

No.192

腸内快覧板

7 2016年
JUL.

発行所/おなかいきいき健康クラブ
福岡市東区松香台1丁目2番1号
TEL.092-674-4545
FAX.092-661-1051

健将グループの考える
セルフメディケーション

元気満まん堂 箕浦将昭

梅雨の晴れ間にのぞく青空に夏らしさが感じられます。会員の皆様はご健勝の事と存じます

いつも元気満まん堂の商品をご愛用頂き、誠にありがとうございます。

四人に一人が高齢者となる「少子高齢化」の時代、高齢者の医療費が今後更に増加します。国民皆保険制度を今後とも維持するために平成二十年度に後期高齢者医療制度が始

まりました。無責任な政治の行方は気になるものの、世界に類を見ない国民皆保険制度は維持してもらいたいものです。高額医療を受けると健康保険証のあたりがたさを実感します。いずれにしても、今や本格的な高齢社会の到来の中『自分の健康は自分で守る』事が求められています。

セルフメディケーション

平均寿命が長くなり、生活習慣病などが問題になってきた現代において、日々をいかに健康に生きるかが問われています。そこで注目されているのが「セルフメディケーション」です。

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てする事」と世界保健機関は定義しています。

本来、自分の健康は自分でしか守れませんが、高齢者医療制度で無責任の所在に揺れる政治から益々『自分の健康は自分で守る』必要性を感じるので。

業者や団体が作った『セルフメディケーション』という言葉ではなく、私たち市民が主体的に取り組むセルフメディケーション、受ける医療の選択、使用する薬剤の選択、

サプリメントの選択、また、代替医療の選択などの正しい知識を身につけることが必要です。正しい知識があれば、軽い症状を自分で改善したり、生活習慣病の予防や健康維持に役立てることが出来ます。

健将グループの役割

私たち健将グループは皆様のお役に立ちたいと思っています。勿論元気満まん堂では、元気なおなかづくりを原点に、全ての根っ子を大切に考えます。

私たち健将グループは創業五十年を迎えましたが、創業以来、国民皆保険の維持と医療費節約に役に立ちたいとの理念のもと、ジェネリック医薬品を医療機関へお届けする事を生業として参りました。

また、総合医学界とのご縁から、食養の世界からのサプリメントとして、アルファルファ『元祖元素』の製品化を、昭和五十八年から、納豆菌製剤を平成五年から発売し、健康への自立のお役に立とうとして参りました。

多くの場合、これまでの病気は、その原因を主に外に求めてきました。病気を発生させるに適した環境を

提供した自分自身をどう改めるのか、このことに取り組みない限り、幸せな人生を掴めないと思うのです。

これらの一連の健康回復への取り組みを患者様が主体的に取り組む、『自分の健康は自分で守る』ことを健将グループはお手伝い致します。

これが私達の考えるセルフメディケーションです。病気は生活の赤信号また病気は心の浄化作用、と先人は言っています。

全てを受け入れ、生き方を変え、感謝で暮らせるように環境を変えることが出来れば、人生を二度味わう事ができ、最高でありましょう。

会員の皆様とご一緒に、自立に向けての楽しい語らいの元気満まん堂でありたいのです。

もうすぐ、本格的な暑い夏がやってまいります。くれぐれもお体を大切にご活躍下さい。ありがとうございます。



長寿雑学

体質改善と味噌

味噌、近くて未知なるもの
秋月辰一郎 元聖フランシスコ病院

味噌は食物の要

私は研究室にこもって、科学実験のみをしている学者でない。又学術論文を次々と発表する学者でもない。医学に志して三十年間、病人を診察し、又自ら病気になったりした。その間、沢山の病人や虚弱児を診て、病の治し難く、病の因の遠いのを痛感している。

体質、そして食物、そういった問題を考えつづけてきた。日々の食物が、私達の健康に、ひいては、病気に罹った場合の軽重の差、薬物の効果如何、治療能力にどんなに大切なものであるか、泌々と毎日毎日感じている。

食養生、食物の研究を巡りめぐって、味噌に辿りついた。味噌は、日本人の食物の要であると知った。これは、日本の国土、日本人の体質によって受け継がれた伝承のものである。

或る思想家がプラトンからスコラ哲学、カント、ヘーゲル、マルクス、ベルグソンを遍歴して道元、親鸞に帰したのに似ている。

味噌は科学以前のものであった。しかも科学によって証せられるものである。



顧問 佐々木俊雄氏
満堂学術顧問



医学を志した動機

私が医学を志した動機は、少し他の医者とは異なっている。私は幼少の頃から、非常に多病虚弱であった。又私の姉妹達も、胸膜炎とか、肺結核で次々に病床にあつた。そういう多病虚弱を自ら克服したいと念願して、医学を志したのである。

医学や医術を学んでゆくに従って、現代行われている治療医学が、多病虚弱の私を満足させないと悟った。現在行われている医学や医術は、対症療法とか、手術療法である。それらは、やむにやまれぬ、切羽つまつた医術である。原因療法でなく、結果療法である。医術の本来の姿でないと悟つたのである。

なるほど、化学療法が発達して、直接病気の原因と思われる細菌やバイラス（ウイルス）を殺す、又病気の存在する場所を切除してとつてしまう手術の進歩、これらは原因療法である。

しかし、よく考えてみると、これら細菌とか病巣は、ほんの僅か前の原因である。生命本来の原因ではない。やはり原因療法でなく結果療法である。だから数多くの慢性病は実際治っていない現状である。

早期診断して、早期に治療すれば必ず治ると言っているが、仲々現実として

は、治っていない。

体質医学

私は実は、こういう結果医術に悲観して、本来の医学に、原因療法に、道を求めたのである。もつともこの結果療法が行われねばならない理由はある。何も結果療法はいけないうるのではない。ただ私は原因医学に憧れたのである。

それは、人間の体質を作り替えることが医学の本来の姿である。人間の体質を作り替えて、病気に罹らなくてすむ体。又病気に罹っても軽くて治る体になることである。

又慢性疾患に罹患していても、体質を替えて何時の間にか病気を離れる体になる。この医学である。

現在でも、病気に罹らない学問、方法、又病気に罹っても軽く済む学問方法も、今日懸命に行われている。予防注射、種痘等のワクチン療法である。

しかし私が言いたいのは、そういった個々別々の疾病に対する個々別々の療法でなくて、すべての病気に罹らなくなる方法である。

実はこちらの方法が易しいのである。病気に罹る、罹らないの問題、又病気が重い、軽いの問題、すべて体質が決定する。

癌という病気がある。癌の療法は現在のところは早期に発見して、それを周囲から広汎に切除する。それにX線、ラジウム、コバルト、βトロン、の強力放射線をかける。又化学療法を

行う。が仲々うまくゆかない。だから近來癌の出来ている個体、人間（ホスト）を研究しようではないか、ということが盛んに言われている。

例えば癌細胞が或る人ではぐんぐん大きくなる、増殖してゆく。或る人では徐々に大きくなる。大げさに言う、五年でも十年でもそのままの状態で生きられる。

これを研究しようと言うのである。この事は、すべての疾病にあてはまる。癌だけではない。結核症でもそうである。結核症の原因は結核菌と考えられているが、又結核ほど体質によって、差異のあるものも少ない。どんなに治療しても一向に治らないのもあれば、何時の間にか治ってしまうものもある。これは皆体質差によるのである。

私は自分が虚弱で、多病であつたので医学を学びつつも、私の興味と関心は全く体質ということに向けられた。体質、これを解決し、体質を替えない限り、医学の本当の姿は出てこない。

つづく



達磨の経済考



高野山真言宗慈明院住職

吉住 大慈

雨ニモマケズ

高野山真言宗慈明院住職 吉住大慈

雨が嫌いだ。特に梅雨は気持ちが悪くて仕方がない。古くなった山寺の天井の雨漏り、湿気ではびこるカビ、裏の田圃から聞こえるカエルの大合唱と・・・雨で気持ちがいらいらする事が多い。天気文句を言っても仕方がないのだが。

お釈迦様の弟子に、須菩提（しゅぼだい・『スプーティ』）という僧がいた。

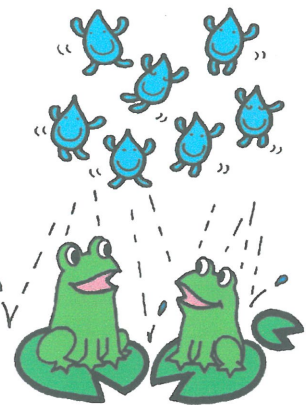
須菩提は「解空第一（げくうだいいち）」と称され、般若心経などの教え「空」の思想において、お釈迦様の弟子の中で最も精通していた。その須菩提がマガダ国に修行の旅に出た。マガダ国の王様はお釈迦様の優秀な弟子である須菩提に、修行に必要な小屋を作って寄進しようとした。

ところが手違いがあり、国王の寄進した小屋には屋根が葺かれていなかった。

屋根の無い小屋では雨でも降ればまったく役に立たない。だが須菩提は気にすることなく、有り難くその小屋を頂戴して住みはじめた。普通なら雨に泣かされる所なのだが、なんと天が須菩提に遠慮して雨を降らすのをやめてしまった。

マガダ国は雨が降らず、すっかり干あがつてしまった。困った農民達は原因を調べ、須菩提の小屋に屋根がないのが原因だとわかった。農民達から知らせをうけた国王はびっくり仰天。すぐに須菩提の小屋に屋根を葺いた。すると数日たため間に雨が降ったと伝えられている。

「空」の心とは、こだわらない心であるといわれている。須菩提は自我を捨て執着がなく、こだわらない心を実践した。そのため彼は「無諍第一（むそうだいいち）」とも呼ばれ、決して他人と争う事が無かったといわれている。梅雨の空、「空」の心でこだわらず、雨ニモマケズ。



合掌

商品紹介

おなかいいいき健康法 ベーシックセット

A セット

「元気の元は胃腸から」、おなかの健康は病気予防の原点です。
「おなかいいいき健康法」のベーシックセットで、ストレスに負けないからだを作りましょう。

アルファルファ加工食品
ミネラルバランス食品ミネラル・微菌元増たっぷり
元祖元素
がん そ げん そ

納豆菌加工食品

スーパー納豆菌
元気
なとぎな

元気満まん堂の商品購入には2つの会員システムがあります。

あなたに合った良い商品こそ継続が大切です。

定期お届けで注文忘れがありません

元気満まん堂 会員 (入会金 無料)

- 会員特典 1) 定期的ですので、継続的に飲むことができます。
2) 6ヶ月継続購入すると自動的に2,000円獲得。
3) 健康に関する様々な情報がお手元に届きます。

いつでも好きなときにご注文

元気満まん堂 フリー会員

会員特典 「注文書兼フリー会員申込書」に必要事項をご記入頂ければ、いつでも「おなかいきいき健康法ベーシックセット」をご購入頂くことができます。

伝言板



ご案内

会員さんの伝言掲示板

Aセットは私の安心薬

秋田県 深山様

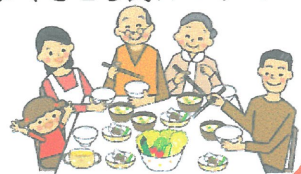
年齢も50歳を過ぎたら健康の事を考えなくてはと思っていた矢先、軽い脳梗塞で倒れました。血栓が出来やすくなっていたのです。血圧は心配する程高くはなかったのに、自分がまさかこんな病気になるとは思ってもいませんでした。幸いすぐに退院できましたが、食生活に気を付ける様にとの指示でした。食事を気を付けていても不安が残っていたので何か良い物をと検索していたら、健将ライフ元気満々堂のAセットに出会いました。飲み始めて数年が経ちますが、元気そのものです。血栓を溶かす働きがあるので、安心してます。栄養のバランスも摂れますし、腸内の環境も良好です。感謝しています。私の安心薬です。



今こそ食育・・・幸福は口福から

江戸時代、寺子屋の先生は生徒に福の字をこうやって教え「一口の幸せに感謝し、よく噛みしめて、深く味わって食べましょう」と繰り返して言ったそうです。多くの病気は口から入ってきます。一口に気を付け、一口を馬鹿にせず、食がショックにならない様に吟味したいものです。口には“入れる食”と“出す言葉”があり、両方ともに安心と安全圏をしっかり守ることが大切です。

近年、社会が流動化し悪口がはびこり、気が滅入る暗い話が多すぎます。くちを開けば、人をけなす、腐らす、なえさせる、陰口をたたく場面をあちこちで見ます。食同様、言葉も選び、人を褒め、喜ばせ、ときめかせ、持て成し、励まし、勇気づけ、わくわくさせる良口コミュニケーションを心掛けましょう。心身の健康づくりは口福と深くかかわっています。



お知らせ

- 元気満まん堂ベーシックセットお買い上げの方は送料はすべて無料です。ご希望の方はTELまたはFAXで元気満まん堂までお申し込みください。



お願い

元気満まん堂では、元気満まん堂商品（各セット）のご愛用後の体験談の寄稿を募集しております。なお、体験談をお寄せいただいた会員様には、お礼と致しまして、粗品を送らせていただきます。何卒よろしくお願い致します。

編集後記

先日、奇跡が起こりました。というのは、夜、乗馬クラブから緊急の連絡が入り、慌てて駆け付けたところ馬が腸のトラブルで苦しんでいました。獣医さんと呼ばし手をしてもらいましたが、もう助からない、安楽死してあげましょうという結論でした。でも何故か助かる様な気がして、馬のおなかを必死で20分間一心不乱にマッサージし続けました。すると、プーというおならと共にグルグルと腸が動き出す音が聞こえ、今まで痛みで横たわって動くことが出来なかった馬が歩き出したのです。まさに奇跡。神に感謝です。

あなたの健康応援団

元気満まん堂

元気満まん堂 FAX 専用フリーダイヤル

0120-49-9993

URL...<http://www.manman.co.jp/>