

# 西医学健康法は、どんな健康法？

⑦

「西医学健康法は「人間の健康は4つの要素が支配している」と考えています」

「四大原則」といいます

①

「スイマグは健康法から生まれた薬なんだよね」

「どんな健康法？」

②

「1927年(昭和2)発表!」

「西医学健康法」

「工学博士の西勝造(にしかつさだ)氏が発表した健康法なんですよ」

⑧

「慣れるとキモチいい!」

「ろくだいほうそく 六大法則」

「この4つを健康に保つため、6つの実践を勧めているのです」

「へいしやう 平床」

「こうちん 硬枕」

「はいふく ★背腹運動」

「ユラユラ」

「ハッ!」

「きんぎょ ★金魚運動」

「プルプル」

「もうかん ★毛管運動」

「がっしょう がっせき ★合掌合蹠運動」

③

「当時の名医」

「二十歳までの寿命は難かしかろう!」

「ガーン!」

「実は博士は小さい頃から病弱でした」

④

「健康になりたい!」

「なんとかせねば!」

「←当時15歳」

⑨

「難かしくない。できそうなものから試してみて!」

「上記のうち★印の運動は、下記のウェブサイトで動画を公開しています。参考にしてくださいね」

⑤

「化学 天文学 医学 治療法 物理学」

「数学」

「スゴイ!」

「蔵書の重みで床の一部が抜けたほど!」

「医者の宣告を機に博士は猛烈な研究人生を始めました」

⑩

「効き目があるよ!」

「2次元バースド!」

「予防治つて続けることが大切なのね。さっそく動画を見てみるね!」

⑥

「病気の治療ではなく、病気の予防を目的としよう!」

「この膨大な研究から編み出されたのが「西医学健康法」です」

4つの運動の動画はこちらからご覧いただけます。

三保製薬研究所  
 「マイナス腸活フィットネス」ページ  
<https://minus-chokaz.jp/fitness/>

