

保険証一枚ではり・きゅう・マッサージを受けたい

医療を考える会 会報

発行元:NPO 法人 医療を考える会

住所 渋谷区代々木 2-39-7 メゾン代々木 201 号

TEL 03-3375-6151 / FAX 03-3299-5275

メール iryo-kangaeru@waltz.ocn.ne.jp

ホームページ <http://npo-iryo.org/>



多摩森林科学園に桜保存林を探索

山西 俊夫

今年の NPO 活動の会員交流レクリエーションとして、多摩森林科学園でのお花見・散策を実施しました。3月27日(日)AM10時半に JR 高尾駅北口に集合しました。

あいにく花冷えで気温の変化が激しく花粉症が盛りの時期の為、参加人員は 9 名と少数精鋭でしたが、駅から 10 分程歩いて森林科学園に着きました。入り口では案内係の人から桜はまだ咲いていませんと言われてがっかりしましたが、山へ入っていくと彼岸桜が所々に開花しているのが見えてホッとしました。早咲きの桜は満開でしたが、日本全国の主要なサクラの栽培品種や名木、天然記念物などの接ぎ木クローンが、約 300 種類、1,500 本も植えられていることを考えれば、この時期は花見というよりはサクラの探索と言った方が適切かもしれません。昼近くからは晴天となり陽光も強く感じられて、みなさんたまたま防寒具を脱いで歩きました。はるか平安時代から栽培されていたといいますからサクラが日本人の心に浸透しているのもムベなるかなです。4月の開花期には山一面が桜一色に覆われて豪華絢爛な様が窺われますが、ぽつぽつと咲いているこの時期も、早咲きのサクラが返って貴重に目に映り、人手が少ない分空気がおいしく感じられて結構楽しむことが出来ました。



森の科学館では日本のサクラについて説明会があり興味深く聞き入り、サクラについてちょっぴり知識を増やすことが出来ました。世界にはおよそ 100 種のサクラの仲間が報告されており、日本には 10 種の野生のサクラが分布しているそうです。これに中国産のカラミザクラを加えた 11 種が江戸時代以前から日本で見られるサクラとのことでした。

最後に参加者で自己紹介をし合い、記念に集合写真を撮りました。都会を離れた多摩の森林をハイキングできたことはなによりの収穫でした。みなさま本当にお疲れ様でした。

会員交流レクリエーションに参加して

森 みさほ

多摩森林科学園の入り口近くで早咲きの桜が迎えてくれました。中に入って左に折れた木立の下にはカタクリの花の小さな群れの可憐な姿があり、思わず“ワァ”と感嘆の声をあげてしまいました。園内には多くの種類の桜があり、珍しい品種、初めて見る花、名札により出身地が分かったりと興味深々です。満開の時期には早かったので、園内は人影も少なくゆっくりできました。他の樹々も芽吹きの子節で新芽が美しく、森全体がエネルギーに溢れておりました。

10人足らずのグループでしたので、昼食時の交流、散策途中のおしゃべり、全ての方と言葉を交わすことができました。皆さまそれぞれ信念と情熱を持って生きているのを感じました。施術者だけでなく、患者さんと伴にという双方の信頼しあう姿を目にし、森を、樹をと参加した私ですが、皆様に接し、出会え、何よりの収穫でした。

9歳になる少年健太君、彼の参加で楽しさと笑顔が倍増でした。ありがとう。前に後に元気いっぱい飛び回り、なごやかにしてくれました。又、健太君のお母さまのクッキー、本物の味、びっくりするほど美味しくて。原発事故後、おやつは手作りにされたと聞き、嬉しくなりました。

医療を考える会の春の散策

萩原 駒代

まだ冷たい空気の残る春の陽気。東京とはいえ八王子は空気が違い開き始めの桜が冴える。

医療を考える会の春のイベントにはここ数年参加させていただいていますが、この職種は体が起こせる限り現役で、何かと雑用も多く、行きたいと思っても中々時間が作れずにいる所が多いのですが、そんな気になる所に毎年趣向を変えて案内して下さっており感謝です。

一般社団法人 鍼灸マッサージ師会代表理事の高橋さん、事務局の山口さん、NPO理事長の山西さんまでご多忙のところいらっしゃっており、普段ゆっくりすることが出来ない顔ぶれで眺める山桜はより味わいを深くしていました。

桜の原種やルーツの話しも聞きながら開き始めの全国様々な品種の桜のなかを思い思いに歩き、咲く場所によって色を変える景色を楽しみました。アメリカに渡った桜もここから贈られたのだそうです。それにしても貴重な樹木の保存を大切にしているこの園で、立ち枯れが目につくことは心残り、更なる原動力になってしまおうところが玉にきず。治療の世界は中道が何よりも大切ですが、限界を超えなければ得られない世界もあるのも事実。

お弁当を広げて皆で食べて、特に大きな話題ありませんでしたが、帰りには全員より穏やかな表情になっていました。息子も一日ご機嫌でした。また来年も楽しみにしています。



相葉先生の思い出



山西 俊夫

相葉先生が3月20日、83才で旅立たれました。甥の松田さんにお聞きすると先生らしく武士らしい潔い最期だったと言います。思えば相葉先生ほど豪放磊落な日本人を見たことはありません。

相葉先生は十年間、NPO「医療を考える会」の初代理事長を務められました。先生との出会いにも「縁」を感じます。私自身40才でC型(当時は非A非B)肝炎を患いまして西洋医の治療を受けていましたが、薬効に不信感を抱きながら悶々とした会社員生活を送っていました。その時に高校時代の同級生で重度の腎臓病を患っておられた女性から「黒田式光線治療」なるものが効果があると知らされました。藁をもすがる思いで新大久保にある(財)光線研究所附属診療所を訪れました。一度に5台の機器で光線治療を受けました。当時の診察券の日付を見ますと昭和60年12月21日になっていますので今から30年前になります。疑心暗鬼ではありましたが、受療後の何とも言えぬ気持ち良さが西洋医療では経験したことがない身体の組織を蘇らせる不思議なパワーを感じました。

その後54才で車の衝突事故に遭遇し、家内の友人からの紹介で、初めて成瀬の清水一雄先生を訪れました。「自然治癒力」なる言葉を耳にしたのは先生の説明が初めてでした。何回か通う内に先生の真摯な勧めを受けて、東洋医療には健康保険が適用されない実態に怒りを感じ、患者の立場からお手伝いが出来ればと当会の運動に参加することになりました。

そして、相葉先生が鍼灸治療に黒田式光線治療を組み合わされていることを知り、「縁、だなあ」と感じた次第です。

ある日、相葉先生はご自身の病(胃癌、皮膚癌、糖尿病、狭心症、肝機能障害、前立腺肥大)を独自に編み出した治療法で治していると説明され、下腹部のこぶし大もある腫瘍を見せてくれました。東洋医療と西洋医療にはそれぞれ長所があり、両者を併用してこそ理想的な医療ができる、この自分の身体が証明しており内科医も認めて今ではファンになっている、95歳まで診療を続けて難病で悩める人を救いたい、それがお国の為というのが先生の口癖でした。

ご両親をいずれも還暦前に亡くされた早世の家系で育った先生御自身もまた難病との闘いでした。そしてご自身の創出した治療法のすごさに真髓されていた端正なマスクを拝顔すると、やることはやっとなとさわやかさが伝わってきました。

相葉先生、先生の御遺志を継いで一同精一杯頑張りますのでどうか安らかにお休みください。

巨星墜つ。合掌。



相葉先生に勇気をもらいました

た

田中 榮子

去る3月20日、『NPO法人 医療を考える会』元理事長、相葉計佳^{あいばかずよし}先生が永眠されました。

先生がこの世からいなくなったなんてまだ信じられない気持ちです。あの勢いのある大きな声で「道にはずれたことを正さなくちゃならない!!」と、鍼灸マッサージ、伝統医療が健康保険に正当に適用されないことを、厳しく怒っておられました。

患者さんと一緒にこの運動を進める『NPO法人 医療を考える会』をつくろうとなった時は、いち早く代表を引き受けられました。

西洋医療で見放された癌患者さんや、難病の小脳変性症等の患者さんを鍼灸・光線療法を根気よくなり、皆さんの回復に心血を注がれました。交通事故に遭い、担当医から「一生廃人のままかも」と言われた青年の治療を一生懸命続け、治癒へもっていかれた時は目を見張りました。その後その方は、希望されていた鍼灸国家資格も取られたのです。

ご自分で独自に編み出したお灸法、これも驚くばかり。中トラック一台分のもぐさを購入され、多くの患者さんに念の入った治療が続けられました。このように負けじ魂が強くなったのは、同業者の柔整師のやっかみにあい、濡れ衣を着せられるなど、つらい体験もあったようです。

相葉先生が心から願っていた鍼灸・マッサージ健康保険改善の運動を、残された私達は引き続き進めて参ります。相葉先生、本当にありがとうございました。時々でいいのですから、私達を見守ってください。

患者を、鍼灸師を、励まし続けた相葉先生



久下 勝通

残念ながら長い間、理事長としてがんばっていた相葉計佳先生が亡くなりました。

病の克服は鍼灸光線療法、医食同源で毎日の食生活が正しくなければ病気は治らない、玄米食に季節の野菜を食べる。早寝早起き、朝の散歩が大切だ。

いつも強い口調で繰り返し、繰り返し語っていました。

相葉先生は実行の人で、会議の席にも自分で持ってきた飲み物や玄米のおにぎりを口にしていたのを思い出します。



(平成 18 年 6 月 設立総会で挨拶する相葉先生)

相葉先生の治療は、全身的なはり治療に温灸、そして光線治療と先生自身の体験と治療の体験を重ねる中で生み出した独特な治療です。温灸も小さなピンポン玉くらいに艾を丸めて、腹部と腰部を中心に患者さんの反応を聞きながら温める治療です。光線治療も足の裏から頭部まで患者さんの病状をききながら、それぞれ4～5箇所へ光線を15分程度照射する治療でした。



(平成 19 年荒川マラソンボランティア参加の相葉先生 左側)

これだけ丁寧な全身治療が患者さんの活力引出し、その患者さんの変化が相葉先生のエネルギーを生み出したのだと思います。相葉先生は、はり・きゅう治療が良いこと、鍼灸光線療法が良いということ、患者さんにいってもらわなければ国のやり方は変わらない。

だから、患者さんに健康保険で受けられるようにしてもらいたい、という文書を書いてもらうのだということも繰り返し話していました。この問題でも実行を貫いた方で、ときどき見せてもらっていましたが、患者さんの思い綴る文書の束

地域活動

が残されています。個性ある大切な先輩を失いましたが、そのころを引継ぎたいと思います。

武井 百代

昨年より、会員の山口充子さんに協力させていただき形で狛江市の上和泉地域センターにて第四土曜日午前中にツボ健康体操教室を継続実施させていただいております。

参加者は4名くらい（目下メンバー募集中です）。

“普段、自分の体に自分でできることを持ち帰っていただく”ということを中心に、簡潔で分かりやすい内容を考えて組んでいます。

だいたいの流れとしては、最初にペットボトルにお湯をいれた温熱で下肢陰経から陽経・腹部・上肢・肩・首の流れで温めながら、近況を話しながら参加者のお互いを知り、日常の問題点や必要なことを共有してもらいます。

次に、時期や気候を考えたテーマ（風邪、花粉症、寒さ、気候変動、胃腸障害、など前回は元気が出るツボで太衝、太谿、三陰交、関元、曲池をあげました。）に沿って5つのツボリストレジメを武井が用意し、簡単にツボの手ほどきをして参加者の方にお互いにツボを取り合ってもらいます。親睦と、自分の体だけではなく他人の体を触ってみることで、手でツボを感じ家族の方にも行ってみるのがやりやすくなります。

ひと休みしたら体操をざっと一時間ほど。腹式呼吸、股関節肩関節体幹の柔軟性と筋力を促すヨガとバレエの簡単な動作を組み入れた体操を、タオルなども取り入れてゆっくりと行います。最後に頭と手指を使ったじゃんけんもどき体操で締め。

特別ではなくやりやすく、普段自分でもできそうな身近なセルフケアに興味ある方は沢山いらっしゃいます。年齢60代から80代の方で、元気で体の痛みや動きにくい動作が増え、廃用性の方向に進み始めていたり、ケガをしてしまうリスクを抱えている方たちに、治療として向き合う場以外に一緒に問題点を聞きながら解決の方法を考えながら実施できる貴重な場をいただき、とても感謝しております。

今後もより努力しながら、いい場と有効な情報を提案できるよう努めてまいりたいと思います。



～厚生労働省への要請行動～

日時：平成28年4月27日 14:00

場所：厚生労働省

参加者：坂田哲也（健康保険ではりきゅうマッサージを受ける国民の会 事務局長）

藤岡東洋雄（協同組合兵庫県保険鍼灸師会 理事長）

高橋養藏・清水一雄・松尾洋子・松本泰司（一般社団法人 鍼灸マッサージ師会）

久下勝通・田中榮子（NPO法人 医療を考える会）

この要請行動は、藤岡氏が地元で協力を得ている衆議院議員、大串正樹氏（自民党・厚生労働委員）に、厚労省との話し合いを設定してもらい実現したものです。

以下の項目についての要請を行いました。

- 1.あん摩マッサージ指圧、鍼、灸の施術料金を実勢価格の適正料金に引き上げること。再検料600円を設けること。
- 2.同意書、再同意、一般医科との併用禁止、鍼灸6疾患の原則限定、保険者との協定の禁止等、法律の根拠のない通知を取り消すこと。
- 3.複数疾患の出来高払いを認めること。
- 4.熊本地震被災地のはり灸マッサージの同意書、再同意を不要とすること。1割～3割負担を免除すること。
- 5.はり、きゅうの国を挙げての研究をすること。



(右列奥から：松本、清水、大串議員、藤岡、高橋、坂田、田中各氏)



健康の基本 **食べ物と食べ方**

高齢化がすすむなかで「最後まで元気に生きたい」という願いはだれにとっても切実です。

日本の健康保険は、国民だれもが医療を受けることができる制度として、世界的にも評価されていたのですが、医療も介護も保険料の引き上げや患者負担の増加が繰り返され、しかも、入院の制限やリハビリ治療の制限など、患者の実情、病状を無視した医療給付の制限がすすんでいます。

さらに、健康保険による医療の内容が問題です。現代の医療の問題点を指摘する声は日増しに大きくなっています。

「くすりを止めれば病気が治る」とか「健康でいたいなら医者からはなれる」などという表題の本がたくさん出版されています。

「医原病」という表現もあるように、慢性疾患が中心の高齢化社会の日本において、健康保

険で給付される医療、検査や薬やワクチンには病気を治す効果がないだけでなく、病気を作り出しているという指摘がなされています。

医療の充実のため、各国で西洋医療だけでなく、自国の伝統医療や代替医療を取り入れる統合医療推進の方向がとられています。

しかし、日本の健康保険による医療は、自国の伝統医療さえも認めず西洋医療だけです。

国民の要望から、医師の8割は漢方薬も処方するという状況のようですが、顆粒剤だけであり、東洋医学的な診断にもとづく処方はないのでしょうか。

高齢化社会、東洋医療否定の医療の見直しが求められています。まず、患者の意志で、はり・きゅう治療、あん摩マッサージ指圧治療も健康保険で選べる制度へ改善が急がれます。

～生きることは食べること～

なにをどのように食べるのか

病気の予防、病気にならない身体づくりについても国民の関心は高く、食べ物について盛んに論じられています。

テレビの宣伝をみていると、老化の防止から体調改善まで、あらゆる問題に対処する薬や食べ物や健康補助食品が、栄養学で飾られて現れます。

しかし、現代医学の栄養学でいう、栄養豊かな食品が広がるほど癌が増え、アレルギーが増えているのです。栄養学では改善しない病状が つぎつぎに増えているのです。

食と健康の古典

病いは食から 「食養」 日常食と治療食

著者 田沼 勇 (医学博士)

出版社 農山漁村文化協会(農文協)

定価 1440 円

<1>食がわかる病いと健康

- 1.現代の「養生訓」-食本主義
- 2.人間はどんな動物か-穀食主義
- 3.ほん訳栄養学を信ずるな-風土食論
- 4.ほんとうの「自然食」とは何か-一物全体食論

5.人によって食べものは違う-陰陽調和論

<2>食養の実際-その日常食と治療食

- 1.「食養」による料理のつくり方
- 2.「食養」による治療の基本と症例

<3>自然食運動の歴史と系譜-石塚左玄と

「食養」の運動

むすび=真の健康を実現するために

東洋医学の立場から考える食べ物

そのため、東洋医学の立場から健康な食べ物を追及する「食養」の考え方が注目されます。

貝原益軒の「養生訓」という本が江戸末期に書かれていますが、解説書もいろいろだされており、ご存じの方も多いと思います。

健康に生きるための生活の基本を示した一般庶民むけの本ですが、東洋医学の考え方にもとづく食べ物や食べ方についても明らかにされているのです。

明治に入り、養生の考え方を受け継ぎ、正しい食べ物だけが命をはぐくむ、正しい食べ物とは何か、という研究を進めたのが医師の石塚左玄です。

この医師を中心に正しい食べ物、食べ方を普及する運動がはじまり「食養会」が明治 42 年に誕生しました。

食養会は日本が突き進んだ戦争のため活動が中断したのですが、昭和 28 年には「日本食養の会」として活動を再開し、現在も継続されています。

「病は食から」は食養についての基本的な考え方の解説書であり、さらに、日常食はどのような物をどう食べるか、治療食はどのような物をどう食べるか明らかにされています。

この著書は 1978 年 4 月第一刷が出版され 2001 年 7 月で第 20 刷となり、私が購入したのは 2010 年 9 月のワイド版第 2 刷です。

確実に版を重ねて読み継がれている本ですから、食養を知るうえで参考にできます。

食養 5 原則にもとづいて食べ物を正すことが健康への対応であると詳細に展開された著作です。ぜひとも読んでいただきたい著書です。

養生—食養の五つの原理

食用の 5 原則として示される中で、とくに食べ物を考えるうえで大切だと感じた点を抜き出しました。

1 食本主義

2 穀食主義

いしづかさげん

食養の始祖石塚左玄は、人間の歯、あごの形、噛むときの運動から「人間は穀食動物である」と判定。人間の歯は門歯 4 本、犬歯 4 本、臼歯 20 本であり、20 本の臼歯は穀物をすりつぶすのに適している。

さらに、穀食動物である人間の唾液には、澱粉分解酵素プチアリンが含まれている。これは他の動物には見られない。

同じ穀食動物であるが、米作の日本、小麦や大麦のヨーロッパそれぞれ地域の特色により、そこに暮らす人間が、その土地その土地で先祖代々食べてきた固有の食べ物こそ、健康を作り出す天食である。

日本人の天食を忘れ、世界各地の食糧品や料理に溺れることは病気の原因となる。

3 風土食論 しんどふじ (身土不二)

食養の始祖、石塚左玄の指導原理の一つが、身土不二の原理である。身体はそのおかれている風土とは決して別のものではない。

「風土、気候、地形によって食物も異なり、生活も異なるのだから、みだりに他国の食習慣をまねたり、舶来の珍味を食べてはいけない」



「その土地、その地方に先祖代々伝わってきた伝統的食生活は、それぞれ意味があるのだから、その土地にいったなら、その土地の食生活をまなぶべきである。」(石塚左玄)

「季節のものを食べ、はしりものや時期はずれの物を食べてはいけない」(石塚左玄)

その土地でその季節できる新鮮な食べ物に命を養う力があるという考え方です。

交通機関の発達、保存方法の発達などにより世界中の食べ物が、いつでも、どこでも手に入るようになり、身土不二の原理が無視されるために、新しい病状が広がっているのです。

4 .一物全体食論

(ほんとうの「自然食」)

「健康をうるためには、皮をむいたり骨やはらわたを除いたりしないで、生きているもの全部を食べなければいけない。食品に陰陽の別はあっても、生きているものはすべて、それなりに陰陽の調和がたもたれているのだから、部分を食べたのでは健康長寿は望めない。」

玄米が本来の食べ物で白米はかす、白砂糖は有害である。

5 ^{いんよう}陰陽調和論

体質の違いにより必要な食べ物は違ってくる。陽性の人は陰性の食べ物、陰性の人は陽性の食べ物が必要なたべものである。



署名活動

今後の予定

日時：5月15日（日） 13：30～

場所：北多摩中央医療生協調布支部（京王線 調布駅 南口 徒歩5分）

*総会会場 教育会館に訪問します

上記にご挨拶と署名の要請に伺う予定です。お時間のある方、是非一緒に参りましょう。参加できる方は、待ち合わせ場所などをお伝えしますので、事前に事務局までご連絡をお願いいたします。

03-3375-6151

*東京社会保障推進協議会へも訪問の予定でしたが、都合が折り合わなかったため、協議会の要請により署名用紙100枚と署名趣旨文を送付いたします。

実績報告

NPO 法人医療を考える会顧問の相葉計佳先生が逝去され1ヵ月が過ぎました。「会」発足前から岸イヨ裁判にも署名を集め奥さんには裁判の傍聴に参加していただいた姿を何度もお見受けしましたが、鍼灸のすばらしさを熱弁され光線療法ががん克服に大きく効果を発揮すると患者さんに確信をもって治療をされていましたが志半ばで山西俊夫氏に理事長を託して逝去されました。先日、先生の甥御さんに当たる松田陽一氏が施術所を整理する中で83筆の署名を見つけて事務所に届けてくださいました。改めて患者さんの一人一人に署名を訴えて集められたことの思いが記されたものと受け止めさせていただきました。

相葉先生長い間有難うございました！（山口充子）

平成28年4月末現在 **11,337 筆**（当会に寄せられた署名の到達点）