



健康会だより

<主旨と理念>

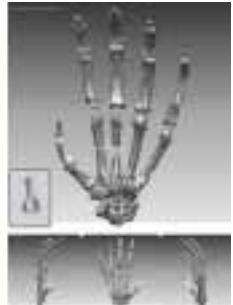
長谷部式健康会は『自分の健康は自分の努力で』をスローガンに健康普及活動をしている会です。健康は人生最高の宝です。世界人類の健康と平和に奉仕しましょう。『体质別』は健康を守る自然の法則です。

発行所 長谷部式健康会 総本部
〒491-0905 愛知県一宮市平和1-2-13
発行人 長谷部茂人
発行部数 3000部
tel 0586-46-1258
fax 0586-46-0367
E-mail kenko@world.interq.or.jp
http://www.interq.or.jp/world/kenko/

からだー真実はどこに？



→440万年前のラミダス猿人の骨格が見つかる。アルディピテクス属のラミダス猿人と断定されたことから、「アルディ(Ardi)」と名付けられた。これまで人類の最古の祖先とされたきた「ルーシー(Lucy)」よりも120万年も古い。



「信じる・信じない」の根拠？

【テーゼA】「神を信じますか？」という問いに、あなたはきっと「YES/NO」があることでしょう。しかし、「なぜですか？その正確な根拠を示してください」と尋ねられたらどうでしょうか？きっとYES/NO以上のものをお持ちの方は、少ないと思います。



←ミケランジェロ作
『天地創造』

【テーゼB】魚釣りをされる方はご存知だと思いますが、泳ぐ姿が見えている魚は釣れないものです。それでは、泳ぐ魚が見えない川や湖で、「魚のいるいないがわかりますか？」とお尋ねしてみましょう。

水の流れや地形などから、魚釣り名人たちの目には魚の泳ぐ姿が映るそうです。「ここはたくさんいる」「今日は釣れない」が分るのだと。

【A】神さまに面会した人が(私の知る限りいませんが)、いなくても信じる人はたくさんいます。【B】魚が泳ぐ姿が目に見えなくとも、名人が見ればいるものはいるのです。「見えているが釣れない」と「見えていないが釣れる」が分ります。魚を釣り上げれば、証拠も出せますしね。
ホーム <http://biwahonpo.jp/>

「からだ」は非論理的？

健康的生活が苦手な人、つまり不健康生活に慣れている人ほど、大きな病気を発症する確立が高い。なかでも論理的思考の得意な方が、病気に対しての対応をキチンと“間違う”ケースを、私はこれまで度々みてきました。「病気になれば治療すればよいのだから、悪くなるまでは自由にする。」、「検査も薬も治療の技術だって年々良くなっている。昔のような心配はいらない。」そのように思っておられる方が非常に多い。

言葉の上では確かに間違いではありません。しかし、「からだ」が自分の考え通りにコントロールできるならばに限ります。例えば、自分のからだの中で行われている食物の消化、代謝、ホルモンの作用、感覚器の電気的な反応などはどうでしょうか？心臓は自分の意思で動いていますか？血液の流れも自分の意思ですか？本当に自分でそれらを管理していると断言できますか？

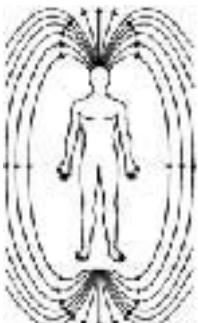
というわけで、自分の考えによって決めるができる「からだ」の範囲は、案外少ないものです。

→人造人間「キカイダー」
どこか人間的な機会？
いや、機械的な人間？

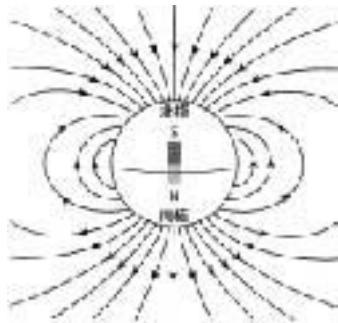


観察科学と実験科学

「ミクロとマクロは相似である」という比喩があります。人体には、頭頂と足先を極とする気の流れのような磁場が存在するらしい(図1)。地球は南北の極から磁力線がでていることは、小学校で習いますね(図2)。



(图1)

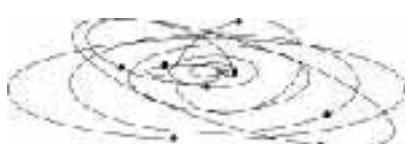


(图2)

もっとミクロな世界。物質を原子まで拡大してみると、(図3)のようなモデルになります。今度は太陽系の恒星群をマクロに絞って、図面に示してみると(図4)のようになります。



(图3)



(图4)

ミクロとマクロはよく似ていることが分かります。しかし、似ているだけで構成が同じだとか、因果関係があるという証明にはなりません。…でも、よく似ているなあ～。

今度は次の二人の写真を見比べてください(写真1)。



(写真1)

双子タレントである三倉茉奈(みくら・まな)さんと三倉佳奈(みくら・かな)さん、通名マナカナさんです。どうですか？マナさんとカナさんの見分けがつかないぐらい、よく似ていますね。この場合の「よく似ている」ことは、構成の酷似や因果関係の証拠として見ることができますね。

物理学や化学、数学の世界ならば、証明された事実は変わることはありません。また、命題はいつでも、どこでも、誰が行っても同じ結果になります。ところが、生物学や医学、ことに人のからだに関しては、何らかの実験を行う場

ホーム <http://biwahonpo.jp/>

合、同じ条件を設定したとしても、結果が全く同じになるとは限りません。

人のからだは複雑系になっていて、一要素が一つの結果だけをもたらすのではなかったり、複数の要素が重なる場合のみ一つの結果になるということが、しばしばあるのです。

19世紀フランスの生理学者に、クロード・ベルナールという人物がいます。「天文学者は遊星に対して実験をするために天空高く昇って行くことはできないから、どうしても観察だけに止まらなければならない。これまでの観念的な伝統的医科学も、観察の科学の域をでていない。また、医学が統計学に立脚している限り、医学は永久に推測科学に止まるであろう。」と考えました。そこで「これからは観察に基づく観察医学よりも、実験に基づく実験医学になるべきだ。」と主張しました。



クロード・ベルナール(1813 – 1878)
フランスの生理学者。「内部環境の固定性」という考え方を提唱。この考え方は後に米国の生理学者・ウォルター・B・キヤノンによって「ホメオスタシス」という概念に発展させた。(Wikipediaより引用)

ベルナールは実験科学によって、人体の何を得ようとしたのか？それは、生理学におけるデテルミニズムでした。この場合のデテルミニズムとは、日本語では決定論または因果律と訳される。ベルナールの時代は、生物は自発性をもつ生命力を持っており、その点、物理化学の法則に従う無生物の世界とは違っていると考えられていました。そこでベルナールは、生体内においても無生物同様、すべての現象の存在条件は絶対的に決定されているに違いないと考えたのです。

人体における方法としての実験の怪

「生体における事変は、一見単純に見えるものも、その複雑な事情・成分が含まれており、これを分解することはとても難しく、それと同時に随伴する変化と親密な関係があり、これと絶縁することができないために、実験の結果が不一致の場合、どれが本当であるのか判断に苦しむことがある。」

これは京都大学医学部教授であった富士川游博士の言葉です。氏は医学の実験において、次のような難題があることを指摘しています。

☆医学実験には、およそ次の三種がある。その一是試験管内実験、その二是動物実験、その三是臨床実験である。

【試験管内実験】

この実験方法は、生化学、薬物学、細菌学等において、

応用されている。しかしながら、試験管内実験で得られる作用がそのまま生体内で得られるとは限らない。

例えば血液の殺菌作用は、試験管内の実験においては著しく現われるが、生きた有機体を循環する血液においては、時として全く起らないことがある。

細菌学における人工的培養法の発見によって、われらはその繁殖、その発達上における様々な勢力の影響や、細菌が生産する化学物質等に関する実験的研究を容易にした。しかしながら、人体における共生作用の結果を明らかにしようとするならば、われらは早速この方法を棄てて、動物試験に移らなければならない。

【動物実験】

動物実験の主たる目的は、その結果をもって人体における生理的及び病理的現象の研究に応用しようすることにある。

これは人体において直接に生体解剖を施すことが難しく、また試験的に研究することは許されない場合が多いために、人体に代わる他の動物で行うのである。

われらは動物実験において、動物と人類とにある構造及び機能上の類似点を基礎として、一定の条件の下において動物に起こる変化は、同一の条件の下において人類にも現われるだろうと断定する。

しかし人と他の動物との類似は、果たしてどの範囲まであるか、また類似的断定を常に真実としてよいかの問題もある。鯨と鮫とは形状において、そして生活状態においても、類似する点が多いからといって、このことから直ちに鮫は卵むのだから鯨も卵を生むと断定するとしたら、そのときは全く過ちとなってしまう。

人と動物実験に供される動物を比較すると、構造及び機能上のはほとんどが著しく類似する場合でも、人類に普通にある疾病が他の動物に全くみられないことがある。同様に他の動物にある疾病が人類においては全くないものもある。

また同一の病原であっても人類と他の動物とでは違う変化を起こしたり、免疫性のようなものは、人と動物の間で差異があるだけでなく、動物の種類により、あるいは同一の種類においても一様でない。

したがって動物試験の結果は、いわゆる比較実験または臨床実験によってこれを証明するか、あるいは反復した多数の実験の結果を統計的に考案するかによらなければならぬ。

【臨床実験】

臨床実験とは直接に患者、被実験者において施すところの実験である。

臨床実験における最大の欠陥は、実験的研究の第一要件に適さないことがある。実験はなるべく単純な現象

に応用するもので、複雑な現象はこれを一層単純な変化に分解しなければならないという条件は、臨床実験においては完全に行われることがないということを意味する。

臨床実験において結果が不良となった場合は、その原因を追究するには一つ一つに分解して探求しなければならない。それには単純化された試験管内実験および動物実験が適している。

つまり、ようやく人体の臨床実験をむかえても、結果が不良の場合は、試験管内実験または動物実験に戻る堂々巡りです。「…実験の結果が不一致の場合、どのが本当であるのか判断に苦しむ…」のですから、実験によって正確な解答を導くには、際限なく時間と労力を要します。

医科学に終わりはあるのか？

サイエンスライターのジョン・ホーガンは著書『科学の終焉(The End of Science)』で、莫大に費用のかかる素粒子物理学研究に国家もお金をおさなくなつた事例や、科学的発見の数そのものが減りつつある現状に対して、科学の未来の不毛を描いている。

研究の費用対効果を考えれば、すでに科学は終息の方向へ向かっているという見方もできないわけではない。そこで医科学についてはどうか？です。

前述のように、観察科学を捨てて実験科学を中心に据えても、人体への実験は三種の段階があることが前提となる。最終的な臨床実験では、それ自体が観察によるしかないというパラドクスが立ちはだかる。古典的な手法を踏襲するしかないというのが医科学のようです。

統計でしか判断できないということは、ベルナールのいう推測の科学を超えないということ。おそらく医科学は永久に不滅です。

実験によってデテルミニズムを見出そうとしたベルナール。今も医学は一步一步と伸展してはいるが、ジリジリと遠のいているようにも思えます。

話は戻って、魚釣り名人になるには、観察力が優れていることを要求されるのかも。神さまも、地球や人間社会を創造して、「さあ～どうなるのかな？」と、今も観察し続けているかもしれない。

その根拠は？…論理的に考え過ぎると”からだ”へ悪影響を及ぼすので、この辺で終わりにしておきます。

信じるための根拠は、
⇒ 実験できる？できない？



美と健康 統合セラピーフェア

主催 JAIT(日本代替統合療法普及協会)
後援 長谷部式健康会

とき 2010年3月13日(土)13:00~16:30
ところ 世界の山ちゃん本丸ホール(4F)
名古屋市中区丸の内2-20-31 TEL052-202-7001
*地下鉄鶴舞線「丸の内」駅4番出口徒歩1分
参加費 前売り1,500円(当日買物金券1,000円分付き)

健康指導、療術師三人衆が語る♥健康に生きる極意!!

より美しく♪
より健やかに♪

*申込み・お問合せは下記まで



スポーツジャーナリスト
玉木 正之氏の講演から

日本はスポーツに対して、しっかりととした考えを持つべきだ。

朝青龍が土俵の上でガツツポーズをとった。一体、彼は相撲をどのように教わってきたのか理解に苦しむ。

相撲は国技であるが、同時に神聖な祭事でもある。したがって土俵は神聖な場所。土俵上では何も隠し持たないことを証明するために、握りこぶしはつくってはいけないことになっている。懸賞金を受け取る際の手刀を斬るときですら、手のひらをさけ出すのだ。「カツツポーズぐらい良いじゃないか」との意見もあるが、その前に、私たち日本人がスポーツに向き合う姿勢を明らかにした上で、ご判断を仰ぎたい。

スポーツという言葉が日本に輸入されたのは、幕末の頃と言われている。そして明治維新を迎えた日本は、西洋式の軍隊を持つ軍事国家体勢が敷かれるようになる。富国強兵のもと、日本人の体力向上を掲げた体育が求められた。軍隊は規律が第一で、まずその初步としては、一糸乱れない軍隊行進ができるといけない。こちらは朝青龍とは関係ないが、相撲は、右手を前に突き出すと右足が次に前へ、左手を前に出せば次は左足を前に動かす。こうやってドスコイ、ドスコイとなるわけです。これは“ナンバ”という動きなんですが、ナンバ歩きじゃ行進にならない。行進は右手を前に振り出したら、同時に左足が持ち上がり、左足が地面に着いたら、その次は右足と左手が前に出る。右手左足と左手右足を交互に振ることで、隊列が一直線に進むんです。

運動会の歴史を調べてみるとおもしろいことが分かる。運動会の種目にパン喰い競争というのがある。あれは、神事として伝わる風習の一つとして、氏子や村人が年に一度、五穀豊穫を祝って餅や団子のようなものを食べながら走り廻るという慣行からきている。今はパンも衛生上の理由からか、ビニールの袋に入ったものが使われるようになった。ということは、中身はパンでも菓子でも何でもよくて、実態はビニールくわえ競争になっちゃった。それで、五穀豊穫の感謝はどこへ行った?

棒倒しや騎馬戦も、けが人を出すといけないということなのか?最近はトンと見かけなくなった。そもそも棒倒し、騎馬戦は、陣地とり競技なわけで、闘争心をかき立てるのが、当初の目的であったに違いない、いわば軍事教育の名残りのようなもので、「けがをするな!」という方が無理。

このように、今まで日本は、体の教育によるで頓珍漢。ああやれ!といわれるとああやるのだし、こうしろ!といわれればこうするのみ。何をやっているのか?やっている本人もわかつちゃいない。

スポーツ(Sports)の語源は、ラテン語のデボルターレ(deportare)であるとされている。おおむね「他所へ運び出す」という意味。それがフランスを経由すると、運び出す対象が物から心に移り、後にイギリスの中英語 Disport になる。Disは否定・離れるの意で、portは今日「港」と訳されるように荷物を運び出すところ。スポーツの本来の意味は、心の重荷を離れたところに運ぶ、つまり心重々しい日常から離れて、非日常の晴れた心の状態になること。

日本の場合、学校ではスポーツは教えるが、スポーツの意義まで教えるところは少ない。例えばサッカーやラグビーに「オフサイド」というルールがある。最前衛にボールを出す時に、サッカーであれば敵のチームの2人以上いるところにしかボールをパスしてはいけない。ゴールキーパー1人と、最低でももう1人相手がいる位置より先にパスを出したらルール違反となり、その時点で審判がボールを取り上げて相手方の攻めに移るという規則になっている。



村野政章
JAIT代表
内閣府NPO法人
アースアズマザー副代表



辻野将之
食事療法士
鍼灸師・柔道整復師
㈱SoRo代表取締役



長谷部茂人
長谷部式健康会代表
NPO法人日本ホリスティック
医学協会常任理事

いろいろな出展・プレゼンもあるよ!

*申込み・お問合せは下記まで

どうしてオフサイドがいけないのか?これはサッカーの起源に由来している。ちなみにサッカーと呼んでいるのは、日本とアメリカぐらいで、世界標準はフットボールという。アメリカはアメリカンフットボールがあるので、それと区別するのに都合がいいわけです。

その昔、丸い玉は特別なものとして扱われていた。なぜかというと、天に輝く月や太陽が真ん丸だから。地上には真ん丸のもののがなく、天だけのもの。そういう解釈だったわけです。

崇高な丸い玉を奪い合う競技、これがフットボールだったので。中世の頃は、豚の膀胱を膨らませてボールにする。それを村中総出で、時には500人以上の人们が、練りをつくって取り合いをするんですね。手で運び合ったのが後のラグビー、足で蹴ってしまえとなつたのが、後のフットボール。それでも大勢で行いますから、なかなか勝負は決まらない。時間をかけて戦うというのが良かったんです。

それで最前衛に、しかも敵が誰もいないゴール前へ、待ち伏せた見方にポンとボールを渡してしまったらどうなりますか?一瞬で勝負がついてしまう。そんな攻め方は卑怯だ!大勢が参加して行う行事を、卑怯者の抜け駆けで、勝負が決まるなどというのは許されない行為だ。これがオフサイドルールなんですね。

カーレースのことを、モータースポーツということがある。表彰台にのった優勝者のシャンパンファイトをご覧になった方もおられると思う。レースが開催されるときは、会場はいつも人だかりの山になる。あのシャンパンは、レースの前にも集まった仲間たちに、料理とあわせて振舞われたりもする。いざレースが始まると、先ほどまで大きな鉄板で料理していたお兄さんが、ピットのストップボード担当だったりする。選手もスタッフも観客も、渾然一体となって楽しむ。そういうところが、モータースポーツと呼ばれる所以である。

そろそろお気づきになられたのではないかと思うが、スポーツというものは大勢で楽しむもの。日頃の憂さから離れ、非日常を楽しむ解放が第一義なんです。だから、スポーツは運動競技に限らなくてもいいという解釈もできる。最近では、ダーツやチェスをオリンピック種目にしてしまうという動きもある。チェスが良いんだったら、将棋は?マージャンは?となる日が来るかもしれない。

近頃、政府の事業仕分けで、オリンピック事業の予算が削られるらしく、連盟は「強化選手の育成に影響がでる。このままだと次のオリンピック対策が“パア”になる」と騒いでいる。スポーツジャーナリストという立場があるので、私も複雑な心境ではあるものの、根源的にはもう少し別な対策が必要ではないかと感じている。

スポーツ王国オーストラリアの成功事例を紹介したいと思う。オーストラリアはスポーツ大好き人間が多い。と言うのも、スポーツをする場所や時間の工面が上手い。大人も子どもも、みんな一体となってスポーツで遊んでいるという風潮が出来上がっているんですね。必然的にスポーツ人口が増える。応援するスポンサーだって増える。裾野が大きくなれば、強いやつもどんどん現れる。そうすればオリンピックでメダルを取るレベルの選手も増えてくる。

もう今月ですかね。日本の国際女子マラソンは、現在、こんなことやっているのは日本ぐらいのんじゃないですか。世界のマラソン大会は、健常者、障害者、男性も女性も、みんな参加して走るのが常識になっている。中にはインラインスケートを履いて滑っているやつもいる。とても開放的な雰囲気で行っている。

未だに「強化選手に絞ってメダルを…」と言っている日本。スポーツに対する考え方を、そろそろ方向修正する時期にさしかかっているのではないかだろうか。

●申込み・問合せ先 〒491-0905 愛知県一宮市平和1-2-13 長谷部式健康会

TEL 0586-46-1258 FAX 0586-46-0367 E-mail kenko@world.interq.or.jp