



# 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。『体質別』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-メール hello@hasebe-kenko.com  
URL https://hasebe-kenko.com/

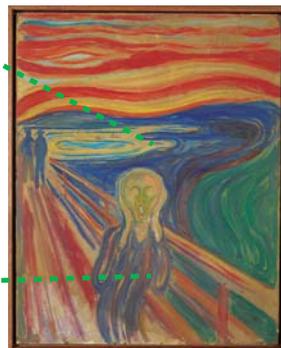
## 見方、考え方が変わる!?

### 変えられるのか!変わるのか!

# キテマス



拡大



ムンクの「叫び」

### 変わる・・・人生

少し前になりますが、2015年6月29日放送「しくじり先生」に出演されたMr.マリックさん。中学生のときから手品に魅せられ、大人になってからアメリカでの修行やマジック世界コンテストで優勝するなど、華々しい活躍で順風満帆かと思うと一転、当時ユリ・ゲラーのスプーン曲げが大流行。世間の話題は、「超能力」こそ本物で、「手品」はニセモノとういうような目で見られるようになる。それが転機で、「ハンドパワー」が生まれ大ヒット。今度は手帳に隙間がないほどの仕事で超多忙に。

ところが当時中学生だった娘(LUNA)さんがグレてしまいます。奥さんからもダメだしが…。精神的に追い込まれたマリックさんは、顔面麻痺を患い「パピプペポ」が言えなくなる。仕事もなくなり、家族は離れて…。



そこでマリックさんは日本を離れロサンゼルスに行く事を決意。現地でマジックショーをすると「超能力者だ」と評判に。自信を取り戻したマリックさんは日本に帰国。名前を改め栗間太澄(くりま・たすみ)として再デビューすることに(逆から読むとMr.マリック)。

今度はマジックにユーモア笑いをとり入れて徐々にお客さんが増えてきた。「初心に帰ろう!」リバイバルヒットの名前も元に戻してMr.マリックへ。

### 叫んでいるのはどっち?

西洋近代絵画の巨匠、エドヴァルド・ムンク(1863-1944)。世界で最もよく知られている名画の一つ「叫び」を描いている。もう一つ、彼が描いた「赤い家」という以下の作品。近所の中学生でも書けるじゃないかと思ってしまうほど、私には絵の才能がない。

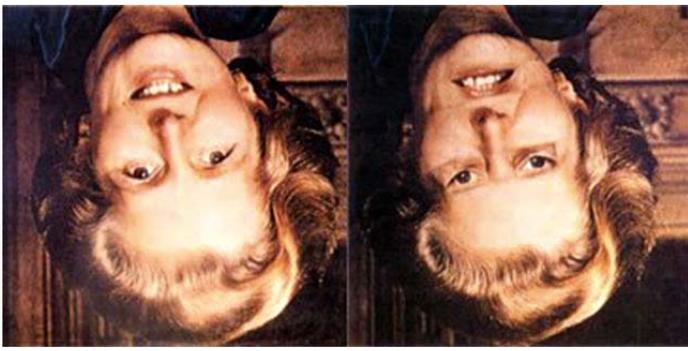
画の中の男性は、赤い家が彼に対する脅威から離れる為、曲がりくねった道を逃がっている様子。

赤い家は、葡萄か葡萄科の蔦で被われている。当時、ムンクは親密な恋人関係にある女性がいたが、結婚話のもつれを非常に恐れていた。そのような心境が表現されているといえます。

ムンクは自分の心境を絵で表した。そこで作品「叫び」です。橋の欄干に立つ宇宙人みたいな人。腰をくねらせて叫んでいる。しかし、あるいは周囲の空や風景の歪みから想像すると、誰かがひどく叫んでいて、驚きの表情とともに耳を押さえているようにも受け取れる。

ムンクは何かに対して「叫び」を催す心境だったのか? それとも身近な誰かの「叫び」に震えていたのか? みなさんはどう思いますか?





### 見る角度によって・・・

上下を反転させた倒立顔において、局所的特徴の変化の検出が困難になる現象を「サッチャー錯視」という。この錯視は、イギリスの元首相マーガレット・サッチャーにちなんで命名された。これは、彼女の写真を用いたとき錯視が顕著にあらわれたことによる。この錯視はヨーク大学のピーター・トンプソンにより作成された。

以上、ウィキペディアより

現在、この文章を読んでいる人は、上の左右の写真がサッチャーさんと識別できるはず。普通にどちらも。逆さまにして見てください……。とんでもなく見えます！

普段何の気なしに見ているものを、「普通」に感じている。正確にみるのではなく、特徴だててみている。その特徴に違和感がなければ、それは普通に見える。その特徴は自分にとっての特徴、つまり相手ではなく自分が作りだしているものといいいかえられます。



### 亀は兎よりも速いだけじゃない!?

童話「うさぎとかめ」の物語り。このイソップ童話は四百年以上前の室町時代に日本へ渡り、翻訳した伊曾保物語などで語りつがれています。動揺「うさぎとかめ」の歌詞をみてみましょう。

♪ もしもしかめよかめさんよ  
せかいのうちに おまえほど  
あゆみの のろいものはない  
どうして そんなに のろいのか

足の速い兎が足の遅い亀を「どうしてそんなにのろいのか」と見下しています。その次、この歌詞の2番が問題なんです。

♪ なんと おっしゃる うさぎさん  
そんなら おまえと かけくらべ  
むこうの こやまの ふもとまで  
どちらが さきに かけつか

競争しようと言い出したのは、なんと**亀**です！  
あゆみののろい亀が、足の速い兎に競争して勝てるはずはありません。まさか、兎が途中で昼寝してしまうことを予見している？または兎を催眠術にかける能力があるとも思えません。

童話は子どもに対する訓話だからつくり話なんだよ！と言われればそれまでですが、先年、タイでこの「うさぎとかめ」のリアル徒競走が行われました。



記事では、「スタート地点からコースの真ん中辺りまで、ウサギがピョンピョンと駆け寄り、カメを余裕で追い抜いてしまった。「あ〜、やっぱりウサギには勝てないか……」と思って見ていると、キョロキョロしだしたウサギがストップしてしまっただけではないか。すると、休むことなく前進を続けていたカメがウサギを追い抜き、なんと先にゴールイン!! 現実の世界でも、まさに寓話のような予想外の展開となったのであった」

現実世界でも亀のほうが速かったわけですから、「兎のほうが速い」は私たちの思い込みによるものかもしれません。

### ノーベル賞に思う

2018年、京都大学の特別教授である本庶佑(ほんじょ・たすく)博士がノーベル医学生理学賞を受賞されました。本庶博士は、体内の異物を攻撃する免疫細胞の表面に、「PD-1」という免疫の働きを抑える分子を発見。この分子が、

**がん細胞に対して働くのを妨げて  
免疫ががんを攻撃し続けられるようにする**

画期的な薬が開発され、複数の種類のがんで使われている。

チェックポイント阻害剤の生みの親  
本庶 佑 博士



「免疫」とは？「病気から免れる」という意味が込められています。病気といえば、まず最初にばい菌やウイルスなどで起こる感染症を挙げなければなりません。

免疫はそれらから身を守るために、外敵を排除する働きを持ちます。からだは外敵の侵入を防ぐために、からだに入ってくるもの全て、「敵であるかないか」をチェックします。そうして敵、不要物のみ排除します。チェックして「必要・自分・見方」と定められれば、そのままに。「不要・異物・敵」と判断されれば排除へ。

排除してはいけないもの、自分・必要物を排除したり、攻撃しては困ります。そういうことで「PD-1」という分子が準備されているようです。

がん細胞は正常細胞由来なので、PD-1に対する抗体を持っています。本庶博士はその抗体よりも先回りして免疫細胞上のPD-1にくっついて蓋をする物質を造ったのです。それがオプジーボの原基です。



もう少し演劇風に説明します。通常は、がん細胞が近寄ってきた免疫細胞に対して「オレは敵じゃないよ。攻撃しなくていいぞ！」というサインを告げる。そのために、せっかくがん細胞の傍まで来た免疫細胞なのに、素通りしてその場を離れる。そうしてがん細胞はぬくぬくと大きくなるという仕掛け。

本庶博士の発見は、からだに備わる免疫とがんとの関係にメスを入れて、本来持合わせる既存の免疫力でがんを叩こうとするもの。それがノーベル賞受賞につながったのです。

そこで冷静に考えてみてほしい。ということは、がんを治す力はすでに自分のからだの中であって、がん細胞がその力を遮っているので治らなかったのか!?チェックポイント阻害剤オプジーボ以外に、治す力を引き出す方法があれば、がんは治るという理屈にも受け取れます。



## 「代替医療でがんは治癒する」と4割が回答、米調査

2018.11.23配信、ヘルスデーニュースから

①米国人の10人に4人が代替療法でがんは治癒すると考えていることが、米国臨床腫瘍学会が実施した意識調査から明らかになった。

②調査では、米国民の多くががん患者に対してはオキシコンチンなどのオピオイド系鎮痛薬の使用を制限する規制に反対しており、医療用大麻の使用を支持していることも分かった。

③そのほかにも回答者の57%が「がんと診断された場合の心配事は、主に家族の金銭的な負担や治療費」と回答しており、死に対する恐怖やがんに関連した疼痛、苦痛よりも金銭的な負担の方が大きな不安をもたらしていることも明らかになった。

<http://www.carenet.com/news/general/hdn/47030>



調査は約4,900人の18歳以上の成人を対象に実施された。そのうち約1,000人はがん患者または経験者だった。

まずは①について。標準治療を受けたがん患者と比べて代替療法のみを受けたがん患者では、がんによる死亡率が大幅に高いことが示されているにもかかわらず、回答者の39%が「酵素療法や酸素療法、食事療法、ビタミン剤やミネラル剤でがんは治癒する」と考えていることが分かった。

このことは③にも根拠づけられるのですが、アメリカではがんだけでなく病院での治療費がべらぼうに高い。高度先進医療を1年間行って日本円換算で数千万円～1億円を低所得者がキャッシュで払えるはずがない。自己責任の国だから、がんにならないように努めるのは「自分の責任」として考えている。それで病気になったら、やはり「自己責任」で解決するしかない。おのずと自分でできる、選択可能な代替療法を病気になる前から意識しているはず。

②について。医師が、がん患者を麻薬患者にするのは避けたいと考えるのは道理というもの。他方からも、治らないがん治療を施しながら麻薬患者をつくるのは倫理上も問題ではないかと考えられます。

そして医療用大麻。そのような自然に生えて育つだけの「草」が使われたら、医師のメンツも製薬会社の利益も脅かされます。

③について。医療制度オバマケアが今、裁判になろうとしています。アメリカでは、健康保険も自分でかけるもの。「病気になったら病院へ行ける」保険は、一人あたり日本円で月に6～7万円ぐらい保険料を払わないといけません。家族で10万円強、月々払えますか？高度先進医療をオプションにつけると、保険料は一体いくらになる!?

がんにならないよう自己管理するしかないと考えるのは必然の成り行きです。制度が、社会が、周囲がそうさせているのです。



前号、前々号でもお伝えしたように、日本では現在進行形で医療費の自己負担率、負担額が高騰する方向です。病気になりたくてなっている人、病気になろうと考える人は、今も昔もいません。

「キテマス」とMr.マリックさんに周囲が言わせれば超能力者になり、「本当は手品です」と囁くと詐欺師扱いされる。ムンクが自分の心境を絵にしたと思われる「叫び」も、もしかすると周囲の叫びに恐怖していただけかもしれません。

勝てそうにない兎に対して、挑戦した亀になったつもりで「それならば・・・」と強気を押ししてみるのも、時にはイケるかもしれません。



◆DVDビデオ「免疫力の真価～病気にならない免疫生活のすすめ」 定価 4,000円

講師 安保 徹(新潟大学医学部名誉教授)

免疫学者で免疫応答CD57の発見者。自律神経と病気との関係を明らかにしました。からだ本来がもつ免疫力を活性化して病気に打ち克つ体質づくりをやさしく解説します。



◆DVDビデオ(2枚組)「魂の医療～いのちの本質」 定価 5,500円

講師 長堀 優(育生会横浜病院院長)/大門 正幸(中部大学教授)/萩原 優(イーハトーヴクリニック院長)/帯津 良一(帯津三敬病院名誉院長)

「霊性に根差した生き方」「退行催眠」が明らかにする魂の世界」「心・魂の医療とは?」「大ホリスティックな生き方」「パネルディスカッション～魂の医療」



◆DVDビデオ(2枚組)「ポリヴェーガル理論から学ぶ健康の鍵～自律神経の新しい見解」 定価 4,500円

講師 小笠原 和葉(ボディワーカー、意識・感情システム研究家)/溝口あゆか(心理カウンセラー・セラピスト、JMET代表)

健康のもっとも重要な鍵ともいえる自律神経。ボディの視点から「背側迷走神経」と「腹側迷走神経」という2種類の自律神経の見解を解説。うつや引きこもり、愛着障害など心の症状を理解し効果的なセッション紹介。

