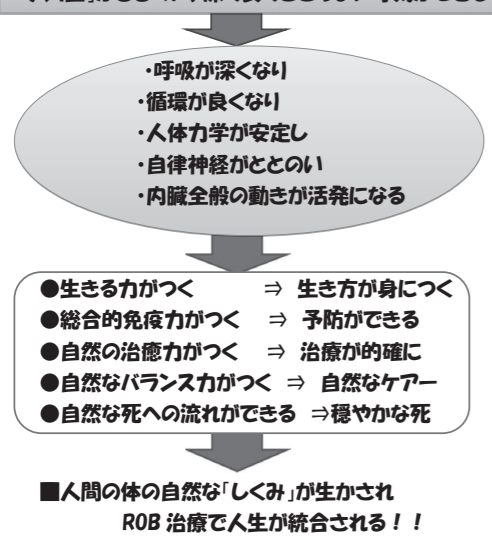
【表1】健康体の三大特徴

- 「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。
- 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。
- 立位での姿勢  
「健康体」の場合、正面から見ると脊柱は正中線上でまっすぐであり、側面から見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。

### 【表2】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吸ができる」



### 注

注1 「川上・川下論」とは、慢性疾患が重症になるまでの原因・経過・結果を理解し、例えば、糖尿病だけでなく、高血圧・高脂血症・肥満・腰痛・変形性膝関節症などに至るプロセスをよく知ることで、三大合併症・脳卒中・心筋梗塞・ガン・寝たきり・認知症などを予防しようという大きな考え方です。

注2 医学的には、多種類の外部刺激が負担として働くとき、心身に生ずる機能的変化のことをストレスといいます。

注3 人の源をたどっていくと、宇宙の創造→地球の生成→生命の誕生→人間の出現となり、わたしたちの「からだ」も「こころ」も大きな宇宙の流れの一つであるということを感じずにはおられません。そこで人間は恵まれた存在である」ということに気づきます。素直な気持ちで「人は楽しむために生まれてきた」という前向きな、これほどすばらしいことはないという思いを持つことができるように思います。

注4 わたしは、「アート」とは、一人ひとりの体験にもとづく体全体の情報を総合した「直感」より生まれる技術、と定義しています。「直感」とは、説明や証明を経ないで、物事の真相を心でたたちに感じることです。

注5 「からだ」の「つくり」がスムーズには「たらく」状態の「しくみ」を生かすため、応用範囲が広く「元気で生きる・予防する・治療する・ケアする・穏やかな死に至る」人体の正常な流れをすべてカバーできます。

注6 「科学と医学の関わりについて」  
科学は無数の自然現象の中から、科学が取り扱って得る部分だけを抜き出してたりしているという事実があります。  
自然という「全体」の「一部」から取り出した科学的法則を手段に使って、「自然が生かすもの」である人間の「全体」を判断すること自体に限界があることを、わたしたちは認識しておく必要があります。  
その近代科学の影響を現代医学は強く受けています。(「科学と医学」石垣邦彦著より抜粋)

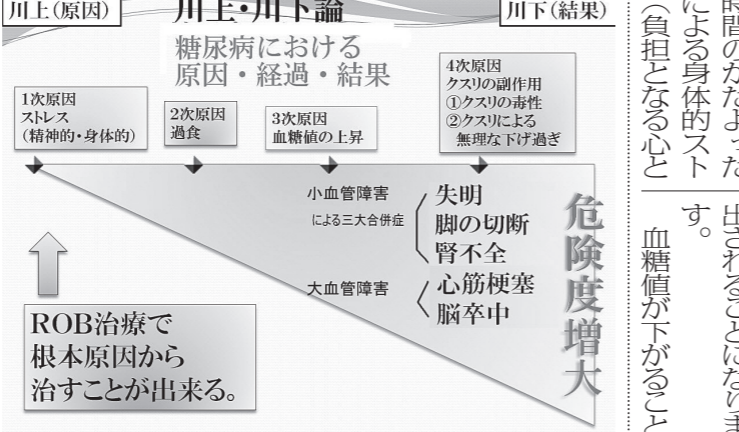
## 今後のあるべき医療 健康体を活かす医療

### たまたご理論で病気のしくみを考える

たまたごビル院長 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3】糖尿病の原因である過食に至るプロセス



「川上・川下論」が、病の成り立ちを川の流れに例えて表したものです。今回は糖尿病を例にとり、その原因と経過と結果に至る流れを説明し、慢性疾患に対する現代医学の構造的な問題点に言及してゆきます。

川上＝日常生活は、楽しいこともあれば、つらいこともあります。ストレス(注2)の負担となる心と体の機能的変化)にあふれていきます。

例えば、会社経営となると、いろいろな問題に対応しなければならぬ大変さ。嫁・姑との間もこれれば大きな精神的ストレス(負担となる心と体の機能的変化)です。

長時間のかたよった動作による身体的ストレス(負担となる心と体の機能的変化)です。

その上で、血糖値を下げてよとしてクオリティが下がるとなりがちです。血糖値が下がると、脳機能が低下することになります。

「上腹部の柔軟性」を「絞り込む」ことで、血糖値が上がり、長年にわたる糖尿病の合併症を心配しなくてはならぬ状態となります。

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

「川上・川下論」が、病の成り立ちを川の流れに例えて表したものです。今回は糖尿病を例にとり、その原因と経過と結果に至る流れを説明し、慢性疾患に対する現代医学の構造的な問題点に言及してゆきます。

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

「川下」の結果(病気の進行)は、血糖値の上昇、高血圧、高脂血症、痛風、変形性膝関節炎、腰痛、ヘルニア、頸椎症、神経痛などのほとんどは、慢性疾患に言えることである。

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

### 【表4】たまたご理論の食べ方7カ条

- 「生きもの」の「いのち」と消化管の「しくみ」を生かして
- 人間とおなじ仲間である「生きもの」の「いのち」をいただくことに深く感謝しつつ
  - お腹が空いて、食欲のある時に
  - 腰を伸ばし、正しい姿勢で具体的に以下のことを守りましょう
  - ゆっくりと味わいながら、よく噛む1口30回
  - 水分は少なく、約1杯(食前・中・後すくずを含め)
  - 冷たいものは取らない
  - 食事中、深く・長く・ここちよい呼吸を行う

### 【Ⅲ】他の慢性疾患にも共通する構造的な問題点

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

「川下」の結果(病気の進行)は、血糖値の上昇、高血圧、高脂血症、痛風、変形性膝関節炎、腰痛、ヘルニア、頸椎症、神経痛などのほとんどは、慢性疾患に言えることである。

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

### 【Ⅳ】根本的な治療と、「こころ」を生かす「上腹部の柔軟性」を提案する

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

「川下」の結果(病気の進行)は、血糖値の上昇、高血圧、高脂血症、痛風、変形性膝関節炎、腰痛、ヘルニア、頸椎症、神経痛などのほとんどは、慢性疾患に言えることである。

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

### 【Ⅴ】「上腹部の柔軟性」を維持し、「深く・長く・ここちよい呼吸」を実行する

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

「川下」の結果(病気の進行)は、血糖値の上昇、高血圧、高脂血症、痛風、変形性膝関節炎、腰痛、ヘルニア、頸椎症、神経痛などのほとんどは、慢性疾患に言えることである。

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

### 【Ⅵ】「上腹部の柔軟性」を維持し、「深く・長く・ここちよい呼吸」を実行する

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

「川下」の結果(病気の進行)は、血糖値の上昇、高血圧、高脂血症、痛風、変形性膝関節炎、腰痛、ヘルニア、頸椎症、神経痛などのほとんどは、慢性疾患に言えることである。

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

### 【Ⅶ】「上腹部の柔軟性」を維持し、「深く・長く・ここちよい呼吸」を実行する

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

「川下」の結果(病気の進行)は、血糖値の上昇、高血圧、高脂血症、痛風、変形性膝関節炎、腰痛、ヘルニア、頸椎症、神経痛などのほとんどは、慢性疾患に言えることである。

「川上」の原因(汚れ・病気の原因)になるストレスを取り除くことで、血糖値が下がり、根本的に病気を治すことができます。

Masui Industry 大阪府知事認可 第106198号

給排水 衛生 空調 土木工事 設計・施工一式

### 株式会社 梶井工業

代表取締役 梶井尚樹

〒581-0085 大阪府八尾市安中町8丁目10番16号  
TEL.072-924-4774 FAX.072-924-5635

有料老人ホーム・高齢者専用賃貸住宅のことなら

当社の豊富な実績により、蓄積されたノウハウをもとにプランニングから事業計画・施工までお任せください

Tres bien, Inc. multi-food-produce  
会 席・幕の内・各種出張パーティ

### 株式会社 小滝工務店

KOTAKI

〒581-0016 八尾市八尾木北6丁目55-2  
TEL 072-996-6820 FAX 072-923-0015

日本料理・フランス料理

### (株) トレビアン

日本料理 天山  
TEL (072) 991-6677 (代)

カフェ プリズム  
TEL (072) 987-6666

### 八尾ビルディング株式会社

〒581-0004 八尾市東本町3-4-18  
☎ (072) 991-6700

代表取締役 山口 智士

### 自転車は 近くの自転車駐車場へ!!

レンタサイクル貸出中!

YAO CITY NET  
八尾シティネット株式会社

(自転車駐車場経営等)

〒581-0003 八尾市本町1-4-1 谷村ビル 5-501  
☎072-923-9271 ☎072-923-9299