

三保通信

24.03.1

〒424-0401

(株) 三保製菓研究所
静岡市清水区中河内一五三
☎ 054-396-3321

(同著書より)

三木成夫(みきしげお1925~1987)という人、解剖学教室(医師)のあと保健管理センターそして芸大教授、そして『胎児の世界』(中央公論新社)他の著書がある。花見に「繋がっている?!」と言わしめた著書『海・呼吸・古代形象』の紹介(ウイキペディアより)には三木氏のことを「発生学者」と書いてあった。発生学という学問からすると、命の星地球の中のものは全て「繋がっていると解く」のだろうかと思えてくる。

海の漢字に母の字は含まれ、「うみ」は「生み」に通ずる。現代の生物学は、生物発生の場が古代の海であったことをわれわれに教えるのであるが、古代人はすでにそのことをもつと生き生きと生じていたのであろう。

「いちめんに海草の密生した『まりも』のようなたまーそれは妊娠一か月の子宮の壁からはがしとつたわれわれ人間のまぎれもないへたまごである」「発生学によれば、この海

花見氏

『「繋がっている?!」と驚く』
恐ろしい、でも海は、

草の生えた軟らかい膜は、まさしく胎児の肌の延長であるという(同著) 花見にとつても、「海の漢字に母の字は含まれ、「は分かる。しかし、「うみ」は「生み」に通ずる、とまでは、そして古代人はそのことをもつと生き生きとしっていた、とは思

いつかないのである。思いついてみれば、「漢字って、そんなに意味深なの、?」

くらいなのだろうか。

中国・殷(いん)の時代後期の遺跡から出土する古代文字「甲骨文字」が古代人によるものらしい。それが漢字の「原初形態」つまり初めなのだろう。とすると、今も漢字を読む現代人と古代人は「繋がっている」、それどころか古代人は「うみ」は「生み」に通ずると、生物発生の場が古代の海であったことをもつと生き生きと知っていた、というのである。

お正月早々再び海の「恐ろしさ」を知らされた。一方で海は地平の下、一番底にあって人間活動の全て、汚れを含めて引き受けている、見えない知らないところで。

改めて海と繋がっていて、命の始まりがあったことを思い起こしたい。

(H)

満喜の「喜びと感謝と」

看護師 若松満喜^{まさき}

「気」が巡り元気になる

昨年末、またぎっくり腰になってしまいました。姿勢、筋肉、体の使い方、様々な要因がありますが、自分の癖を直すのは本当に難しいと実感しました。今回ある整骨院で治療を受け、不思議な体験をしました。鉄の棒を二本、腰に置いてもらうだけなのですが、それが数センチ突き刺さるような激痛と熱さを感じるので。けれどその鉄の棒を触ってみると熱くなく施術者は気を送っているだけ、と話されました。そして数分の治療で腰痛が軽減しました。「気」とは、何でしょうか。東洋医学では、人を肉体と心に分けて考えます。肉体から見たのが自律神経、見えないエネルギーから見たのが「気」であり、気の流れが順調な状

態を「元氣」、気の流れが悪い状態を「病氣」と考えます。一説では、気は頭をつむじから入って、手足の井穴（せいけつ…爪の付け根から2mm下）から出ていく。体の中の経絡を通じて30分ほどかけて一巡りし、これを一日に50回ほど繰り返すと考えられています。エネルギーは目に見えない為、病氣の原因や治療にはあまり考えられませんが、私の経験は、確かに熱くなり滞りがほぐれた感覚でした。しかし何故、鉄の棒で気が巡るのか。それは、中学校の物理で習ったフレミングの法則に当てはまります。体の中を流れる赤血球は鉄を運んでいて肺に行き酸化される。組織で還元されて酸素を離す。鉄が動くとき微小電流が発生する。電流が流れると磁場が強くなりエネルギーが生まれる。これが生命エネルギー「気」なのです。

病氣の人は頭が熱く足が冷たいと言われますが、血が巡り、酸素や栄

養が行き渡ること、体温が上がること、体の滞りがほぐれることは、生命エネルギーを高めるのだと思います。

エネルギー医学の第一人者、永野剛造氏は、物事には必ず表裏があるように、人を見るときにも肉体と心の両面からみてバランスがいいことが大切。マイナス感情と生命エネルギーの低下は相関関係にあり、マイナス感情がたまつてくると体というエネルギー体に穴があく。 ※3面上段へ

3月号の岡田イラストをお送り頂きました。ありがとうございます。



※2面下段より（マイナス感情がなくても、例えば抗癌剤などもエネルギーを下げてしまう）だから、心にマイナス感情をため込まない事、病気を予防する「プラス思考術」を提案されています。まずは笑顔を心がけること、そして嫌な記憶を断捨離すること、プラス行動を心がけること、そうする中でプラス思考が身について、いい循環が生まれ、生命エネルギーも上がってくると述べています。食事や運動など、いいことを取り入れることも大切ですが、「気」が巡っているか、心のエネルギーは満たされているか、といった見えない部分にも目を向けてケアしていくことが、生き生きと生きるヒントなのだと思います。

参考図書「7日でわかるエネルギー医学」永野剛造氏等・出版デザインエッグ社

「新」「三保」の意味

手書きの二つ折りで始まった三保通信は黒一色文字の「ガリ版刷り風」。今では活字に加えて、入るイラストもカラフルになりました。迎えた今春は創刊より41年目に入っております。昨年は製薬業創業70年、現地に移転して30年、そして通信もちょうど創刊40年だったわけです。

瓦版のような「通信」を書いてきて40年、それで多少の書き習いがついて、今、新「三保」の意味を書いておかなければと思ったわけです。実はずいっと、このことを問うているのだと思います。ご寄稿のお力に与りながらやはりこの「意味」を確認させて頂いて来たと思います。

創刊（1983年）当時は、書き出したのはいいですが一回分がなかなか書けなくて苦労しておりました。初代花澤政雄には、書くには「早すぎる」と言われていました。（H）

お年賀から「幼児の時から健康体育」「これが本当の健康法」。

池田実央さんのお母さん（先代）はそう仰っていました。

幼児教育に健康体育を採用して指導されます。「三つ子の魂百まで」と言いまからね。

一年のご活躍を期待申し上げます。（H）

あけましておめでとうございます

ゆるぎない二足歩行獲得のために…学び実践の日々を
令和6年 元旦

昨年はお世話になりました。

来年は一年もしっかりと
子どもたちの体づくりを
していきます！

池田



NPO 法人 日本幼児健康体育協会
代表 池田 実央
〒179-0072
東京都練馬区光が丘 7-3-3-1004
TEL&FAX 03-3979-9785
携 帯 090-1995-9409
ホームページ buruburukingyo.com

ハラワタ考

「ハラワタ」は文中「オシケオップアイヌ」の中から拝借しました。(H)

昨年11月に頂いたお手紙の紹介ですが(3段目)、新年には『オシケオップアイヌ(247頁)』(はらわた「こころ」)『考』も読ませて頂きました。「考」は誠に勝手ながら(H)が余計に付けさせて頂きました。『会報(No.22)ウレシパ・チャランケ(育みあうための議論を)』の中の一論考と思ひまして勝手ながら、。

執筆の石原さんにはこの通信に登場して頂いたことがありません、ちょうど一年前でしたが。今回は特に『米塾』のことが書かれていて目を見張りました。20年の米作りをへての開塾、「全く米作りなどしたことのない私が20年近く続けられたこと

とは自分でも信じられませんが、と。

「自然農」と書かれているのですが、それは、石原さんが代表をされる先住民族とともに人権・共生・未来を考える会々報の『ウレシパ・チャランケ』の哲学と言いますか思想と言いますか、そのものの様に思いました。

作家の水上勉さんが、思想とは「田の心」「木を見る心」だと書かれていたことを私は想い出したのです。

石原さんは今回の「考」に、「カムイノミに表れたアイヌ民族の精神は、アイヌモシリが母なる大地であることを内容としたものであり、我々の民族的精神の内にアイヌモシリは常に存在しているのです」「万物が互いに互いを育てあう大地」「ウレシパモシリ」「母なる大地」

に抱かれて暮らしていくことを夢みます、と書かれています。

《お手紙》から (H)

今年も私たちが育て収穫した米を、お世話になつていらっしゃる皆さんに送ることが出来ること嬉しいです。今年も多くの友人、体験したい人たちの手助けがありました。特に今年には『米塾』―苗床作り・種籾落とし・苗取り・稲刈り・稲架掛け・脱穀と年間を通じて10人以上の塾生と、いつもは私ひとりの作業でしたが今年には塾生たちとの作業で、楽しく行うことが出来ました。

耕さず、草や虫を敵とせず、
肥料・農薬を用いることなく、
生命の営みにひたすら沿う自然農…

耕さなければ、地中だけでなく、その上で繰り広げられる生命の営みも、自ら最善の営みとなります。石原


弊誌を〴〵講読頂いている皆様から年賀状を頂戴して〴〵に、ご紹介(3面のお年賀含)申し上げました。せつかく〴〵紹介させて頂きながら、文字が小さく読みづらくなりまし

たこと誠に申し訳ありません。〴〵講読による繋がりを頂いています、さていつまで書けるかと思いつながら、新年のお年賀を楽しみにさせて頂いています。(H)

新年のご挨拶に合わせ、お年賀状の発行を中止いたします。お年賀状の発行は、お年賀状の発行を中止いたします。お年賀状の発行は、お年賀状の発行を中止いたします。



森鍼灸院
森 英智代
〒851-0808 大府市八幡町9-5-2-306



2024 2024 2024
HAPPY NEW YEAR
空のあけいけに
あひし 白雲
雲に舞えし舞臺の
輝らめきに 映く
舞臺の 鼓動

迎春

2024年 元旦



『荒野に希望の灯をともし』
中村哲さんの絵柄に感動しました。

本年も皆様のご健康とご平安をいのります。

明けましてお



永島 誠 豊
ありがとうございます
(12月25日)

今年もどうぞよろしくお願いたしました。お正月のご健康と手紙を祈ります。私は一生、手紙だけは書き続けたいと思っています。お願いたします。令和六年 元旦 豊 (12月25日)

ペンギンは気を遣う 明確なリーダーなく



研究グループは南極に生息するアデリーペンギンを調査した。今木俊貞氏撮影

総合研究大学院大学などの研究チームはペンギンが群れで行動するとき、個体同士が気を遣うかのようにつながりを調整して群れの形を保っていることを明らかにした。群れで行動することの利点などを調査していくという。アデリーペンギンの群れの一部の個体に行動記録計を取り付け、果のある場所から約400m離れた海の近くまで約17時間かけて移動するときの動きを調べて明らかにした。群れの先頭で歩く個体や、休憩する個体も交代で変っていた。並長類などでみられる特定の個体が群れを主導するのは異なり、群れの中に明確なリーダーを作っていないとみられる。

この記事を見て、巻頭の「繋がっている!!」を思ったのです。ペンギンさんは「海」と人間を繋げている存在と思いきや、人間はいつまでも決して治まらなくて「治めよう」と跋扈する存在「なのか?ペンギンさんはちゃんと治まっているではないか!と。(H)

『腹の健康』第七章 精神一
『月刊西医学』一九八一・五月
号からの転載です。(H)

腹の健康

西勝造

我々は肉体から精神を切り離すことは出来ない。腸が不活動の状態にあると、それは精神の消沈を来すものであるということは、すべての専門医師が気付き、また広く知られてきたのである。中風、脳溢血、脳充血、貧血、頭痛、風邪その他突然起こつたり罹つたりする人は、必ず、それ以前から便通のあまり良くなかつた人々である。今、腸閉塞とまで行かなくとも、宿便堆積をしたかと

思うと、食物とか精神上の関係とか細菌のために、その宿便が下痢で排泄されてしまう場合がある。幸いにも水を飲む機会があつて無事に治つたとする。こういうことが、偶然にも交互に繰り返されていたとする、腸内に宿便がたまつていたときは、脳血管神経がマヒに陥ることは、実験で明らかにされたのである。こういう時に考えたり、人に何事かを良かれ悪しかれ言われたりすると、この些細なことが、拡大に拡大されて影響するところ、精神のアレルギーに陥るのである。

ところで、それが、下痢によつて脳血管神経マヒが除かれたりする、すると精神状態に普通に立ち返るは

三保通信の無料定期配送について

製品のご注文の折など、弊紙三保通信を送らせて頂いております。押しつけ

がましくとも思うことがありますが、やはりお読み頂けましたら嬉しく、そして定期配送をご希望下さることがあります。

有難く配送させて頂きますのでお申し出頂きたいと思ひます。(H)

ずであるが、精神アレルギーは完全には消え失せていないのである。ところが健全の脳髓で、完全に間違つていない判断力で、アレルギーに陥っている精神状態を鑑定し得る修練の積んだ達識の者であれば今度は完全に意識しながら、完全に精神作用を自分自身で思うように暗示してしまふことが出来るから、腸の働きのかが脳神経をして右するか左するかを自由にするものであるということ。を明確に把握しなければならぬ。※マヒは下痢で除かれたりするがそれだけではアレルギーは消えないので、腸の働きを回復し自由にする。しなればならない：注 (H)

あとがき

三保通信のご購読者であれば、一度は三保製菓を風変わりな会社と思われたことがあるでしょう。

スイマグというものづくりの傍ら、三保通信のような媒体で「精神」の発信を続けているからです。

ハラ(肉体)と精神は切り離すことができない。今号の西先生が教えています。(Y)

