

「歯は全身とつながっている」

5月13日(火)「チカコ健康サロン」の講演は、歯だけを診る歯科医さんではなく、全身(特に腸)との関連を重視される柳本信雄先生でした。

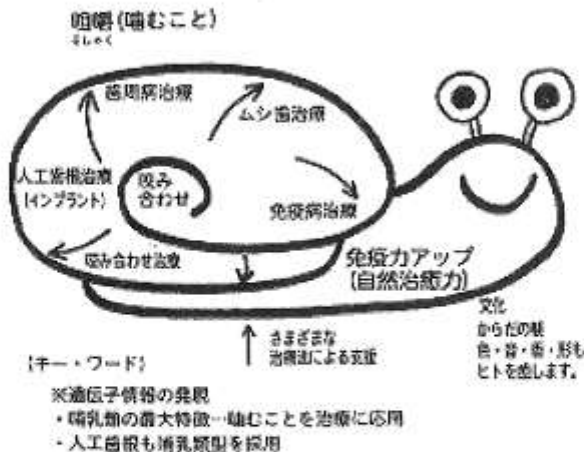
「五十代に座禅と巡り合って、心が落ち着きはじめ、還暦を迎えて自分の大目標が定まりました。大目標とは『難病・奇病の治療モデル』を求めていくことで、物質の世界から、目に見えないエネルギーの世界へと導かれ、身体から心へ、さらにユングの言う集合意識(あの世)へと広がる」と言われる柳本先生の講演と、ホロン柳本歯科クリニックで治療を受けられた方の体験談とで、充実した2時間でした。

講演要旨

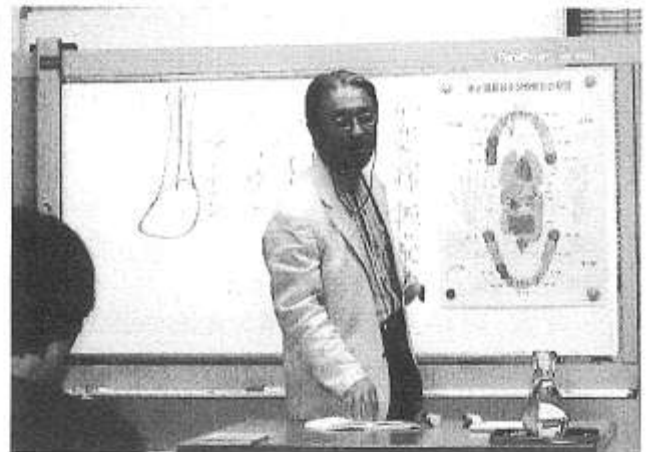
柳本信雄

ホロン柳本歯科クリニック院長

ホロンとは
部分と全体の関係を表す言葉で“ひと”を臓器別にみるのではなく、歯と全身、全身と心は密接につながっていることを意味します。



ヒトは腸から吸収した栄養を酸素によって好氣的に分解し、体温や生物電気などを作り出すエネルギーとなり、生命エネルギーの渦をまわします。この生命エネルギー



の渦によって遺伝子情報が発現され、固体のパーツの細胞やその部品が生産され、成長し、つくり替えを行う。このエネルギー代謝によって生命は維持されています。

ヒトのほとんど全ての細胞の活動は、ミトコンドリアによって操られています。ミトコンドリアとは、進化の途上で細胞に寄生した好気性菌です。

このミトコンドリアが肺で取り込んだ酸素や、腸で消化して血液に運ばれた栄養によってエネルギーを作り出すシステムを働かせます。

私は歯科医ですが、自分の求めているものを追っていくうちに、東洋文化の粹である座禅になじみ「治る免疫学」に巡り合いました。

禅文化を身近に感じていたお陰で「治る

免疫学」には大いに合点がいきました。両者の共通のキーワードは“からだの膜”だったのです。日本の伝統文化は禅文化に根ざしたものが多く、からだの膜も大切にされていました。それが継承されなくなって今や免疫病だらけになっています。

現在からだの膜はされていません。

昔は口をポカーンと開けていたら注意されたものです。口呼吸するとどんどん菌が入ります。歯がガタガタになります。食事は「よく噛みなさい」と注意されたものです。

姿勢も注意されました。重心を定めること「姿勢」が何より大切です。姿勢を定めるには日頃のからだの使い方が大事です。

「骨休め」という言葉がありますが、重力を下に、床に近づけて休めます。二本足で立っているだけで、骨髄造血が重力の妨げられます。骨休めしないと病気は治りません。人のからだは横たえることが大事です。

「金太郎のはらまき」というのがありますが、間違ってもお腹だけは冷やさないことです。からだ全体太陽に当てるのが大切です。極端に熱いもの冷たいものは飲まない。熱いものが好きな人は歯ぐきが弱いですね。

呼吸、寝相、片噛みは体を変形させます。噛み合わせが定まってよく噛めば、体が柔らかくなって、しかも力が入るようになります。

ヒトのからだは自律神経でコントロールされていて「さあ働くぞ」の交感神経（エネルギー消費型）と「ゆっくり休むぞ」の副交感神経（エネルギー蓄積型）の二つから成り立っています。

暴飲暴食、ストレスなどで腸などに悪玉菌を大量に発生させると、大量の活性酸素を発生し、自らの組織を破壊するのです。しかし、ここで十分に副交感神経（つまり休息）が働けば回復が図られます。

生甲斐を持ちストレスをなくすことが大事です。

私たちの時代は、歯と全体を習いましたが、今の若い人は口の中だけしか習っていません。他の部分とは関係がないという観点から歯の治療をしています。痛みをとるためホルマリンを使いますが、これは神

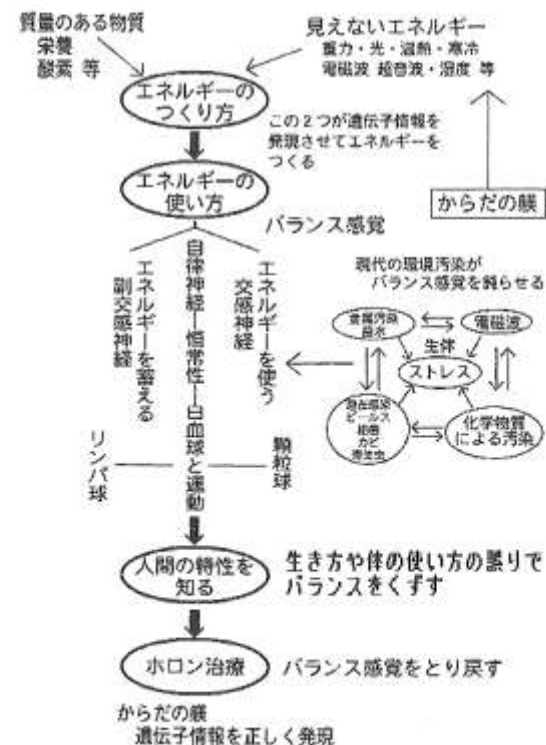
経を壊死させて痛みを感じなくしているのです。ホルマリンがからだ全体に対する影響は考えていません。又、歯の治療に使う金属も、長年の間に体内に吸収され副交感神経過剰反応となり、中毒反応を起こして多臓器不全に陥ることもあります。口の中の金属をはずすと、歯と関係のない病状が消えることがあります。歯の治療から金属を追放すべきでしょう。

現代では環境汚染が進み、エネルギー代謝を障害する要素が増え困った状態になっています。歯の金属、水の中の重金属、感染、電磁波、化学物質などです。

ヒトは系統発生学からみると、口から肛門までの腸とそれを運ぶ担体としての骨と筋肉からできています。始めは腸だけで消化吸収全てやっていたのが、それだけでは追いつかなくなって口や胃でもするようになったのです。

哺乳類の要の臓器は歯です。昭和40年代までの歯科の標語は『よい歯で、よく噛み、よい体』でした。ところが虫歯菌が見つかったから、その対策の歯磨きに気をとられている内に「噛む」ことが忘れてしまったのです。よく噛めば顎（あご）も発達し歯並びも良くなります。リラックス効果や集中力、瞬発力も高まります。

ホロン治療による人間回復の流れ



体験記

癌を忘れ、日々楽しく

曾根 三治

47年間勤務した会社を定年退職し、ほっとして居りました矢先、かかりつけのお医者様で胸の変調を訴えました。胃カメラをと言われ「死ぬほど嫌だ」と言いましたら「今死ぬ時が来てますよ」。すぐ手配していただき、2004年12月4日に胃カメラを撮りました。カメラが下から段々上がって来て「アッ、ここにある、食道癌です」。もう天国から地獄に突き落とされ、心は真暗に年末を迎えました。晴天の霹靂とはこういう事をいうのですね。

心配してくれましたが、以前会社の講演会に松田育三先生が来られ、始めから終わりまで会社中が感動した。是非一度お話しを聞かせてもらうよう奨めてくれました。厚かましくも唐突に、すがる思いで押し迫った12月27日お電話させていただきました処、先生は快くお引き受け下さり2人で尋ねました。

2時間余りお話しを伺い「人間には、元々自然治癒力があり、明るいイメージを持っていれば、体が良い方向に行くのです」と何度も仰いました。その頃私達はガン=死という思いで居りましたから、もう一条の光を見たような、少し心が軽くなったような気持ちで事務所を出ました。帰り際に、松田先生が「アンタ達 食事するなら、こういう所があるのだが、もし行くのだったら電話をしておこう」ということで始めてネイティブヘルスを尋ね、皆川先生とお会いしました。病院でもなく、レストランでもなく、こういう空間が有るとい事が不思議でした。野菜ばかりとは思えない、パティエーに富んだヴァイキングランチ。どれも美味しく驚きでした。そして皆川先生の実体験からのお話し、如何に食べ物が大切か、それも生野菜が。私にとりまして食事に対する認識の大改革でした。

年が明け、2005年1月4日から3ヶ月間、京都市立病院に入院、抗がん剤と放射線で治療していただき、お陰様で癌は消

え、定期検診に通うものの元気で、現在に至って居ります。40有余年仕事としてきたピアノ調律を時々し、好きなゴルフも始め、今更乍らこういう日が来ることは想像も出来ませんでした。

入院前は松田先生から勇気を、退院後は皆川先生から整腸マッサージと「ななっこ」、「やさっこ」で元気を頂き、今になって思いますと御二人の先生に出会えたことで、今が在るのだと共に深く感謝して居ります。これからは癌を忘れ、日々楽しく生きて行きたく願っています。本当に有難うございました。

チカコサロンに参加して

曾根英子

主人が病を得たことで、2005年5月頃からネイティブヘルスのお世話になり始めました。丁度一年が過ぎたところですが、その間、いろいろなチカコサロンの催しに参加させていただき、旅行あり、講演あり、お花見あり、お料理教室ありと、その都度楽しくいっぱい教えていただきました。

五周年パーティーで辻慶樹先生の「ことばは命」を聴き、心にピンピン効きました。

恩田順子先生の「老いを考えずに生きる」は、98才とはとても見えない真っ赤なジャケットがお似合いの女性冒険談といったお話を、面白おかしく聴かせていただき、あのように良い年齢を重ねられればと思いました。

秋の伊勢神宮神嘗祭参拝は最高でしたね。深夜、真っ暗闇の中から、玉砂利を踏む浅沓の足音だけが段々近づいて来る時の緊張感が感動的でした。永年、神事として人知れず継がれてきた日本の伝統を誇りに思いました。

いつも思うのですが、この会の旅行は物見遊山の観光旅行と違って向上心に溢れ、皆さん前々からの知己のように接して下さり、皆川先生のお人柄ではと、ありがたく嬉しく思っています。

これからは、お料理をもっともっと習得して周囲の人たちに健康を分けてあげたく希っております。

熊野那智大社「那智の火祭り」を中心に

勇壮な炎の祭りとして有名な「那智の火祭り」は、熊野那智大社の「例大祭」で、毎年7月14日に行われます。午前中には田楽舞などが奉納され、午後からは32本の扇を取付けた扇神輿12体を大松明の火で清め、お迎えする神事です。

今回のツアーでは、特別に田楽を前日に観ていただきます。また「那智参詣曼荼羅」を語り部の方の解説で聴く、知る人ぞ知る妙法山の阿弥陀寺を訪ねる等、7回目のツアーも魅力たっぷりの内容となっております。

是非、お誘い合わせのうえご参加くださいませ。

記

日程：2006年 7月13日(木)～7月14日(金) 1泊2日

行程：1日目

新大阪（8時）→阪神高速・阪和道 海南IC→42号線 すさみ
→13：00 黒嶋茶屋（昼食）→15：00 那智勝浦町「補陀洛山寺」・
那智参詣曼荼羅→16：30 宿到着・夕食→18：30 宿→19：00 田楽見学
→21：00 頃 宿帰着

2日目

宿（9時）出発→妙法山・阿弥陀寺→見晴らし台（昼食）→12：30
那智大社・例大祭（火祭り等の見学）→15：00 出発→42号線→阪和道
阪神高速・新御堂筋→新大阪帰着（19時頃の予定）

費用： 29,800円（税込）交通費・食事4回・宿泊費・入場料・旅行保険 等

宿泊： 和歌山県 勝浦温泉 「勝浦観光ホテル」 tel：0735-52-0750

募集人数：限定15～22名様（中型バス利用）

催行人数：15名以上

予約受付：NPO会員様 6月12日（月）13時～電話受付開始
非会員様 6月16日（金）13時～電話受付開始
お電話でご予約後、ツアー代金をお振込いただきます。（別途ご案内）

締め切り：満員になり次第締め切らせていただきます。（キャンセル待ち可能）

その他：お申込後のキャンセル料は6月30日より発生致します。
行程は変更する場合がございます。詳細は参加の方へ別途ご案内します。

☆ ご質問・お問合せはツアー担当までお気軽にどうぞ☆

月・日	時間	講師	演題	会費	備考
6月10日(土)	14:00-16:00	皆川容子氏	「ヘルシークッキング」 火を使わない料理教室	会員 1000 円 非会員 2000 円	エプロン持参
17日(土)			「枚方教室」		
24日(土)	14:00-16:00	田井松華氏	「筆で書中見舞いを」	会員 1000 円 非会員 2000 円	前回参加者は 顔彩代のみ 道具持参の事
30日(金)	14:00-16:00	昇幹夫氏	「笑いごとじゃない笑いの効用」		6頁参照
8日(土)	14:00-16:00	伊藤邦彦氏	「歴史を楽しもう」		6頁参照
13(木) - 14日(金)			日本の心にふれる旅 第7弾 「那智火祭を中心に」		4頁参照
22日(土)	14:00-16:00		「ツアー懇談会」 参加した人、これからしたい人の 集い(写真交換)		
29日(土)	15:30-16:30	丸田恵都子氏	「民族楽器アルパコンサート」 パラグアイハーブ		6頁参照
8月 5日(土)	14:00-16:00	奥山圭子氏	「やさしいヨーガ」		7頁参照
12日(土)	14:00-16:00	もく まさあき氏	「口笛コンサート」		7頁参照
8月26日(土)	10:00		「堀江オルゴール博物館」		7頁参照
JR芦屋集合(時間厳守)					

休業のお知らせ

7月14日(金)はツアーのため休業させていただきます。
 8月14日(月)～16日(水)は夏期休暇とさせていただきます。
 (木、日、祝日は定休日ですので、実質上
 13日～17日までお休みです)

いずれも、前日までに必ずご予約してください

料金表示のない催しは会員無料・非会員は1000円となっております。

阪急十三、JR新大阪、地下鉄西中島南方
 まで送迎いたします。お電話ください
 予約のない場合は運行いたしませんので
 お気をつけください

6月30日(金) 14:00-16:00

昇 幹夫氏 (のぼり みきお)

「笑いごとじゃない笑いの効用」

1947年鹿児島生まれ。九州大学医学部卒業後、麻酔科、産婦人科の専門医として82年より大阪在住。高校卒業30周年同期会で200人のうち8人の死(4人は医師)という事実ショックを受け、99年に年間1000名の出産を取り扱う病院を退職。過労死寸前の働き方を改めることにした。大阪市や半田市(愛知県)で産婦人科診療もしながら「日本笑い学会」副会長として笑いの医学的効用を研究。現在は「元気で長生き研究所」所長として全国を講演活動中の自称『健康法師』。97年夏、ガン患者15名とともにモンブラン山麓トレッキングツアーに参加、2000年8月がん克服日米合同富士山登山に参加し、生きがい闘病にどんなに役立つかを広く社会に訴えた。著書に「過労死が頭をよぎったら読む本」(河出書房新社)「笑顔がクスリ」(保健同人社)など多数

7月 8日(土) 14:00-16:00

伊藤邦彦氏 (いとうくにひこ)

「歴史を楽しもう」

1929年神戸市生 長岡京市在住

きわどいところで戦時中命拾いした年代です。

平成元年の時、還暦を迎えサラリーマンを廃業して以来、奥さんと二人で、改めて「日々新なり」の生活を楽しんでいます。

好奇心を失うな、ということではないでしょうか

歴史は少し発想を転換してみると、限りなく面白いのです。

今度は「本能寺で織田信長を殺したのは明智光秀ではない」のお話をさせていただきます。皆さんのご質問には受けてたちます。

ご一緒に歴史を楽しもうではありませんか

7月29日(土) 15:30-16:30

丸田恵都子氏 (まるたえつこ)

～民族楽器アルパ(パラグアイハーブ)コンサート～

『アルパのささやき』

大阪音楽大学短期大学部卒業 交野市在住

青年海外協力隊に音楽教師として参加 2年間南米パラグアイに在住

その時に民族楽器アルパ(パラグアイハーブ)と出会う

帰国後は京都大学化学研究所に勤務する傍ら自主コンサート、国際協力関係、教育文化機関など各地で演奏会及び協力隊体験講演を行い、パラグアイの文化紹介とアルパ普及に努める



8月 5日 (土) 14:00-16:00

奥山圭子氏 (おくやまけいこ)

「やさしいヨーガ」

ヨーガは理想的な健康法です。

自分自身の呼吸に合わせ、ゆっくり体を動かすので何歳からでも始められます。

体だけではなく、人間全体(体、心、魂)のバランスをとり、人生観が変わります。

1939年京都市生まれ

1977年恩師故佐保田鶴治(大阪大学名誉教授インド哲学)に出会いヨーガの手ほどきを受ける

1986年ヨーガ教師免許取得(ヨーガ禅道友会教師)

1988年インドリシケシ、シバナンダアシュラムへ短期実習

しまりす庵ヨーガアシュラム道場開設

1996年フランスプラムヴィレージ テイク・ナト・ハン先生リトリート参加一ヶ月

1999年アメリカ カルフォルニア エーク・ナト・イーシュワラン先生リトリート参加

現在しまりす庵ヨーガ道場を中心にヨーガの指導にあたっている

8月12日(土) 14:00-16:00

もく まさあき氏

「口笛コンサート」

1942年2月生 大阪府出身 40歳代後半にビジネスの世界から音楽活動に転じ、1992年米国での口笛世界大会に飛入りしたのがきっかけで、本格的に口笛奏者が本業になる。

地元の大阪を拠点に演奏活動をする一方、老人ホームや、幼稚園、小学校などへ、演奏とちょっとした口笛教室のボランティアなど精力的に活動中。

2000年第27回インターナショナルウィスラーコンベンション(米国)ポピュラー部門世界第2位、総合第3位(日本人初)入賞。自ら口笛教室を主宰する一方、ウーマンライフ新聞社カルチャー教室などで口笛音楽教室の講師をつとめる。

自ら2005年に「第一回全日本口笛音楽コンクール」を主催及び運営し、全国から口笛演奏愛好家を募り予選大会を開催。2005年3月12日には決勝大会を開催。

<主な演奏曲> 川の流れのように 愛燦燦 ふるさと アヴェマリア

アメージング・グレイス 見上げてごらん夜の星をetc.

8月26日(土) 10:00 JR芦屋集合(時間厳守)

「堀江オルゴール博物館」

会費 2,700円(入場料、昼食代他)

およそ100年前 蓄音機にその座を奪われるまで優美な音響再生装置として技術の粋を誇ったオルゴール その逸品330有余点を一堂に集め、オルゴールコレクターとしては世界第二と言われています。

*ニコライⅡ世(1878年 スイス製 25インチシリンダ10本)

ロシア皇帝ニコライⅡ世の特注品でクレムリン宮殿で愛用されていた

*ステラオーケストラム グランド202(1890年頃 スイス製125枚完全保存)

1900年のパリ万国博覧会出品中にニコライⅡ世の目にとまり、以降クレムリン宮殿で愛用された

<スケジュール>10:00 JR芦屋出発→10:20 オルゴール博物館→12:00 昼食 VIEW GARDEN(素晴らしい眺望のオーガニック菜食こだわりレストラン)→北山植物園→解散
駐車場有(自家用車で行かれる方には地図をお渡しいたします)

ローフードレシピ

Raw Food 火を使わない料理

1680円（本体1600円＋消費税）



サラダ	11種
豆腐料理	4種
とろろ芋料理	3種
和え物	5種
巻物	4種
漬物	9種
お菓子	4種
ドレッシング	4種

ローフード Raw Food とは

Raw=生(ナマ) Food=食べもの
文字通り、加熱しないで生で食べる食事です。

今「温野菜でたくさん食べましょう」と言われています。加熱すると栄養素が損なわれるのでたくさん食べましょう、温野菜にするとたくさん食べられます。ということですが、酵素はどうなるのでしょうか、酵素は47～48℃でその効力をなくします。野菜・穀物には素晴らしい酵素がいっぱい含まれています。生食をするとその酵素が体内でいろいろ活躍してくれます。どんなに栄養のバランスを考えて食事をしていても酵素が働いてくれないと、その栄養は十分に消化、分解、吸収しません。生食は酵素を食べましょう、ということなのです。



豆腐とアボガドのサラダ

料理考案	皆川 容子
調理師	石上 和雄
写真	上林 正樹
発行	有限会社エヌエイチアカデミー
発行日	平成18年5月

あとがき

お待ちいたしました。かねがねご要望のあったローフードレシピがやっと出来ました。

上林正樹様のお陰です。セミナールームの壁面を飾る四季折々の花の写真でおなじみの上林様は、プロ級の腕前で、料理は撮ったことがないと言いますが、素敵な料理レシピができました。

手元において料理ができるように、濡れても汚れないカードで、しかも一枚一枚取り出しやすいようなプラスチックケースに収めました。このケースも上林様が探してくださいました。感謝感謝です。

今期のチカコサロンは、久々に、今人気沸騰中の昇先生にご講演をお願いいたしました。笑いと軽妙で素敵なお話をお楽しみいただけるかと思えます。そのほか、歴史の話、ヨーガの実技、珍しい民俗楽器のハーブや口笛の演奏、オルゴール博物館と日頃の疲れを癒していただけるようなプログラムを盛りだくさんにご用意いたしました。恒例のツアーは待望の「那智の火祭」です。皆様のお越しをお待ちいたしております。 YM

『明日葉(あしたば)』第26号2006年5月31日 編集・発行 NPO法人ネイティブヘルス

〒532-0012 大阪市淀川区木川東4-16-20 TEL.06-4806-4887 5-5715 http://www.rponh.com http://www.nhsacademy.co.jp