

# 感動の物語として伝えたい！

## どんどん治って元気になってゆく感動の声を♪



鬼木代表

いつもフラフラして足どりがおかしい。頭もふらついて重い。考えることがまとまらない。ロレツがまわらず、しゃべり口調がハッキリしない。

ホームドクターは、加齢のせいだと言う。MRIを撮っても原因不明。認知症の前ぶれかも知れない、と不安がつゆる毎日でした。

### こんなに早く身も心も元気になるとは思っていなかった

— 桜井やす子さん！お早うございます。健康堂のオニキです。

桜井 お早うございます。しばらくごぶさたしております。

— すこぶるお元気そうで何よりです。

桜井 ありがとうございます。毎日元気で暮らしております。先日、満80才になりました。

— そうでしたか、おめでとうでございます。お声がハキハキして、若々しく感じますネ。

桜井 ありがとうございます。そう言われるとなんだか嬉しいですネ。こんなに早く身も心も元気になるとは、正直思ってもいませんでしたから。

— 私たちも本当に喜んでます。そこで本日は、平成28年の4月21日から7月21日までの丁度、3ヶ月間毎週、岐阜県から新幹線で、東京お茶の水の身心健康堂まで、通いつづけて元気になってゆかれた感動を、話していただきたいと思って電話しました。

桜井 どこまで話しができるか分かりませんが、元気になった事実を話してみることになります。

— それで結構です。やす子さんが元気になってゆかれる経過を、そのまま感じたままを話していただければいいんです。お一人で東京へ行くことは不安ではなかったですか。

桜井 はじめて東京へ一人で行くことを、主人が心配して許してくれませんでした。何回もお願いしたけどらちがあきません。

「長生きしたけりゃふくらはぎをもみなさい」の本を読めば読むほど、健康堂へ行って施術をしてもらって、直接そのツボを教わりたい！という気持ちがつゆるばかりでした。

— よくご主人が、一人で東京へ行くことを許してくれましたネ。

桜井 許すも許さんもなく、気持ちの方がだんだん強くなって、東京行きを決行したんです。新幹線に乗って東京駅に着いたんですが、健康堂までの道順が分からず、それからが大変でした。ほうほうのていでやっとの思いで辿り着いたというわけです。

— そのときのことは、よく覚えておりますヨ。東京駅からもJR御茶ノ水駅からも、何回も電話をいただきましたから。その日はあいにく雨風が強くビショぬれでしたネ。

桜井 大変な思いでやっと着いてホッとしました。

— どんな病状、症状だったんですか。

桜井 頭もなんだか重く、考えることがわずらわしい。まとまらない。いつもスッキリしない。足はふらついて足どりがおかしい。言葉はハッキリせず、しゃべり口調がもどかしく、ロレツがまわらない。認知症は、このようにして進んでいくのかなあ、と思っていました。

ホームドクターに診てもらっても、原因は分からないと言うし。MRIを撮っても、原因

不明。不安な気持ちがつつの毎日でした。

ふくらはぎもみ療法を自分で、しっかりやれば良くなるかもしれないという思いが強くなって、東京行きを決心したというわけです。

- いま、実際元気になられて、何不自由もなく自立して生活ができるようになられたわけですから、勇気を出して健康堂へ来たことが、良かったということになりましたネ。その過程を簡単に話してください。

桜井 そんなこんなでやっとの思いで、健康堂の施術ベッドの上に横たわることができました。

その前に、院長の榎先生から、ふくらはぎもみ療法について話がありました。

- どんな話だったんですか。そのときの感動だけでも—。

## 外科では病は治らない、ふくらはぎもみ療法が病人を少なくする

桜井 ふくらはぎもみ療法を発見し確立された石川洋一先生は、有能な外科医であって、メスを捨てられた。それは外科では病気は治せない。ふくらはぎもみ療法は、未病、予防に役立ち、病人を少なくすることができる。という思いでメスを捨てられた。それ以来、ふくらはぎもみ療法一筋に30年以上も取り組まれた。この話にとっても感動しました。

その他、いろいろ話がありましたが、その感動だけは強く脳裏に残っています。

- 私もその石川洋一先生の思いには感動しております。その感動が、石川先生の志を継いで、いまも榎さんと共に協力してやっているわけです。

桜井 それでは、ふくらはぎもみ療法の実際について、話してみたいと思います。

男性の施術師の方が対応してくれることになりました。やさしい感じの人で、ソフトな施術がはじまりました。最初は、輻射温熱ドームに入って、全身を温め血行を良くするのが目的です。その感じは、サウナとはちがって“柔かいひだまり”に包まれたような、なんともいえない気持ちの良い気分で、眠くなるような感じでした。

- この温熱ドームは、いまでは病院やクリニックでも使われています。私の知っている胃腸外科医の先生が、外科病院を閉じてドームだけで、さまざまな病を治しているほどです。

それほど全身を温めることが、万病に効くという証明でもあります。つまり万病の元である冷え性を治し、体温が1度上るだけで免疫力が30%上昇することが分っています。

桜井 いいお話しですね。この先、私たちにも希望が持てますネ。

- お電話ですから、詳しいことは話せませんが、一つだけ大切なことを話させてください。

## 温熱ドームにしかない大切な役割とは

桜井 それは大変興味のある話ですネ。

- そうでしょう。この一点だけはどうしても、やす子さんに今伝えておきたいと思います。ここに温熱ドームにしか持っていない大切な役割があるんです。

桜井 それは関心がありますネ。ぜひ聞かせてください。

- 一言で言いますと、この温熱ドームは使い方によって、いろいろな効能があります。人の体内に沈澱しているダイオキシンや放射能、農薬や重金属などの毒素を、全身から出る汗と共に排毒してくれるということです。

桜井 そんなことができるんですか。体内をクリーンにしてくれるということですね。それはあ

りがたいことですネ。

- そうなんです。体内をクリーンにすることによって、60兆の組織細胞が活性化して、治療力が強くなって体が元気になるということです。先の胃腸外科の先生は、認知症も治った人もいますと言っています。このこともやす子さんは、体を通して実感されたのかもしれないネ。

それでは、ご自分の病・症状が変わって、良くなっていく経緯を分かりやすく話をしてくださいませんか。

桜井 それでは、ふくらはぎもみ療法から、話すことにします。

最初は施術してもらいながら、何となくふくらはぎの固さが、ほぐれてゆく感じでした。

確か2回か3回目に榎先生の「ふくらはぎもみ実習講座」に参加して、ここで本格的にもみ方が理解できたように思います。

それからは本気になって、家の中でしっかり毎日、自分のふくらはぎを自分でもむようになりました。その日によっては、何回ももむこともあったと思います。

- その結果どうでしたか。

桜井 もめばもむほど、ふくらはぎがほぐれていくような感じでした。それにつれて少しずつ体の具合がよくなってゆくような気持でした。そうすると人は、ますます本気になって一生懸命になるものです。

私の場合は実習講座に参加して、金スマに登場された榎先生のふくらはぎもみの指導（VTR）、石川先生のビデオを見ながら、ふくらはぎもみの実習をやったことが、よかったと思います。ここで、ふくらはぎもみ療法の理論と実技を学ぶことができました。

- どんな療法を実際やることによって、やす子さんの病・症状がよくなっていったんですか。

桜井 このころから面白いというか、東京へ行くことが楽しゅうて！楽しゅうて！生きがいのようになってゆきました。

はじめは、温熱ドーム＋ふくらはぎもみ療法の60分という具合でしたが、何回目からは、温熱ドーム＋温熱器による温熱療法＋ふくらはぎもみ療法という順序で80分。このころから毎週、体調がどんどん良くなってゆく感じがして、その喜びもだんだん増してゆくようでした。

この温熱ドームや温熱器による温熱療法、ふくらはぎもみ療法のそれぞれの相乗効果が効を奏して、それから治ってゆく速度が早くなってゆくような思いでした。

確か7月の初めだったと思いますが、温熱ドームの導入を決意したというわけです。

これさえあれば、健康堂とほぼ近い自分療法が、家庭の中でも自分でできることになりました。いまでは、主人も温熱ドームに入っています。

ありがたいことに、私は料理もちょうどできるし、趣味もはじめました。すべてが元の元気なときに戻ったような気でいます。本当に良かったと思います。

- よくわかりました、元気になられた様子が。お忙しいところ、ありがとうございました。ますます自分療法に励んでください。健康長寿でご主人と共に元気で長生きしてくださいー。

**<解説>**多くの体験者の中から、桜井やす子さんの体験ほど、自分療法にふさわしい体験はありません。対症療法の西洋医術を施したら、どのような結果になったのでしょうか。

# ようこそ！『ふくらはぎ・温熱療法の体感』へ♪

一般社団法人・身心健康学院・「身心健康堂」

代表 鬼木豊 院長 榎孝子

## 自分療法とは



鬼木代表

自分の健康は自分で守る。自分でつくった病・症状は、自分で癒し自分で治すことを「**自分療法**」と言います。

病・症状の80～90%は、生活習慣病であると言われていいます。その原因のすべては、自分で自分がつくっていることとなります。

私は、20代前半、心身症、うつ、ノイローゼという「人格の病」に出合いました。薬や医術、病院に依存しないで生き方や働き方、考え方を改善して、自分で治して脱皮した、という貴重な体験があります。

これを契機に5・60年間、ひたすら自分療法という感動を追い求めてまいりました。今は81才の生涯現役です。

もともと、病の原因をつくった本人が、生活を改善して治すしかありません。

現代の薬や科学万能の対症療法を、すべて否定することはできませんが、あなたは、何か疑問に感じたことはありませんか？

人間として誰もが持って生まれた人間力、つまり自然治癒力、免疫力、抵抗力、遺伝子の力、感性の力である未来に希望を抱いて「**感動して生きる力**」、魂のめざめという内なる偉大な力など、ないがしろにした医術が先行しているように思えてなりません。これは対症療法の行き過ぎではないでしょうか。あなたはどのように思われますか—。

ここに「人間が動物と同じようなあつかいになっている」という、現代医療の「**盲点**」があるのではないかと感じています。

これからは、東西の医療や民間の代替医療など、「**統合医療の時代**」であると言われ、もはや未病や予防の養生生活が、常識になりつつあります。

「治して早く元気になって働きたい！」「家族の身心の健康は、家族で守る」という「**意志の力**」が発動して、自分療法に積極的に取り組む気持ちにもなるものです。

病を治すのは「**患者さまが主役**」、ここにこそ「**自分療法**」の大切な意味と価値があるものと考えています。

それでは、医学的にも根拠のある確かな自分療法を、体感していただきましょう。

# 「ふくらはぎ・温熱療法の体感」コースへのご案内

## □体感コースの内容

### ・一部「自分療法の感動を語る」座談会

身心のストレスを解消する、笑い療法、長息法、プチ感性内観療法などの体感。

### ・二部「ふくらはぎもみ療法」と「輻射温熱療法」の体感と基本実習

※質問や相談は自由に気楽にできます。

日 時・・・毎週水か木曜日の午後1時～4時頃までの3時間コース

定 員・・・5名（予約制）

参加料・・・お一人 5,000円（税込・1回目のみ）

受 付・・・「身心健康堂・お茶の水」

場 所・・・文京区湯島1-2-12 ライオンズプラザお茶の水1306

TEL 03-5289-7780 FAX 03-5289-7781

## □ふくらはぎもみ療法の効能

- ・人のからだは、**血液の全量の70%**が下半身に集まります。  
心臓には血液を押し出す力はあるけれども、下半身の血液を心臓に戻す力はありません。その役割を果たしてくれるのが、ふくらはぎです。
- ・ですから、ふくらはぎは「**第二の心臓**」という、大切な器官です。このふくらはぎの働きによって、全身の血液循環が良くなって、免疫細胞に十分な酸素や栄養を運び、リンパの流れが良くなって老廃物を取り去ってくれます。
- ・血流を促進してくれることによって、自律神経が整い免疫力を高めます。

## □輻射温熱療法の効能

- ・輻射温熱によって全身を温め、「**ひだまり**」のようなリラックスマードに包まれ、身も心もリフレッシュできます。
- ・温度は目的に合わせて自由にコントロールできます。全身から汗を流すことによって、汗と一緒に**体内の毒素をデトックスして、全身をクリーン**にしてくれます。
- ・病・症状のある人ほど、からだの苦痛と心のいたみが、癒され身心の治療効果を期待することができます。まさに自分療法の主役と言えます。

## □身心のストレスを解消するスキル

- ・冷えると身心のストレスが、病の原因です。体感コースでは、笑い療法・長息法・プチ感性内観療法などの身心のストレスを解消するスキルを、実践的に体感できます。

## 「感性内観法の体験」コースへのご案内

□体験コースの内容・・・「感性内観療法」を主体とした2泊3日の体験コース。

このコースのポイント

- 1) ストレスを解消し身心がリフレッシュ。感性の歪を回復し「自信」を確立する。
- 2) 身心の統合療法の施術の一部を体感できる。
- 3) ご希望により延泊することができます。

※参考図書・・・身心健康堂にて求められます。

- ・人生のどんでん返しはいつからでもできる！「感動が自分を救う！仕事も自分も動かす♪」  
一発逆転の法則！感性内観法 鬼木豊著 一般社団法人 身心健康学院 「自立感性塾」
- ・「人格は創り変えられる—自立した人生を開く感性内観療法」鬼木豊著（産能大学出版部刊）

日 時・・・毎月、第2と第4の土・日・月曜の2泊3日  
初日の午後2時開講、3日目の午後2時閉講  
(注) 延泊ご希望の方は、可能です。

参加料・・・お一人48,000円(税込)  
施術、資料代、宿泊・食事代すべてを含みます。  
(注) 携帯品は、健康保険証。身心養生苑はホテル・  
旅館ではありませんので、洗面用具やバスタオル  
などは、ご持参下さい。

受 付・・・「身心健康堂・お茶の水」定員5名(予約制)  
TEL 03-5289-7780 FAX 03-5289-7781

振 込・・・静岡銀行 伊豆高原支店  
普通口座 0283653  
名義 シャ) シンシンケンコウガクイン  
※振込の控えをもって領収証に変えさせていただきます。

場 所・・・「身心養生苑」  
〒413-0233 静岡県伊東市赤沢大字下落合 256-90 名鉄温泉別荘地内 L-15  
T E L 0557-54-5515 F A X 0557-54-5516

### □感性内観法の効能

- ・自分で自分を信ずる「信」を回復し、自信を確立する。
- ・これまでの仕事や人生に対する偏見や誤解、錯角、勘違い、思い違いに気づき素直に謙虚になる。そのことによって仕事や人生のチャンスが広がる。
- ・感動のない息苦しい日々の生活から、抑圧された感性を解放することによって、身心のストレスを解消する。
- ・自分の仕事も人生も、迷うことなく自分で決断できるようになる。

# 自分療法の体感コースとは！

## □自分療法の目的は

自分療法の目的は、あくまで自立することでありたい！と願っています。  
身心ともに健康を回復して、自分のことは自分でできるようになれるということです。

自分療法の主役は、あくまでも患者さま自身であります。

自分でつくった病・症状は、他の療法もいただきながら自分で治すという「**意志の力**」ほど大切なものはありません。

## □自分療法・自立プラザとは

からだの苦痛と心のいたみを癒す！

自分でできる人にやさしい『**身心の統合療法**』という確かな療法が

「**気がるに体感できる広場**」のことです。それが身心健康堂の大切な役割です。

## □確かさを体感できる自分療法とは

- 1、ふくらはぎもみ療法
- 2、温熱療法
  - ・遠赤外線・輻射温熱ドームによる温熱療法
  - ・遠赤外線・温熱器による温熱療法
- 3、血液と体質の改善療法
- 4、身心のストレスを解消する「感性内観療法」

自分療法の確かさを  
体感し、身も心もほぐれて  
全身からのくつろぎのひとつ  
を味わっていただけます。

□＜参考図書＞・・・身心健康堂にて求められます。

- ・「長生きしたけりゃふくらはぎをもみなさい」鬼木豊監修・槇孝子著（アスコム社刊）
- ・「温熱療法が医療を変える」推薦・安保徹、著者・鬼木豊（身心健康学院刊）
- ・「家庭内療法の主役 輻射温熱療法」推薦・安保徹、著者・鬼木豊（身心健康学院刊）
- ・病気になる体をつくる50講「免疫道場」安保徹、鬼木豊共著（幻冬舎刊）
- ・幸運を生むスキル「温熱効果」鬼木豊著（KKベストセラーズ刊）
- ・「幸せになる遺伝子の使い方」村上和雄著（海竜社刊）
- ・「百歳時代—“未病”のすすめ—」黒岩裕治著（神奈川県知事 SDP新書刊）