

日本国民への提言

日本の国民一人ひとりが、自らの「からだ」の「しくみ」を生かすことで、日本を再生する

前回「人間が生きていく条件」(表1)、「からだのしくみ」(表2)、「からだのしくみ」(表3)、「からだのしくみ」(表4)を掲載しました。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「上腹部の柔軟性」を生かす「食へ方」

長年の臨床研究によって「健康体」という概念が生まれ、その特徴である「上腹部の柔軟性」「からだのしくみ」にあらわれない「呼吸・循環・人体力学(姿勢)」「自律神経」の安定・内臓全般の動きがどのようにつながっているかを明らかにしました。

また、その状態で「深く・長く・こちよい呼吸」をおこなうと「呼吸・循環・人体力学(姿勢)」「自律神経」の安定・内臓全般の動きがどのようにつながっているかを明らかにしました。

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「上腹部の柔軟性」を生かす「食へ方」

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「上腹部の柔軟性」を生かす「食へ方」

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

【表1】人間が生きていく条件

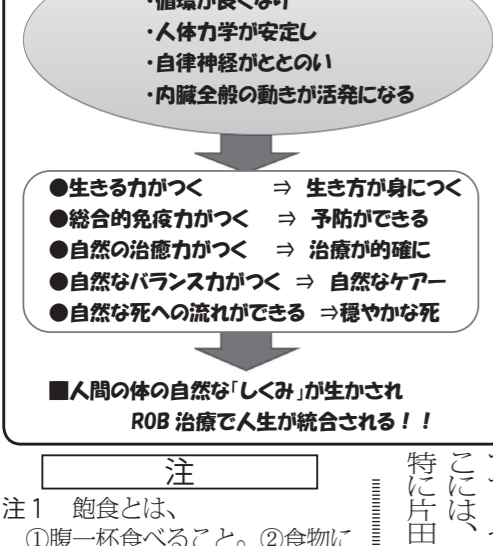
- (1) 食べられて生きている
- (2) 殺されずに生きている
- (3) 自然に適応して生きている
- (4) 生殖し、子を生み育てるために生きている
- (5) 我とは何か、どこから来てどこに行くのかを確かめるために生きている
- (6) 我は生物・地球の環境のためにいかに貢献できるかを発見し、活動するために生きている

【表2】人は楽しむために生まれてきた!

～人間の生死は「上腹部の柔軟性」が指標となる～

ROB治療で「上腹部の柔軟性」が正常化されると・・・「入り」がとどろい、深く長くこちよい呼吸ができる

- 呼吸が深くなり
- 循環が良くなり
- 人体力学が安定し
- 自律神経がとどろい
- 内臓全般の動きが活発になる



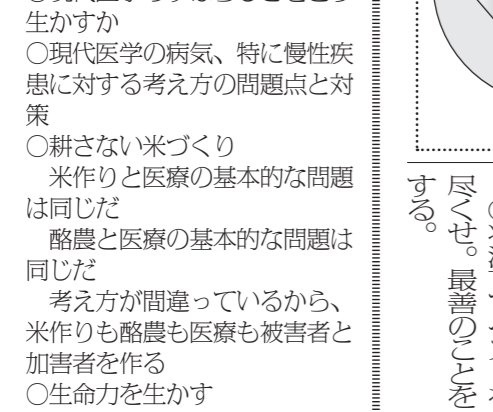
【表3】たまご理論の食べ方7カ条

「生きもの」の「いのち」と消化管の「しくみ」を生かして

- 人間とおなじ仲間である「生きもの」の「いのち」をいただくことに深く感謝しつつ
- お腹が空いて、食欲のある時に
- 腰を伸ばし、正しい姿勢で具体的に以下のことを守りましょう
- ゆっくり味わいながら、よく噛む1口30回
- 水分は少なく、約1杯(食前・中・後すべてを含め)
- 冷たいものは取らない
- 食事中、深く・長く・こちよい呼吸を行う

【表4】健康体の三大特徴

- 「上腹部の柔軟性」=腹部の柔軟性と形態と温度分布
「健康体」の場合、立位で上腹部が下腹部より少し低く手で上腹部を圧迫しても圧痛は無く、しこりもなく、その圧迫をとくとすぐに元に復する柔軟性があり適度な緊張がある。また、腹部全体は温かくほぼ同一温度である。
- 頭部と足先の温度差
「健康体」の場合、頭部が足先より約1度から3度高い範囲である。
- 立位での姿勢
「健康体」の場合、正面からみると脊柱は正中線上でまっすぐであり、側面からみると生理的に適切なS字状の湾曲を保ち、人体の各部位に余りな緊張と力の過剰な負担がない



【図2】体液の移動による「取り入れ・排泄」

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

【図3】健康体と慢性疾患の関係

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

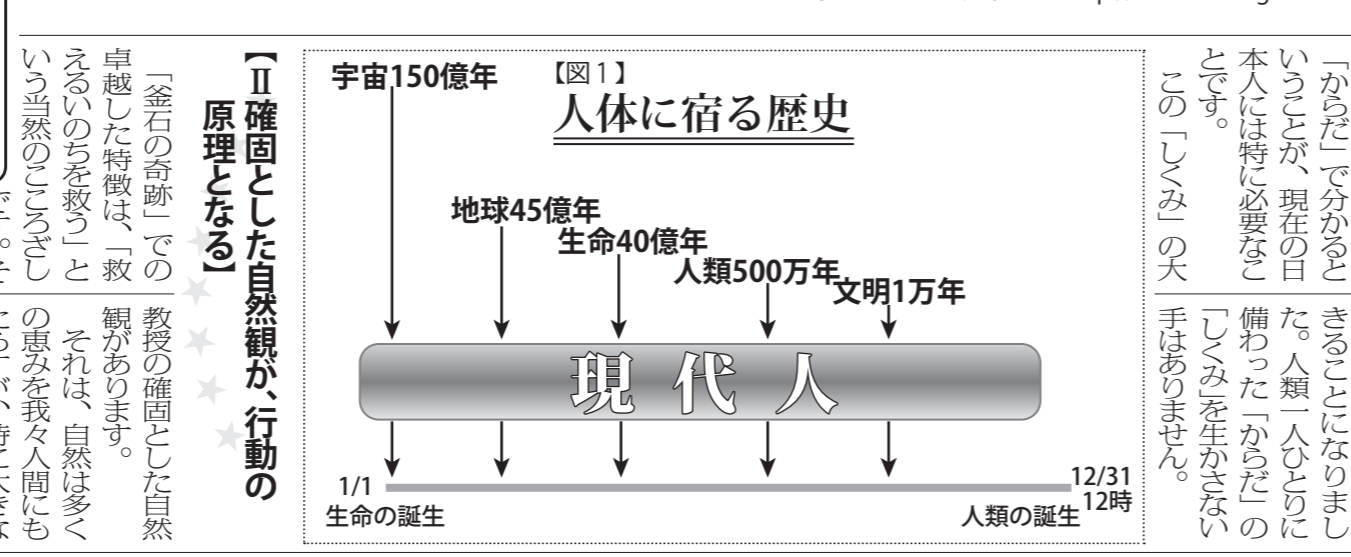
今後のあるべき医療

健康体を活かす医療

たまご理論で病気のしくみを考える

たまごビル院長 石垣 邦彦

〒581-0061 大阪府八尾市春日町1-4-4
電話 072(991)3398 FAX 072(991)4498
ホームページアドレス <http://www.tamagobl.com/>

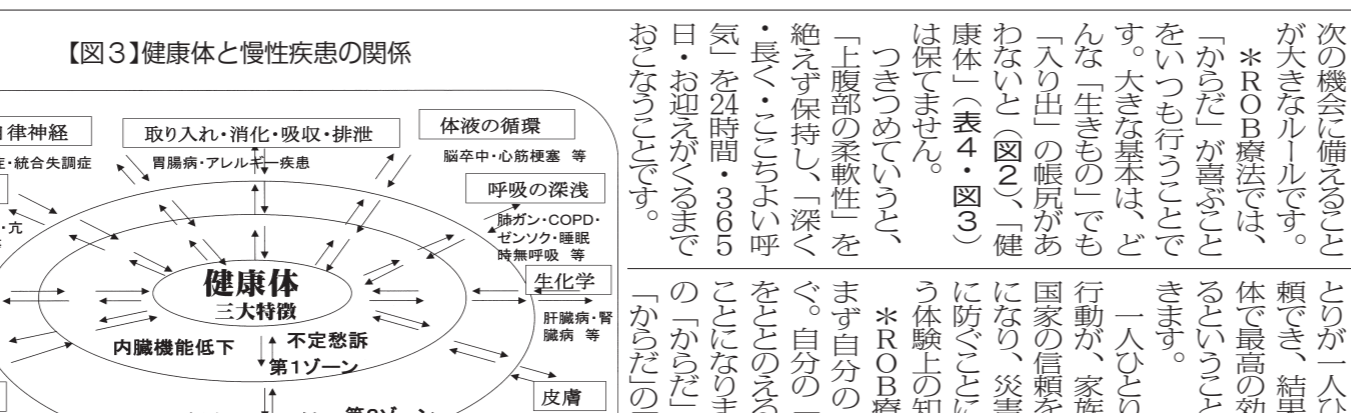


【図1】人体に宿る歴史

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

【図2】体液の移動による「取り入れ・排泄」

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する



【図3】健康体と慢性疾患の関係

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する。今回は「からだのしくみ」を生かすことで、日本を再生する

特定土木建築業

水道工事業 八尾市水道局指定・柏原市水道局指定

総合建設業

排水設備工事業 八尾市排水設備指定・柏原市排水設備指定

株 畑中商事

代表取締役 畑中 信浩

本社 八尾市恩智中町1丁目165 TEL 072(943)6636・FAX(941)9101
柏原本店 柏原市太平寺1丁目9番6号 TEL 072(971)5711

河内新聞の電子新聞申し込み

ニュースメディアスタンドTOPページ
<http://newsmediastand.com>
お問い合わせ先
株式会社 廣済堂(熊沢) ☎03-6836-2711

八尾ビルディング株式会社

〒581-0004 八尾市東本町3-4-18
☎(072)991-6700
代表取締役 山口 智士

住宅型有料老人ホーム フォーユー八尾山本

入居相談受付中

入居費用 敷金 0円 月額費用 109,800円

介護度の重い方も、ご相談ください。

ご高齢の方が、安心、快適に暮らせる **バリアフリー設計**

24時間 スタッフ常駐

専門の食事会社による食事提供など、万全の生活サポート!!

【運営主体】(株)日健マネジメント

居室数 **60** 戸

0120-49-5502

有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅など 関西にて、他23施設運営

ホームページ <http://www.nikken-m.jp/>

大阪府八尾市上之島町北1丁目66番地他(地番) 近鉄大阪線 「河内山本」駅徒歩約15分