

三保通信

17. 11. 1

〒424-0401

(株) 三保製薬研究所内
静岡市清水区中河内一五二三
☎0544-39613321

「気持ちの良い腸は、腸の中に何も
ない状態のとき、良く分かる」

排泄が良くされて、しかも一口の
水が美味しく感ぜられる時間、また
この時間帯をよく味わえる時であ
る。

「えっ、味わうって、すぐ食べるん
じゃあなくてってこと？」

「それじゃあ、ちよ
つとのこと、空腹で
いろつてこと？」

これが、花見久太
郎には難しい！わが身の腸の休憩な
ど、

「何のこと？」と云うのだろう。

排泄とお水はお掃除になる。お掃
除すれば、そこが気持ちよく感ぜら
れるのであるが、十分なお掃除で気
持ち良くして使ってこそ腸の存在の

有難みが分かるうというものであ
る。腸が健康でなくしてエネルギー
利用などあり得ないのである。

そして、さらに腸を「はっしな腸
」にするには、気持ち良い腸の時に
する、適度な運動である。背腹運動
という体操（西式体操の一つ）があ
る。座ってするが、椅子でもいい。

花見氏、♪腸々はっし♪の巻 ギアを入れる前に

背骨を左右に振
り子（メトロノ
ーム）のように
揺らしながら、斜

めになったときにお腹を出すのであ
る。左に、そして右になる時、お腹
を出そうとすれば、真ん中では無理
なくお腹をへこませることが出来る
はずである。

背と腹を同時に動かすことで、交
感神経と副交感神経が拮抗して平

衡する。草木が強くさかんに茂るさ
ま、そんな「はっし」な腸にするた
めにも良い運動であるが、この体操
を終えたあとは、次の行動に移れる
こと請け合いです。身体がまさに
目覚めると同時に、生き返るときで
ある。

車を運転する人はよく言うと思う
のだが、「ニュートラルの状態」つ
まりエンジンにまだギアが入らな
い、エンジンの力が車輪の回転につ
ながる前の状態のことを言うのだ
が、しかしギアを入れようものなら
すぐにも動き出すという状態、。こ
の背腹運動をしているときの腸は、
草木が強くさかんに茂るさまを思わ
せる。

花見いわく、

「ギアを入れる前に、先ずはニュー
トラルになること、そのときは腸も
目覚め生き返っているというのか
な？」

「腸が「はっし」と生き返っている
ということかあ！」

(H)

満喜の「喜びと感謝と」

看護師 若松満喜

死と向き合う時に



私は、死を受け入れる過程を自分の意思で歩めるなら、ピンピンコロリばかりが理想とはいえないのではないかと感じ始めています。

私がこの施設で勤務した当初から入所されていたHさん。いよいよ意識がなくなり、呼吸がとまりそうな時、私は「Hさん、たくさんお話ししてくださいありがとうございます。お疲れさまでした。」と声をかけました。そして呼吸がとまった数分後、聴診器で心臓の音がとまるのを確認しました。「看取り」の最期の時に立ち会うのはまだ数人ですが、その方にとって悔いのない最期を迎えられたのか、家族の想いに寄り添えたのかなど、いつも考えさせられます。

核家族化がすすみ「死」が日常とかけ離れている生活の中で、「死」について問われると、「ピンピンコロリがいい」と答える方がほとんどではないでしょうか。私もできればそうでありたいと願います。でも、現実にはピンピンコロリでない死が沢山あります。Hさんは、入所後転倒されてから、寝たきりとなり、認知症も進行しました。家族の方からは、「寝たきりになったら終わり」「ぼけたら終わり」という言葉がよく聞かれました。これは、「できることができなくなつた」という側面が大きく捉えられ、「何かができること」に価値がおかれる社会を反映していると感じました。確かにHさんは、話すこと以外のほとんどを、自分の力ではできませんでした。でも昔の思い出話をしたり、時にありがとうと微笑、



くまれたり、穏やかな人柄がにじみ出ていました。私にとってHさんの最期は、とても静寂で美しい姿でした。

また2年近く寝たきりだったKさんの場合、ほぼ毎日息子さんが昼の食事介助にいられていました。いよいよ飲み込みが悪くなり、食べると痰が絡むようになりました。誤嚥する可能性や食べることは体力を使い、かえって負担になっていることをご家族に説明し、食事は無理なく、たしなむ程度にと決まりましたが、息子さんは「少しでも食べてほしい、食べなくなつたら終わり」という思いが強く、「食べなあかん」と声をかけ、亡くなるその日まで食事介助をされました。体が死に近づく時、栄養や多くの水分を点滴しても、消化吸収できず体全体が水膨れのようになります。Kさんはもとの3倍ほどに腫れていました。私たちは、変容する母の姿を受け入れ(三面上段へ)

(二面下段より) られない息子さんの想いを、葛藤しながら見守りました。

食事や生活スタイルをどんなに気をつけていても、死に方を選ぶことはできません。けれども、自分自身が最期をどう迎えたいか、どのようにしてほしいのかという希望を意思表示しておくことはできます。それは本人だけでなく、家族の揺れ動く気持ちを少しでも和らげることにつながる大切なことだと考えさせられました。

先日は、ある100歳の女性の診察に付き添いました。貧血が極度に進行し、身体のだるさが強く、うつむくことが多くなっていました。しかしその時、彼女は、「もうここまで生きたら何があってもびっくりしません。何もせんといってください」とそつと言われました。悟るとはこういうことなのでしょう。今は食事が入らなくなり、さらに体力も低下

していますが、穏やかな表情で過ごされています。

三保製薬研究所
Miho Pharmaceutical Research Institute

マイナス腸活 製品の特性 服用方法 購入方法 よくある質問 オンラインストア お問い合わせ・ご要望



いつまでも愛される、
幸せな人生を。

「マイナス腸活」は、全ての美容・
アンチエイジング、予防健康法の
入り口です



製品について

— 生まれは海、育ちは自然の医薬品 —
海水から抽出した、天然の水酸化マグネシウム
南アルプス山系の清浄な地下水
化学合成剤無添加



オンラインストア

三保製薬研究所から、全国のお客様に
直接お届け致します

Renewal Open !!!

三保製薬研究所の、

ホームページ | オンラインストア がリニューアル オープンしました。

美と健康の入り口「マイナス腸活」の解説、製品の特性、服用方法が動画やテキストでご覧いただけます。

オンラインストアは、より注文し易く利便性を改善いたしました。

三保製薬研究所は、愛されて生きる幸せな人生をサポートします。

三保製薬 検索

小山内めぐみさんからの便り

「おすすめ、新KV!」



『三保通信』170901号拝受。ありがとうございます。愛飲者の生の声が読めるのは嬉しい限りです。

ところで、古守工業でKV運動器が新しく発売された由。西式サービスから特価期間の案内が届いたのを機に、我が家も買い換えることにしました。

我が家の機械は浪速興業の昭和三十七年製のもので、いまだに金魚も毛管も動くのですが、チェンジのギアが減り、父が補強していたものの、それも効かなくなっていたし、外装も傷んでいました。

新しく届いた機械は、シンプルでコンパクトで音もずっと静か。半世紀以上も壊れず機能したのもすごいことですが、この半世紀に機械も使いやしく進歩していたのだなあと感動。毎日家族で愛用しています。も

し、買い換えをお迷いの方がいたら、是非、購入をお勧めします。

KVを届けてくれた古守さんから、稲垣多美作氏が亡くなったことを聞きました。稲垣氏は、足首運動を考案され、足の血流を良くすることで治療効果をあげた西式指導者としても著名です。

実は、『安心』という雑誌の一九九九年十月号で、この運動が特集された時に、大きなカレンダーの厚紙芯を利用して、ワープ打ちながら足首運動する私の写真が掲載されました。汗顔の至りですが、その直後に、発売された足首運動器を購入し、これも家中で愛用しています。

最近は、『夢21』（2017年2〜3月号）でも特集され、西万二郎氏の解説で、西式健康法自体も紹介されて、



くいました。いい機会…と思ったばかり。考案者の稲垣氏も紹介されていましたが、死去に関する言及は見当たりませんでしたから、お元気なものと思い込んでいました。

稲垣氏の死因が、ご自身の体で細菌の人体実験をされたせいだとか。西式健康法創始者の西勝造先生自身も、砒素の人体実験で死期を早められたことを思うと、天才的な人材は、なぜ、そろってかくも自身の体を犠牲にするものか！我々凡人としては、もつと長生きして凡人を救ってもらいたいものだと思うのですが。

西先生が亡くなられたのは、ちょうど私が生まれた翌年の昭和三十四年。これも半世紀以上昔のことになるのですね。手元の『西医学』（一九六〇年一月号）に医師渡辺正氏が西先生の死因について書いています。

「先生が砒素実験後に、相次ぐ激務のために充分な器官の休養をとる、その間に、（五面上段へ）」

(四面下段より) 断食その他の西医学的方法で毒素の排除に専念することの不可能を余儀なくされて、砒素毒素が体内に残って内臓諸器官殊に循環器系統と消化器系統とを犯して、遂に死去されたものである。

さて、西先生が亡くなられたのは、十一月二十一日。一九五九年十二月号に、先生の死が伝えられ、先生の「健康への道―健康の四大原則―」が掲載されています。その結語の前に、次の文章があります。

「人体は又、常に相拮抗する二つの勢力の中和によって維持されている。即ち精神と肉体、酸と塩基、熱と冷、吸収と排泄、建設と破壊等がこれであって、われわれの健康はこの相反する二つの勢力の各々が各百分に作用し、相拮抗する所の平衡、中和の所に保持されるのである。

故に、われわれの健康法は、皮

膜の中和、四肢の中和、食物の中和、並びに精神の中和によって築き上げられたものでなければならぬ。…多少とも片寄った場合は、これを中和の状態に戻そうとする自然の発露、それが病的状態である。故に、われわれが、若しこのような疾病の状態を、機械的に生化学的に、中和の状態に組織する生活を行うならば、このような症状の必要がなくなるから、疾患は解消するのである。これ即ち、西医学実践者が、病気にも罹らず、又罹っている病気にも、この健康法によって、健康体に回復する所である。」

だから、私が幼い頃、父に言ったそうです。

「西先生は西式しなかったから死んだんでしょ？」と。父は納得したそうです。もしや、甲田先生が亡くなられたのも、激務に西式の中和が追いつかなかったせいでしょうか。

我々凡人は、ひたすら己が身体だけ心配していればいいのですから、ありがたいものです。せいぜい、機器やスイマグを活用して中和に努めましょう。
小山内めぐみ

「あなたに予防法・健康講座 in 京都」開催のお知らせ

話題のプチ断食や生菜食について、その道のプロである3人の講師が熱く語る貴重な機会です。当日の様子は、次号三保通信にて！！

日 程：2017年11月19日(日)

【午前の部】10:00~12:00 【午後の部】13:00~15:00

会 場：ハートピア京都 3F 大会議室

アクセス：京都市営地下鉄「丸太町」駅直結

受 講 料：【午前~午後通し】3,500円

【午前のみ or 午後のみ】2,500円

講 師：赤池 キョウコ 「プチ断食で健康的に美しく！」

井上 敬 「腸健康法！~健康は腸活でつくる~」

森 美智代 「青汁一杯で生きられる体のメカニズム」

お申込み：☎054-396-3321 予防法医学会事務局 担当：花澤



連載便秘⑫



西式健康法創始者西勝造著『便秘』第七章結語からの転載による連載です。『慢性便秘は、腸の慢性裂傷および慢性自家中毒を介して、恐るべき疾患たる癌を誘致する』の結論を証明すべく、著名な専門家の著書中の引用文をもとに解説しております。前回⑪では、ジョルダン氏の、腸麻痺症患者の病歴からの結論をもとに解説しております。今回はメチニコフ氏です。

メチニコフ氏は、慢性便秘の与える結果について、幾分異った視野を

くからこれを観察しているが、しかしレーン氏と、ほとんど同一の結論に達している――

『腸による病毒感染の様態については、いまだ異論の尽きざるところであるが、腸が病毒侵入の関門をなすことは、疑いなきことである。腸中毒に所因すると称し得べき幾多の疾患においては、腸細菌ことに大腸桿菌が腸壁を通して体組織を侵し、もつて血液に感染することは慥（たし）かである。

『糞便の滞溜に伴って不健康状態が起こるのは、確かに腸細菌のあるものが悪作用をするからである。しかしながら、かかる細菌の作業』

く様態を確定するについては、少なからぬ困難がある。一般に信じられているところによれば、かかる細菌は、毒物を生成し、この毒物が腸壁によつて吸収せられ、系統中へ侵入するのであるという。幼児や、分娩中の婦女や、あるいは、心臓、肝臓、または腎臓病患者が自家中毒に冒されていると断案を下すのは、当該病理過程に対して以上如き解義を与える所に、根ざしているのである。

あとがき



若松満喜さんが『何がができること』に価値がおかれる社会』に触れられていました。自分のことは自分でできて当たり前、「人のため」「社会のため」に考へ行動できる人物が理想とされます。自分のこともできなくなった最期の時、人は生きることの意味をどう考えるのでしょうか。



15年間 家族の一員として共に過ごせ? 幸せでした。私のうでの中を息を引きとり旅立ちました。ポテチ楽しい毎日をありがとう。