

あなたといきいき ノーバビータ

NOVA VIDA

明るい人生、楽しい人生にしましょう!

3号

特集

「NPO法人 気血水研究会」設立記念シンポジウム開催!!

「NPO法人 気血水研究会」が発足し、10月15日、記念のシンポジウムを開催しました。天野暁理事長が挨拶に立ち、設立理念などを述べるとともに「気血水と生活習慣病」について講演した後、第1部「パネルディスカッション」と第2部「懇親会(立食)」を行いました。

第1部では、報道の第一線で活躍し、医療問題でも鋭いメスを入れるフジテレビの黒岩祐治氏をコーディネーターに、西洋医学と代替療法の良いところを組み合わせた統合医療に取り組んでいる水上治先生、がんなどさまざまな病気と共生しながら国際ラリードライバーとして世界をまたに駆ける能城律子さん、イタリア料理に薬膳を取り入れ、食をベースに健康と幸福を追求する木村まさ子さん、パネラーにお迎えし、天野理事長も加わって、望ましい医療のあり方などについて議論しました。

パネルディスカッションの後には質疑応答の時間も設け、会場からの質問にパネラーたちが答えました。また第2部の懇親会では立食スタイルでなごやかに歓談、交流し、心に残る研究会の旅立ちとなりました。



「NPO法人 気血水研究会」設立記念シンポジウム 開催要項

- 日時:2006年10月15日(日)11:30~15:00 ●会場:東京會館9階 ローズルーム
- プログラム:気血水研究会設立挨拶「気血水と生活習慣病」/理事長 天野暁(劉影)
 - 第1部 パネルディスカッション コーディネーター:黒岩祐治
パネラー:水上治、能城律子、木村まさ子、天野暁(劉影)
 - 第2部 懇親会(立食)

「NPO法人 気血水研究会」入会のご案内

健康ブームの中、間違った情報が発信されていることもあります。NPO法人 気血水研究会は、情報を見極める方法や真の健康を得るための知識を皆様に発信したいという願いを込めて発足しました。中医学では、「気」「血」「水」の3要素のバランスを保つことを重要視し、健康維持、生活の向上につなげています。そんな健康づくりをご一緒に考え、実践していきましょう。

【基本理念】

本法人は、自覚症状はないが、すでに病気の芽を抱えている、健康と病気の中の半健康人の状態を改善し、病気にならないようにする未病医学に関する知識や情報を提供し、調査研究、普及啓発を行ない、人々の健康づくりに寄与する特定非営利活動法人です。

【所在地】

◆本部・事務局
〒181-0013 東京都三鷹市下連雀3-34-2
エミネンスイン三鷹302
TEL:0422-76-7441 FAX:0422-76-7442

【活動内容】

本法人は、未病医学の調査研究、普及啓発に係る以下の活動を行ない、会員は活動に付随または関連する事業活動に参画できます。

1. 未病医学と生活習慣病との関連性、発見方法などの調査研究に関する活動
2. 抗加齢医学、医療、保健、栄養に関するシンポジウムおよび講習会、セミナー、相談会などの普及啓発活動
3. 抗加齢医学、医療、保健、栄養に関する講師派遣活動
4. 機関誌、研究報告書、抗加齢医学・医療・栄養に関する啓蒙書の発刊に関する活動
5. ホームページの開設、運営に関する活動

6. 食事、運動、健康食品を活用したイベントなどの普及啓蒙活動
7. 健康的な生活を目的とする団体との情報交換およびネットワークの構築に関する活動
8. その他、本法人の理念・活動を達成するために必要な活動

【入会】

1. 本法人の会員として入会を希望する団体・個人は各所定の「入会申込書」に必要事項を記入の上、提出してください。
2. 入会に際しては、「気血水研究会の基本理念」と「会員・会費等に関する規定」をご理解の上、手続きしてください。
3. 入会申込手続き
 - (1) 入会に必要な書類
①入会申込書 ②関連資料(団体のみ)
 - (2) 会費の納付

【会費】

1. 会費は下記の通りとし、入会月に納めていただきます。

	個人(年会費)	団体(年会費)
正会員	¥10,000	¥50,000
賛助会員	¥12,000(一口)	¥100,000(一口)

- ※賛助会員の会費は1口以上。
2. 2年目以降の年会費は、毎年4月末までに納めていただきます。

お問い合わせ・お申し込みは…NPO法人 気血水研究会事務局まで
TEL:0422-76-7441 FAX:0422-76-7442

抽選で5名様にプレゼント!!

あなたの感想・ご意見大募集!!

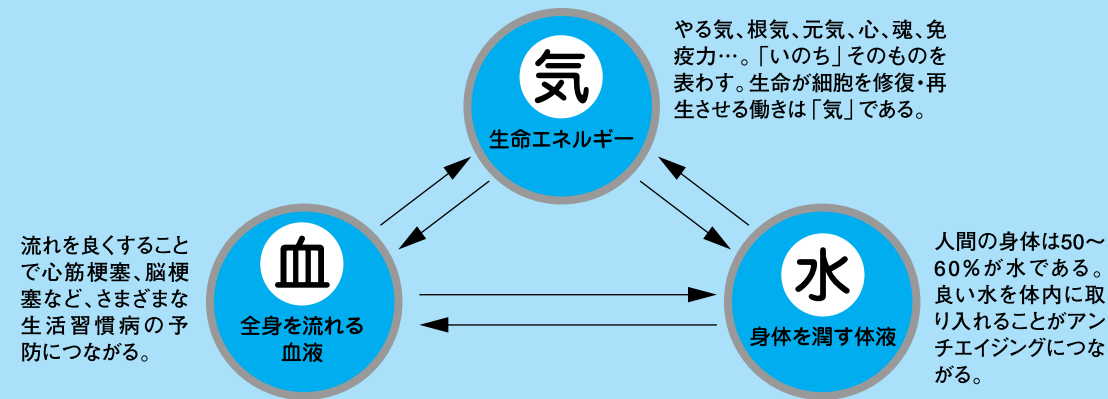
官製ハガキに、本紙へのご意見・ご感想や気血水研究会へのご質問・ご要望などを書いて、住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、下記の「気血水研究会・編集部」まで送ってください。抽選で5名様に健康料理レシピが満載の「わらの料理」(美健ガイド社発行、定価3,000円)をプレゼントいたします。

宛先 〒101-0025 東京都千代田区神田佐久間町3-38 大陽ビル207
気血水研究会 編集部

「気・血・水」は生命の総合エネルギー

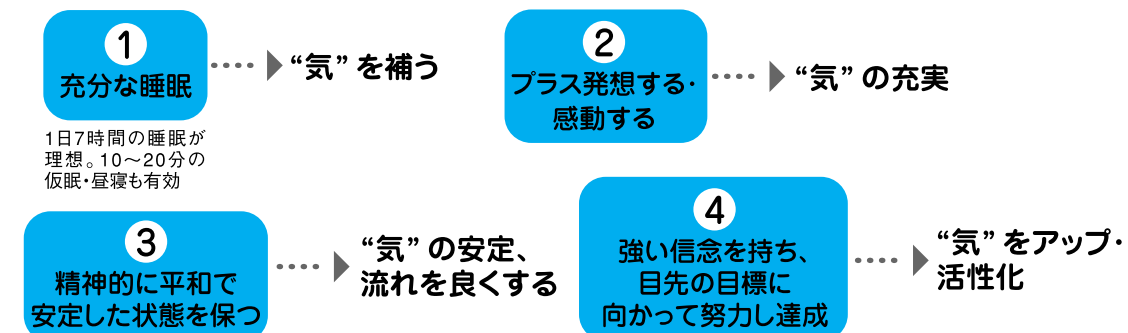
※図1

3つのうちどれかひとつ欠けても体調を崩してしまう。
健康な身体を保つには、この3つのバランスを整える必要がある。



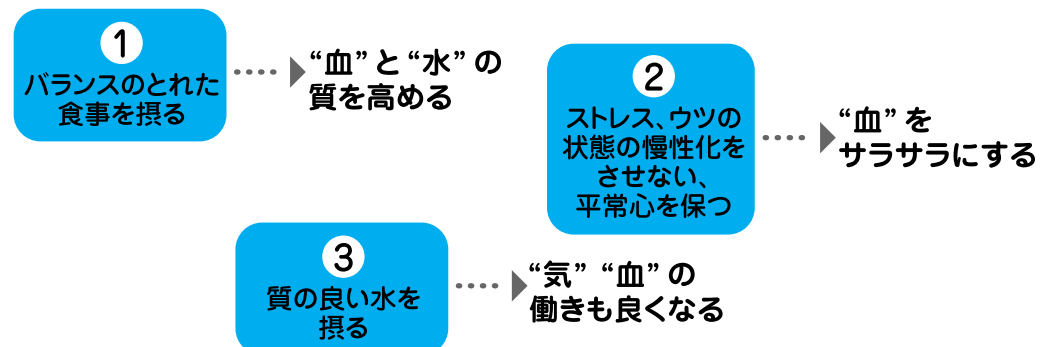
※図2

「気」を充実させるための生活習慣 (医学的データより)



※図3

「血・水」を充実させるための生活習慣 (医学的データより)



ご挨拶「気血水と生活習慣病」

NPO法人気血水研究会理事長 / 天野 暁 (劉影) <あまのしょう(りゅういん)>



「気・血・水」のバランスを保つ健康づくりをみんなで一緒に考え、実践していきたい。

Profile

医学博士。未病医学研究センター所長。順天堂大学医学部非常勤講師。伝統的漢方医学、現代的西洋医学といった、中西医結合の立場で生活習慣病の予防・研究開発に携わり、多くの成果をあげている。また、近年では、女性のための抗加齢医学にも、力を注ぎ、研究を進めている。

NPO法人気血水研究会の天野理事長は、日本に来てから20年以上の歳月を重ねています。ご挨拶では、この間、大変恵まれた環境で研究生活を送ることができたことに深く感謝していることを述べ、「この会を通じて日本に、日本人々に、恩返ししたい」と思いを語りました。

研究会の理念としては、未病を治す実践など3つを挙げ、特長としては幅広い人々が交流するオープンさを挙げました。そして研究会が目指すものとして、東洋医学と西洋医学の融合&結合など3点を紹介しました。

研究会が掲げる「気・血・水」についても説明しました。図1のように、健康な身体を保つには、この3つのバランスを整えることが何よりも大切です。しかし生活習慣の乱れと加齢によって、これが崩れるということで、バランスをとるため、「気」を充実させる生活習慣(図2)、「血・水」を充実させる生活習慣(図3)を紹介しました。すべて医学的裏付けのあることだそうです。

こうして研究会への思いや狙いを述べ、また、健康づくりの基幹に据えている「気・血・水」についての考え方やそのバランスを保つためのさまざまな秘訣を紹介した後、会場の参加者へ、これから一緒に手を携えて進んでいこうと呼びかけました。

NPO法人 気血水研究会とは

理念

- ① 未病を治す実践(健康と病気の間の半健康人の状態を改善する)
- ② アンチエイジングの普及
- ③ 美しい個人をつくる(それがベースになって、美しい家庭、社会、日本が出来る)

特長

医師、薬剤師などの専門家だけでなく、

食事、美容、運動、マスコミなどさまざまな分野から健康についてみんなで一緒に考え、実践していく

目指すもの

- ① 東洋医学と西洋医学の融合&結合。→医学活動と漢方文化の普及を同時に実践する。
- ② 日本の文化の背景、民族性、食生活、環境などの土台の上に研究開発した

未病対策、つまり、日本人の体質に合った病予防法を公表していくことで、役立てていただく。

③ TV、マスコミ、インターネットなどの流行的な情報に左右されない。→医学的・科学的に立証された情報を、健康セミナーなどを通じて普及する。

特集 「NPO法人 気血水研究会」設立記念シンポジウム

パネルディスカッション

東洋医学と西洋医学を融合&結合し 生命に向き合う本当の医療を。



コーディネーターの黒岩祐治氏は「日本の医療は納得できない」と話を切り出し、生命に向き合っていないことが一番の問題だと提起されました。

たとえば、がんで亡くなったフジテレビアナウンサー・逸見政孝さんの場合、「最新線医療の手術は大成功だったかもしれない。が、逸見さんという人間を見ていなかった。生命に向き合う医療は、西洋医学では限界だ」というわけです。そう思っている時に会ったのが水上先生や天野理事長です。「これこそ生命に向き合



健康増進クリニック院長
水上 治 (みずかみ おさむ)
弘前大学卒業後、東京衛生病院内科勤務。1985年、東京医科歯科大学で疫学専攻、医学博士。94年、米国ロマリンダ大学院卒業、公衆衛生学博士。2006年7月、東京衛生病院内科勤務から現職へ。早期から西洋・代替の統合医療に取り組み、がんなど難病治療の権威として活躍。国際統合医学会常任理事なども務める。

多くなる。家族に、社会に、感動が連鎖して広がるには、生活の基本である食が大事」と語られました。

教育や食生活など現代の諸問題はすべて「生命」の問題につながる。

黒岩氏が天野理事長に東洋医学のエビデンス(科学的根拠)について質問すると、「長い歴史の中で生まれ育った医学であり、はっきりした数字はないが、一部で科学的証明も始まった」とのこと。「データは発表して活かさないと意味がない。これは気血水研究会の目的でもあるので実践したい」と述べました。

次にQOL(「生活の質」)の意で、よりよい日々を送ること(話題を振ると、水上先生は「西洋医学のがん三大治療はほとんどQOLを落とす。患者は自分のQOLについて発言する権利がある」とし、「ちゃんと主治医と話し合っ治療を選ぶべきだ」と指摘。能城さんは「自然体で健康を保つ努力は自己責任でもある」とい

う医療だ」と思ったそうです。
能城律子さんは、小さい頃から病身で、身体は首から下、足の付け根まで傷だらけの身。48歳の時には余命3年と言われましたが、71歳の今日まで無心に楽しく生きること、元気でいられたとのこと。「生命には先祖代々の魂が込められている。だから大事」と語られます。
そんな能城さんは、いま、心臓と血圧の薬を服用するかわら、自分の納得した身体に良いもの、アロエとアガリクス、そしてホルモンを取り入れるためのサプリメントを毎日摂っています。血液を正常に保つために有効と思い、主治医の先生に相談して摂取しているそうです。



う考え方も提示されました。
木村さんはQOLには食も大事とし、「食材には生命エネルギーがあり、汚染されたものは低い。安全なもの、その地域で育ったもの、旬のものは高い。自分の身体の声に耳を傾け、今、なにが必要なのか判断する。選食が大事。便利、手軽のみの食の裏になが潜んでいるか、考えてほしい」と強調されました。

天野理事長も「健康の貯金ができるのは20歳まで」と、母親の食生活への関心、愛情こめた料理の大切さに言及。能城さんも子どもがキレることと食事が関係しているのではないかと、問題提起されました。

そこで、黒岩氏が、「医療、食生活、教育、農業など、我々は問題を色々と分けて考えているが、生命の視点で考えると全部つながっている」と指摘。パネラーたちも同意見を述べ、「生命視点で考える大切さを改めて確認し合いました。」
最後に、黒岩氏がとっておきのお話を披露。天野理事長のアドバイスにより、がんで絶望視



フジテレビジョン
報道局解説委員
黒岩祐治 (くろいわ ゆうじ)
1980年、早稲田大学卒業後、フジテレビジョン入社。現在、日曜朝の「報道2001」キャスターを務める。自ら企画・取材・編集まで手がけた救急医療キャンペーンが救急救命士団生に結びつき、第16回放送文化基金賞、平成2年度民間放送連盟賞を受賞。医療問題に詳しく、統合医療についても追究・情報発信している。

水上治先生は「西洋医学は分析的で、分析すればするほど生命から遠ざかる。生命には心がある。心も含めて生命体を一体的にとらえてきたのが東洋医学だ」と言われます。
そして、「患者の役に立っているのであれば、西洋も東洋もない。双方が謙虚に付き合っているシステムづくりを」と述べ、ご自身が実践されている、西洋医学と東洋医学のいいところ取りの統合医療、つまり、患者さんの状態によっては抗がん剤も使い、サプリメントなど代替医療も組み合わせるといった治療について説明されました。

イタリアンレストランを経営する木村まさ子さんは、実は、国民的アイドルグループS.M.A.Pの木村拓哉さんのお母様。最近、天野理事長のアドバイスを受けながら、イタリア薬膳料理の本を出版されました。
「女性は家庭に入ると固有名詞がなくなる。名前を呼ばれることは自分の存在を意識することであり、それは生きる活力となり感動が



イタリアンレストラン経営
木村 まさ子 (きむら まさこ)
東京・世田谷でイタリアンレストランを経営のあと、イタリア料理に薬膳を取り入れたイタリア薬膳を提案。2005年9月神奈川県川崎市にイタリア薬膳料理レストラン「いな田」をリニューアルオープン。2006年6月小学館スクウェアより「イタリア薬膳を召し上げれ」を出版。

された黒岩氏のお父様が長芋を蒸して毎日食べたところ、今も元気な日々を楽しまれているとのこと。東洋医学では滋養強壮などに長芋は重用されており、1日10cmほどを約20分蒸し、好みの味付けで食べると良いそうです。



ベビールーム経営・
国際リーダードライバー
能城 律子 (のしろ りつこ)
70年、子宮がん手術。73年、ホテルニューオータニ内にベビールームを開設。78年、乳がんで両乳房を切除。93年、58歳でモータースポーツの国際A級ライセンスを取得。59歳から性別や年齢、身体のハンディを超えて、世界各地の過酷なラリーに参戦。ラリー参戦しながら、各地に援助物資を運ぶボランティア活動「国際宅配おばさん」も実践。

