



特定非営利活動法人

日本健康事業促進協会

— Japan Health Project Promotion Society —

会報：Vol.14- No.4 / 2018 年 11 月号

当協会に対する各種お問い合わせ・ご要望等がございましたら
e-mail: info@jhpps.org まで、ご連絡ください。

— 協会所在地 —

東京都中央区佃 1-11-6

www.jhpps.org

私ども NPO 法人 日本健康事業促進協会は、「人の健康は病気の予防に始まり、地球の健康は環境の保全による」を基本理念としています。

総合的な健康の維持・増進・回復をテーマにしたセミナーやフォーラムの開催、スポーツを通じた青少年の健全育成のバックアップ、地域の市民活動団体とのネットワーク作りを行います。

また健康関連素材の医学的研究のバックアップも行います。

これらの活動を通して「人」個々の健康促進をサポートし、充実した人生を送ることのできる生活環境を作り上げることに寄与したいと考えています。

是非、皆様の御協力、御支援を賜りますよう、お願い致します。

【事業内容】

- 健康・予防医学に関する新技術の基礎データ・臨床データ取得の受託事業
- 健康・予防医学と健康維持・環境保全に関する、講演会・フォーラム・セミナー・イベント等の開催事業及び素材・製品・機器・技術の調査・研究事業とその成果の認定及び紹介・提供事業並びに素材・製品・機器・技術の認定事業及び紹介・提供事業
- メンタルトレーニングシステム構築とメンタルトレーニングを基

にした青少年・社会人に対する各種スポーツ指導を通じた青少年の健全育成事業

- 健康・予防医学・健康維持・環境保全とメンタルトレーニングシステム構築の各事業に関する国内外の情報収集活動事業及び団体・個人への研究会・勉強会を中心とした協賛・提携・参加等に基づく情報交換事業と人材交流事業
- 出版物の発行等による普及啓蒙事業
- その他、協会の目的を達成する為に必要な事業

【会 員】協会の目的に賛同して入会する個人・団体(団体のみ、入会金・年会費を頂きます)

・団体 入会金：100,000 円 年会費：100,000 円

【機関誌】年 4 回発行(ホームページに UP / 講演会会場などでは印刷物配布)：当協会推奨品に関わる研究推移状況・学会発表内容・新製品案内や、関連フォーラム・コンサートのご案内、健康コラムを掲載します。

【その他】

*会員の方が、当協会機関誌・ホームページに紹介する指定企業の指定製品をご購入される場合、10 ~ 20%の割引を受けられます。

*フォーラム、セミナーのご案内を優先してご案内します。

*各種講演会、各種講座、フォーラム、セミナーを会員価格でご参加頂けます。

当協会で開催している健康セミナーの参加者の方々は、健康に対する意識が非常に高く、日常から色々取り組まれている方が多いです。終了後、参加者の皆さんからよくご質問を頂きます。自分が行っている事が正解なのかわからなくなってくるというのです。今回掲載する「健康情報裏話」のセミナー時にもそういったお声が多かったです。前号の続きになります。

セミナーの書き起こしですので、口語体になっています。ご了承ください。

「健康情報裏話 -2」

I ガンは治療せずに放っておくべき？

最近よく話が出ます、「がんもどき」。ガンは治療せずに放っておくべきだと言う話です。で、提唱した近藤先生は有名になっちゃいました。

しかし、この近藤先生はガンの専門医じゃないという事をご存知ですか？ 専門じゃないですよ。放射線科です。

但し彼は、「乳がんにおける乳房温存手術」を上げた第一人者です。大功績です。ここのところはすごかった。

そこから自分の経験してきた中で、どうもガンには二種類あって、本物のガンは転移するもの。もう一つが「がんもどき」。つまり放っておいても転移しないものだ。

転移しない「がんもどき」が殆どで、「もどき」なんだから手術する医者はおかしい…と仰る。で、大学辞めて自分でクリニックを開業されました。

では、改めてお聞きします。ガンは放って置くべきでしょうか？

死にますね。はっきり言って。

一つ言っておきますと、ポリープ。大腸ポリープはまず 99%ガンになりません。

胃潰瘍、これもガンになりません。

ガンは遺伝しません。

この3つだけちょっと頭に入れて置いてください。

でもその中でガンが発症するということは、殆どが酸素不足、血流不足というところから起きているという事なのです。

これがまず一点。

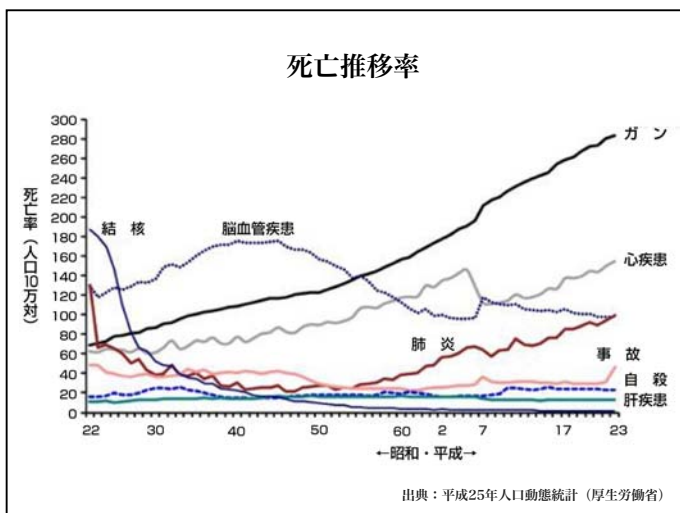
よく言われるのが、いわゆる三大療法（手術、抗がん剤、放射線）は体に非常に負担をかける。

抗がん剤はたった 5% しか効かない…要は 95%効かない薬なのに、あれを飲ませる医者ってなんだよっていう事で騒ぎになっちゃうのです。

でもこれ、大分あがってきました、有効率の数値が。

放射線も、ピンポイントで当てられるようになってきた。

●死亡推移率



昭和 22 年からずっと見て行きます。

戦争直後は結核が多かったですね。その結核がどんどん下がって、入れ替わりにガンがグーッと上がってきました。

これが「ガン危ないよ」話しになります。

だけど、平均寿命はどうですか？ すごい伸びですよ。寿命が伸びたらガンが出てくるのが当たり前です。ガンの発祥は、殆ど年齢に対応します。

そこでなんです。このスライドを今ここに出している理由がありまして、ついこの間の発表です。

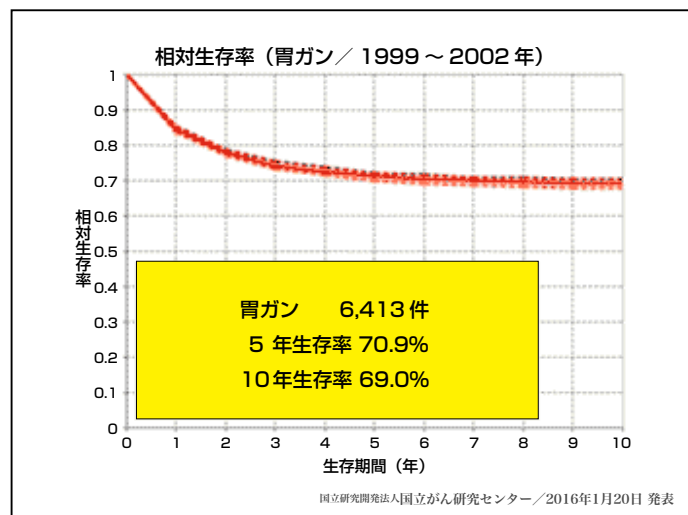
● 国立がん研究センター / 2016 年 1 月 20 日 発表

この 20 日に発表したばかりです。ほんの 9 日前に発表したデータを見つけたんで、昨日から今

朝まで作り直ししてスライドにしました。

最新データ 10 年生存率というのを、がんセンターが初めて出しました。そうしたら胃ガンが、

- 10 年生存率
- 5 年生存率 70.9%
- 10 年生存率 69.0%



5 年生存率も 10 年生存率も、ほぼ変化ないです。これすごい事です。これ (0 年目を指して) 手術しないで放っておいたら死ぬんですよ。確実に死にます。

でも、もう一人のうちの叔父、帝京大の方の叔父は、胃ガンだろうがなんだろうが、部分切除だけで治しちゃってましたけど、殆どの医者は全摘です。であっても、これ (生存数値を指して) だけ生き残ります。手術しなかったら死んでいます。

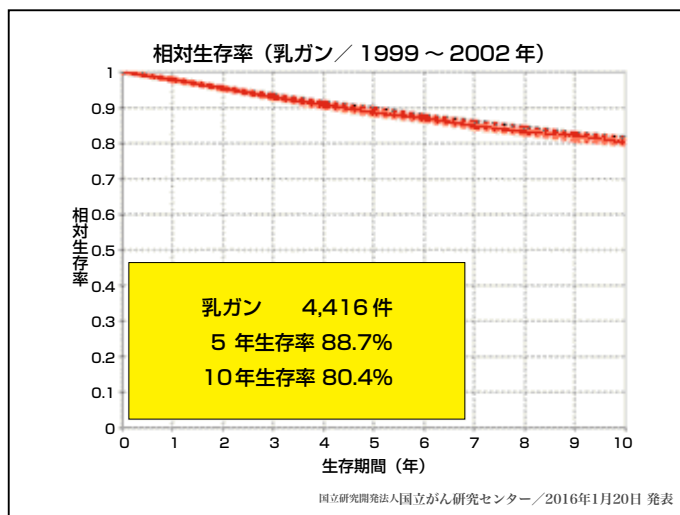
因みに私が指導している空手道場の顧問が、プロレスラーの藤原喜明さんなんですね。実は彼、胃はありません。全摘しています。別件で検査して、偶然見つけて全摘しちゃったんですけど、お腹に痕が残りながら未だにリングに立っています。

一昨年の忘年会の時、一升酒を抱えてました。「いいんですか？」と聞いたら「いいんだよ。効くわ、直接腸にくる」なんて言ってました。それでも「5 年生存率がかかっているのちょっと大人しくしているんだけどさ」と言って、もう 5 年生存率を過ぎました。ピンピンしています。

猪木さんは最近糖尿病が酷くなっていて、リング以外のところでは足引きずって歩いています。藤原さんの方が余程健康に見えます。

ですからこれ (スライドの数字を見ながら) なんです。胃ガンはもう怖い病気ではない。

- 相対生存率 (乳ガン / 1999 ~ 2002 年)
- 4,416 例
- 5 年生存率 88.7%
- 10 年生存率 80.4%



5 年生存率 90%ですよ。10 年でも 80%です。これも殆ど全摘じゃないです。今は温存手術がメインになっていますから。

胃ガンよりも生存率が高いんです。ただ、うちの叔父も言ってますけど、マンモグラフィーをやると、乳がんでないものが乳がんになる率が高くなる。ややこしい話ですね。ちょっと影がありますねと言われると、乳がんになってくるんだそうです。乳がんかも…と言われると、重篤な悪性腫瘍ではなく、良性の腫瘍ができて来るのがパターンだそうです。

でもこれ (数値見て) だけ良くなります。一番は血流改善です。体を温める事です。

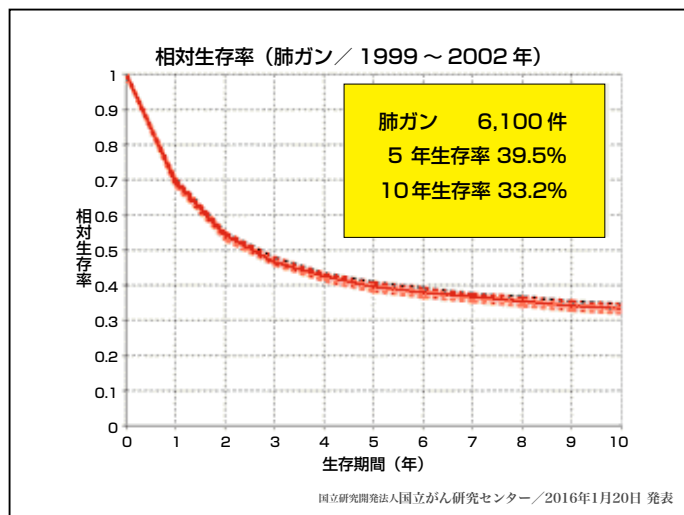
では、これ放っとくんですか？ 手術しないで…という事でしょう？

どうですか？

手術したから生き残っているんでしょう？

- 相対生存率 (肺ガン / 1999 ~ 2002)
- 6,100 例
- 5 年生存率 39.5%
- 10 年生存率 33.2%

10 年で 30%、5 年でも 40%生存しています。昔は肺がんになったら終わりだと言われていま



したけどね。まず99%が助からないと…。

因みに肺ガンが、他の例えば胃ガンだとか乳ガンに比べたら生存率が低い理由は何でしょうか？

生存率が低い理由は、発祥するのがお年寄りが多いからです。ですからガンでなくなる前に、寿命で逝ってしまいます。大変申し訳ない言い方ですけど。

肺炎もね。治る前に亡くなってしまう。

やはり肺が冷えてガンになりやすくなりますから、どうしてもここらへん（スライドの下降曲線）の下りが大きい。

●相対生存率（肝臓ガン／1999～2002年）

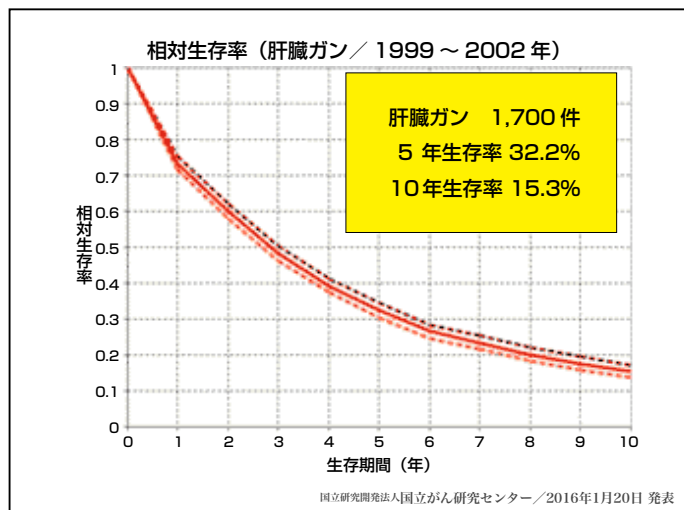
1,700例

5年生存率 32.2%

10年生存率 15.3%

肝臓ガンがこれです。

発祥原因は、外からの環境汚染物質など様々ありますけど、でも、10年後には15%残っているという事です。



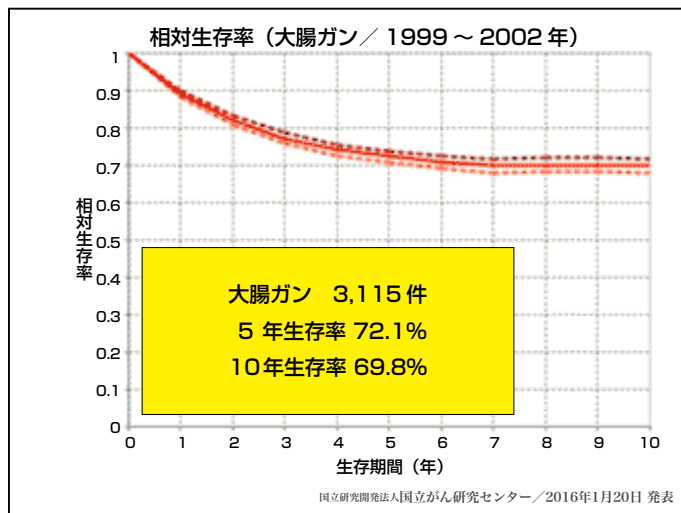
●相対生存率（大腸ガン／1999～2002年）

3,115例

5年生存率 72.1%

10年生存率 69.8%

大腸ガンでもほぼ70%です。日本人は大腸ガンが多いと言われていますけれど、これだけ予後が安定して来ている。



●相対生存率（全部位／1999～2002年）

35,287例

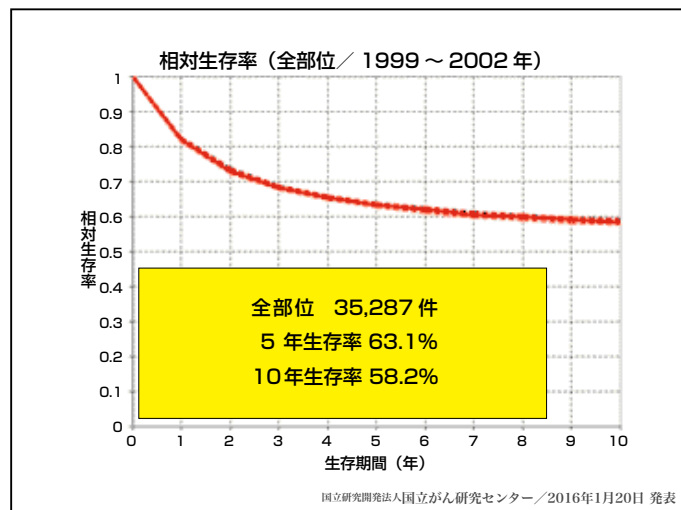
5年生存率 63.1%

10年生存率 58.2%

全部の部位を統計を取ってみると、10年生存率、「ガンになったよ」「ガン手術するんだよ」と言われて10年後に、ほぼ6割の方がしっかりと生きていらっしゃる。

さあ、こう考えると、手術しますか？ 手術しませんか？ という選択なんです。

要はですね、いろんな噂ありますよ、確かに病院サイドは余分な過剰な診察をして…という処が



あるんですけども、これを考えたらやはり手術というものも選択肢の一つであるという事を考える事ができる。

ですから、ここも間違えてしまうと、敢えて名前を出してしまいますが、新潟大の安保先生…リンパ球の話は非常に納得するところがあります。

ただ、非常に恐ろしい事を仰っているのは、「ガンの転移は、ガンが治るがために起きている事なのだから、それを手術してはいけない。或いはそこで起きて来る痛みを我慢しなさい。痛みが出るという事はリンパ球が戦争しているんだから、治る為に痛くなっているんだよ。」

だから「モルヒネをやるな。痛みを耐えろ」と言うのです。「痛みを耐えたらガンは治る」と仰るのです。

じゃあモルヒネがこれだけ処方される以前のガン患者は、生き残って帰って来ましたか？

死んでます。

むしろ痛みというストレスで、活性酸素が大量発生しますよね、だからもっと悪い。

今の医療用モルヒネは、まず副作用は無いです。非常に良くコントロールされていますから、痛みのみを抑制して、中毒になるようなものではないです。

それを無視している。

いわゆる QOL ですね。QOL を下げて「耐えなさい」？ 違いますね。やはり QOL を高くして、手術しました、でも抗がん剤は嫌だ…となったら、その手術の後の QOL を高めるためにはモルヒネを採るのは決して悪いことではないです。

そこで穏やかに亡くなって行くのであれば。

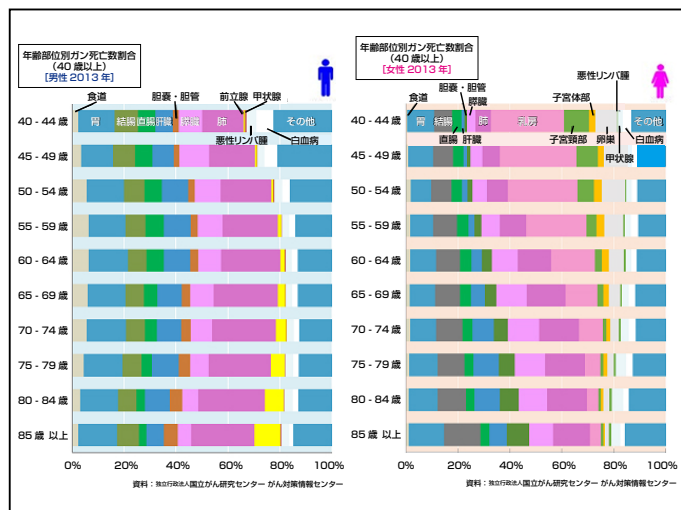
ここは考えた方が良いです。

あまりにも「がんもどき」というフレーズがセンセーショナルに響いたが為に、大きな誤差、誤解が生じているのではないかと思います。

ですから近藤先生の書いている『医者に殺されない47心得』というの、その発想がどんどん拡がって行きますから、あの本の9割は信用していけません。

死にます。

国立がん研究センターが出しているデータです。やっぱり肺がん多いですね。冷えやすいんで。



Ⅱ 実は…お金持ちや専門家だけが知っている…お金持ちや専門家しか受けられない…秘密の特別な治療法がある！？ としたら…

お金持ちだけが受けられる特別な治療法があるんだよ。俺たち貧乏人は受けられないんだよ。だから死ぬんだよというような話。時々、耳にします。

ちょっと信用したいですけどね。もしそんな治療法があるのならば、受けられるなら受けてみたいと思いませんか？ 誰だって生きたいんだから。

もしですよ、お金持ちがお金を使う事ですごくいい秘密で世界の表に出て来ない、その人達だけの治療法を受けられるのだとしましょう。

では、この方はどうでしょう？

スティーブ・ジョブズ。

2003年です。最初に診断されたのがね。

いわゆる民間療法ですね。「抗がん剤などはやりたくない」と言う事で民間療法をやる事にしました。

膵臓がんと診断をされた時、民間療法をやって、ガンの医学的治療を一切拒否した為に、診断された8ヶ月後、重篤なすい臓がんになってしまい手術を受けました。それが2008年には肝臓に転移しました。そして、2011年に亡くなってしまいました。膵臓の腫瘍が転移することで、55歳で亡くなってしまいました。

お金持ちですよ。資産どれくらいだと思います？

推定資産総額70億ドル



Steven Paul "Steve" Jobs

2003年、膵臓癌と診断された（進行が穏やかな神経内分泌腫瘍）。
2008年に肝臓への癌の転移が判明。
西洋的な医術を拒否し絶対菜食、ハリ治療、ハーブ療法、光療法など、民間療法などを用いて完治を図ろうとした。
2011年10月5日、膵臓腫瘍の転移による呼吸停止により死去。
55歳。

70 億ドル。億円じゃないですよ。とんでもない資産です。ロケット作って宇宙に行けるくらいです。

この人でさえ死ぬんです。

ですから、お金持ちだけが受けられる特別な治療法なんてものはありません。

ただ、ご縁というのがあります。良いお医者さん悪いお医者さん、腕のいい医者、悪い医者は、確かにいます。

私の父方の方の叔母が、30 数年前なんでも脳腫瘍になりました。静岡の病院に入りましたが無理だということで、うちの母が浜松医大の叔父に連絡入れてですね、何とかならないかと。何とかなんて、なりませんよ。ならないはずなんですけど、丁度、まさしく世界一のお医者さんが学会で日本に来ていたんです。繋がりますね。すぐに、浜松医科大学に転院することになりました。

丸一日手術して、未だにピンピンしています。

ただ、味は分からない。匂いも分からないと言います。言いますけども、もうすぐ 80 ですね、30 年間全く問題ない。

これはご縁です。因みにその時に叔父がね、「お礼なんか出すなよ。俺の繋がりなんだから恥かかさな」と言うんです。

そのお医者さんね、わざわざ学会に来てその合間に手術してくれたのに、お礼を受け取らずに帰るんです。これは本物ですね。

いくらお金があっても、それだけで良くなるような特別な治療法はないということなのです。

都市伝説ですからね。確かに信じるか信じない

かはあなた次第ではありますが。間違えないでください。

Ⅲ 代替医療は？

うちのプラウシオンも、代替医療の範囲ですね。

いわゆる西洋医学のお薬ではないんだけど、身体に効果があるものとして、ずっと研究しています。

残念ながら、殆どの代替医療とされるものにエビデンスがない。

要は、効果効能を正式に認める事のできる論文が一点もないです。

ややこしいのはですね、例えばカテキンには論文があります。カテキンが活性酸素を除去すると言う論文はあります。でも、ヘルシアにないんです。

製品になっていて、それが論文になっているものはないということなんです。

キチン・キトサン。これも健康食品で有名ですけど、キチン・キトサン本体については、ガン抑制効果であったり、あるいはダイオキシン…体内のダイオキシンの排泄量特に妊婦さんのダイオキシンの排泄量を非常に高めると言う論文は出ていますけども、キチン・キトサンを含有した健康食品でガンを抑制できる論文なんて一点も出ていないです。

日本中たくさん健康食品が出ていますが、健食でそういったもの（その健食自体に効果があるとする論文）が出ている物は一点もないです。これ先ず一つ目。

ですから、怖いのは、今、機能性食品というのが始まりましたでしょう？ あのエビデンスは、元の成分のデータですからね。製品のデータではないと言うことを、頭に入れておいてください。中に入っている物のだけです。

ですから、これ（製品）でガンが治るんだというのはウソです。

橋本龍太郎さんの頃からなんですが、いわゆる規制とかね、緩和していこうじゃないかという国策に乗ってしまったがための、トクホもそうです

けど、国が払わねばいけない国民の医療費の負担を減らすために、国策に則ってやっているのが健康食品です。

これは、飲んで悪いとは言いませんけども、飲み方を間違えないで、これで病気が治ることはないという事です。今の自分のレベルを維持するのが限度です。

これで治る、はないです。

そここのところ間違えないでください。殆どエビデンスがないという事を、頭に入れておいてください。

- 病気の種類や原因は多種多様である。
- 治療が効くことを証明するには臨床試験が必要である。
- 学会発表や論文発表をしていないのは、専門家の検証に耐えられないお粗末な内容であり、医学的知識の無い人を顧客対象にしているからである。
- つまり「殆どの病気に効果がある」と称する万能治療法や万能薬は、全てインチキ、偽物、まがい物である !!

病気の種類や原因は多種多様です。一つの物事から病気になるなんてないですよ。いろんな要因が絡んで絡んで、免疫とかが落ちるわけです。

何らかのそういった病気に対する治療法があったとします。でもその治療法が効果があるかどうかを証明するには臨床試験です。

殆どの健食だろうが、原材料の臨床って、動物実験ですから。人間に効く効かないはやってません。

人間に効く効かないをやったもので効果が出たものは、医薬品になります。

人間にやっても効果がわからない、でも、動物実験ではどうにかなったよという物が健食になります。

ここの意味合い。人の臨床試験をやっているかどうかの違いは非常に大きいです。

併せてこうです。学会発表や論文発表をしていません。

要は臨床試験が中途半端だとしたら、効果効能は確認できないんですから、学会発表や論文発表できる内容になってませんよね。ということは、受け取ってもらえないのです。学会側からそのデータをね。ですから、発表できないのです。

という事は専門家の検証に耐えられません。無理です。

ですから、医学的知識のない顧客を対象にしているからです。

良いのこれで。これで売れるから治るって言うちゃえば良いんだよ、というだけです。

ですから、特に気を付けて頂きたいのは、「これを飲んだらガンが治るんだよ」と言ったとしましょう。

え？っと思ってガン患者さんが飲みたくなつたとします。何のガンに効くんでしょう？

抗がん剤にしても胃がんに効くもの、肺がんに効くもの、大腸がんに効くもの、全部違うわけです。

いわゆる病気というのは多種多様です。ピンポイントに効くと言えないもの、逆に何にでも効くなんていうやつはウソしかないという事なんですよ。

パーキンソンも良くなる、認知症も良くなる記憶障害もなくなるよ、セロトニンの分泌がどうだこうだというのは、そんなものないです。

つまり、「ほとんどの病気に効果がある」と称する万能治療法や万能薬は、すべてインチキ、偽物、まがい物。

これ引っかかるんですよ。自分が病気になったら藁をも掴むだったら、いろんなものに効果があるという物を飲んだ方が良いと思っちゃいますよね。

上手いんですよ。ここ（スライド）には本名書いていないのですが、内科医の男の先生が『「ニセ医学」に騙されないために』なんて本を出してまして、バンバン今書いています。

気をつけてください。万能薬はないです。

- ホメオパシーは由緒正しいニセ科学である。

あえて言ってしまうとですね、非常に有名な代替医療、統合医療を特に勧めておられるお医者さんが居られます。

病院の中で気功治療をやったり、気功体操をやったり。その先生が、ホメオパシーを使ってガンの患者さんにレメディというやつを飲ませている。

いやいや、ホメオパシーは由緒正しい二セ科学です。

ややこしいね。つまりですね、今から100年前200年前から始まっているんですが、ずーっと続いている。理由は色々あるんですよ。でも、効果がある訳がないです。素直に考えれば。

ある症状を引き起こす成分を、そのままでは有毒なので水で極めて高度に希釈振盪したものを、砂糖玉に染み込ませて飲む。

希釈振盪の度合いは様々で、10倍希釈振盪を9回繰り返したものを9X、100倍希釈振盪を200回繰り返したものを200Cなどと表現する。

最もよく用いられるのは30C、つまり100の30乗倍に希釈振盪したものの。これがいわゆるレメディー。

ある症状を引き起こす成分をそのままでは当然毒ですね。なので、水で極めて極めて極めて薄く薄くして、しかも機械で振ります。そうするとすっかり混ざるよ、という話です。

それを砂糖玉に染み込ませます。最もよく用いられている物が、100の30乗倍に希釈したものの。

わかります？ 100の30乗倍。

訳わかんないね。計算してみました。日本海にスポイト1滴。

その程度に薄めてたものは病気を治す効果があるんだそうです。

それをレメディーと言います。

これをイギリス王室が信用してやっちゃったものだから、世界中に蔓延しました。

ですからいろんな国でお医者さんがこれを使っています。

使っているもんですから、厚労省はダメだと言えなくなっちゃった。統合医療を研究する部会が一昨年まで厚労省の中でいろいろ会議やっていましたけど、その中にもホメオパシーが入っている。

しょうがない、使っているんだから。

真っ当にそれを使っているイギリスのお医者さんたちは何をしているのかというと、ここまで薄めているから効果はどうせないから、つまりは安全だから、飲ませておけば効果があると思ってくれる。その方がよっぽど良いという考え方。

これも悪い考え方ではないですね。それで良くなるなら。いわゆるプラセボです。

でもね、もしね、ここまで薄くしたものが身体に効果があるのだとしたら、温泉行けます？ いろんな人が入っている温泉に行ったら病気もらっちゃうよ。

この大気だってそうじゃないですか。

ここに非常に矛盾があるんですけども、お医者さんが言うと思うんですけども、それで30万取られる。1,000円を出している所なんて、何処にもないです。

こう言う話があります。これは女性陣だとお分かり頂けると思うんですけども、新生児赤ちゃんて、生まれたらビタミンKの何か飲ませるでしょう？ 飲ませないと、脳に障害が起きたりと言うことになるんです。

山口県だったかしら、助産院で生まれた赤ちゃんが亡くなっちゃった。それも、脳に出血があって。それで調べてみたら、その助産師さんがビタミンKを処方しないで、ビタミンKと同じ作用のあるレメディーを飲ませました。あっさり死んじゃいました。ではレメディを処方した助産師さんは責任があるか。ありますね。ですから2、3千万の賠償になった訳です。

じゃあなぜその助産師さんが赤ちゃんにビタミンKを処方しないで、レメディ出しちゃったか。日本ホメオパシー協会、これお医者さんが非常に大量に入っている協会、ここがレメディにはビタミンKと同様な作用があると教育していたんですよ。

今はホームページから除去されていますけど。

嘘だもん。それをやっちゃう。そうしたら死んじゃうんですよ。やっぱり。ここの難しさ。

大人が自分で信用して飲んで「ああ良くなった」と思う分にはいいんですけど、赤ちゃんにはわか

りません。ですから、やっていいことといけないことの区分けが全然できていない代替医療の世界というのは。

レメディとかホメオパシーとか、信用してもいいんですけど、治るとは思わないでください。自分が安心するのならばお使い頂いても結構です。

ですから、由緒正しいと言ったのはそう言う事。イギリス王室さえも使った薬だから、ホメオパシーは、由緒正しいニセ科学です。

●『人体に有益なバイオウェーブ（赤外線）を放射するバイオリバー』のデータは…

バイオリバー…聞いたことがありますか？ 一時、日本水連、水泳連盟がね、海外の水着ですごくスピードが出るやつ、あれに対抗して日本のバイオリバーというのが素晴らしい水着を出したのですが、バイオリバーの水着は結局認可されませんでした。理由は、言っちゃったから「治る」って。病気が治るって言っちゃった。

これを着たら遠赤外線効果でガンが治りますとか、いろんな事を言っちゃいました。それで、社長以下全員、特に一番売っていた社員とその下の販売店は逮捕です。完璧薬事法違反。

これだって、考えれば分かる話なんですけど、曰く、バイオリバーを使ったら血糖値が変化するんですよって。

要はゴムですわね、単純に言うと石灰系の物を使った板状の物で、柔らかいんでこれを臍臓の上に置いたりして揉むんです。揉んでいったら、血糖値が下がったそうです。

これすごいですね、インスリン非依存型糖尿病に効果があるということになっちゃうんです。

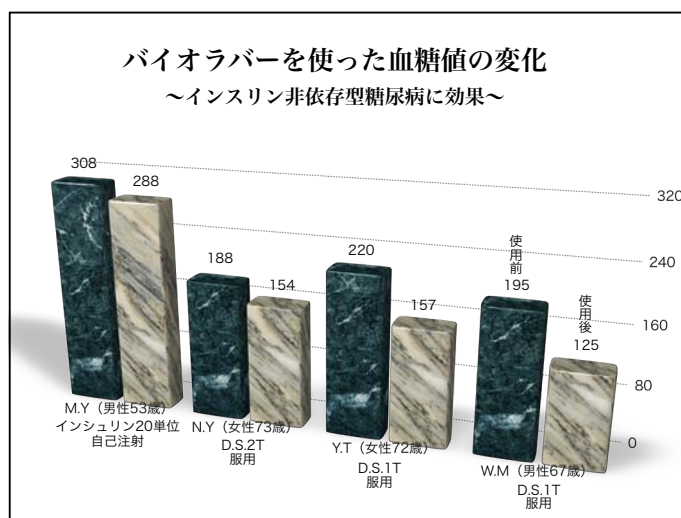
揉んだら血糖値下がる。

結果だけみると下がるので「凄い」と思っちゃうんです。

これは（棒グラフ左側）要は食後の血糖値です。高いですね。で、揉んでました。揉んでたんです。

これ（棒グラフ右側）3時間後です。分かります？

笑っちゃうよね？ 血糖値は食後1時間がピークで、3時間したら誰でも落ちる。もっとドーン



と落ちたら別かも知れないけど、これは身体の当たり前の作用でしょう？ それをバイオリバーの効果だと言っちゃったんです。

こういうウソをつくからいけない。そうするとせっかくいい物でも全部ダメになってしまった。

●さらに例えば…「DHMO」ってご存知ですか？

これって何でしょう？ これって凄い危ないんだよというデータが出てきたんで

DHMO の特性は以下の通り

1. 染料の主成分に用いられ、洗浄剤や溶剤に使われている。
2. 常温では液体。無色透明無臭。
3. 加温すると爆発的に気化することがある。
4. 液体の DHMO を呼吸器に吸引すると死亡する。
5. 純度の高い DHMO は溶血作用があり、赤血球を破壊する。
6. 人体に蓄積される（特に妊娠後期の女性の皮下に蓄積）。
7. マウスの妊娠初期に DHMO を大量に皮下注射すると、胎仔の奇形の発症率・流産率が優位に高まることが示されている。
8. 危険性が高い物質にもかかわらず、厚労省もいまだに規制していない。

怖いでしょう、これ？ 怖いんです。

「DHMO」と言うのは、一酸化二水素の事です。

物理学の素養がある人は、一酸化二水素って聞けば、「なんだ、勘弁してよ。脅かさないでよ」と言います。僕もびっくりした。

つまり、水です、これ。

水は溶剤に使われますよね。

水を肺に入れたら死んじゃいます。妊娠後期に沢山の水が皮下に溜まるのは当たり前ですよ？だから、運動したら我々もそうですけど、むくみます。あれ、筋肉を冷やさないといけないから水が滞留する訳です。

つまり、水の様々な作用を、悪意を持って悪く書くところ言う風になっちゃうんです。

そりゃあ規制する訳ないですよ、水ですもんね。

ここなんですよ。健康情報というやつは。

悪く書こうと思ったらいくらでも悪く書ける。「その風邪って危ない、何故なら……」

この水の延長線で言うと、水道水ってトリハロメタンが入っているから危ない。塩素が毒だって言いますよね？

確かにい candes ですよ。前から良くお話をしますが、ウオシュレットが普及するようになってから男性も女性も痔が増えているし、カンジタも増えているしというのは、塩素を吹き付けているからですね。塩素火傷をするからです。これははっきりしています。

だけど、うがいするならばミネラルウォーターはダメなんです。うがいするんだったら水道水。塩素で消毒してくれるから。

はたまた、浄化水機を使っているお宅が、例えば、水道配管があったとしますよ。2、3日旅行に行って帰って来ました。夏でした。あー喉乾いたと言って水を飲んだらこれ自殺行為。だって、ここ塩素も何もないものが溜まっているのを飲むわけだから雑菌だらけですよ。

そう考えたら、ちょっと流して塩素を透過させて殺菌してからでなかったらいけない。

となったら塩素って使い道があるでしょう？でも、塩素は危ないという。

もう一つ言いますと、そう言うことなのに、大変申し訳ない言い方ですけども、毛染めを使っている方は自殺行為。毛染めは透過します。特に隙間ありますね、耳を横に引っ張ったとします。す

ると、ここの骨がグッと動きます。呼吸に合わせて隙間開きます。すると、全部脳に染み込みます。

それが、いわゆる毛染めであったりシャンプーであったりするんです。

ですから叔父が学生たちに解剖実習やらせた時に、70代の認知症で亡くなった方の解剖で、頭を開けたら脳が真っ黒だった。毛染めが入っていた。経皮毒ですね。皮膚というより隙間からダイレクトに入っちゃいます。

経皮毒って、実は殆どないです。

これも間違えないでください。皮膚って凄いバリアですから、このコンマ何ミリ下に染み込む事ができる物って、水と油しかないんです。

大変申し訳ございません奥様方、お化粧品は何の効果もないです。

これは2006年だったかな？慶応の医学部が正式に論文で出しています。入らないんです。異物ですから。

昨今逆にナノコロイドって化粧品いろいろありますよね。あれは危ないですよ。

プラチナコロイドは5ナノですが、これは隙間を全部透過します。という事はそのまま血管に入っちゃう。

でも、そのあと調べました。5ナノってサイズは何だと思いませんか？何の物のサイズ？

それは、遺伝子より小さいサイズです。

つまり、逆に言えばプラチナが5ナノになるという事は科学的にありえない。

そこもウソです。

「DHMO」の話しは、水を説明していることを伏せ、事実と反しない程度にあえて負の印象を強調し、聞き手があたかも恐ろしい物質だと感じるように仕向けた一例。

これが世の中に山ほどある。じゃあ、ついでにもう一つ話をしましょうか。

玄米と白米はどちらが体に良いのでしょうか？

玄米ですよ？

という事は、玄米の食物繊維って良いんですよ？

だから玄米食べるんでしょう？

じゃあ、玄米と白米の食物繊維の量の違いってどれくらいだと思いますか？

玄米に含まれている食物繊維の量は、白米の+0.3%。たったそんなもん。

粳穀全部食物繊維だと思っちゃうでしょう？

違うからね。

そうになると、玄米と白米で栄養素の違いってどうなんだろう？ ただ、外側に包まれているでしょう？ 粳穀で包まれているので、白米のように一気に糖質を吸収する事がないから、血糖値が徐々にゆっくり上がりますよというだけの話です。

残留農薬を考えると玄米でない方が良いし、少し削った方が良い。

さあ、皆さんの知っている健康情報って何なんでしょう？

批判する必要はないんですけども、あまりにもいろいろな事をはっきり言うてくる物については、ちょっと「えっ!？」って思った方が安全という事です。

Ⅳ まとめ

特徴を申し上げますから、これ、ちゃんと覚えてください。

今、世の中に氾濫している健康情報とされるもののうち、危険な物の特徴です。これを言っていたら危険だよ。これを言っていたらウソだよというものです。

●世の中にあふれている健康情報の特徴

1. むやみに安直な数字を使う

「30万人を診たが、死亡診断書を書いたことがない」

「〇〇療法の患者は述べ14,000人。奏効率54%」

「300名を超える治療で、死亡率は12名に過ぎない」

有名な本に書いてあったんです。私は今まで30万人の人を診察して来て、その人たちにいろ

んなアドバイスをしました。そうしたら、死亡診断書を私は一枚も書いた事がない。私の患者は一人も死んでいません。他のお医者さんの所ではいっぱい死んでいます。…と云う訳です。

そりゃそうです、その患者がみんな他に行ったから。

これは敢えて名前を申し上げてしまうと、ちょっと気をつけなければいけないんで、僕も一時一所懸命本を読んだんですが、新谷さんとおっしゃる方です。

あの30万人のトリックはそこです。彼は腸が専門のお医者さんで、死に立ち会うようなお医者さんではないですから、死亡診断書を書くわけがない。これが一つです。

「〇〇療法の患者は述べ14,000人。奏効率54%」って、効いたんだよ54%も。これは新免疫療法です。

信じますね。お医者さんが言っている。自分のクリニックではこの療法を使っています。そうしたら、のべ14,000人の方に処方した結果、そのうち54%に改善が見られた、と言うのです。

信用しますね。

では54%って数字、どこから出たと思いますか？ どこ探しても何の根拠も出てこない。

その人が本に書いているだけ。

診断書もない。「新免疫療法」もその人が作った言葉。まるでお医者さんがやっているように思っちゃいますし、医学会全部がやっているように思っちゃいますけど、違います。

危険な健康情報の特徴

1. むやみに数字を使う

「30万人を診たが、死亡診断書を書いたことがない」
「〇〇療法の患者は述べ14,000人。奏効率54%」
「300名を超える治療で死亡確認は12名に過ぎない」

やたらと数字をひけらかす文章は
その数字に意味があるのかを疑うことが
「疑似科学的な健康情報」を見破る突破口

「300 名を超える治療で死亡確認は 12 名に過ぎない」…だから、他のお医者さんのところに行きたんだった。

数字はダメ。根拠を示していない数字については、絶対書いているやつを信用しちゃダメ。

やたらと数字をひけらかす文章は、その数字に意味があるかを疑うことが「疑似科学的な健康情報」を見破る突破口です。

その数字に意味があるのかどうか、パッと信用しちゃう。「えっ？」と思っちゃう。凄いよね。

そこに「はい？ なんで？」って、ちょっと思ってください。まずそれが、偽物か本物かを見分ける突破口の一つです。

だって命預けるんですよ、皆さん、こういう情報に。

疑問抱かなくて預けられます？ その数字に意味があるのかどうかを疑ってください。

2. 新造語を使う

「新免疫療法」「ミラクル・エンザイム」「腸相」「商売化学、真理科学」…

ミラクル・エンザイムって、酵素って言えば良いじゃん、普通に。

万田酵素だってあるよね。

ちなみに酵素って、いろんな酵素がありますよね、売ってますよね？ あれ飲んだら体のどこに行きます？ 体のあちこち？

例えば、脾臓の酵素って凄く大切ですよ？ 代謝酵素とか消化酵素とか、色々なものがありますよね。

外からか取り入れが酵素が、そういった体の消化酵素や代謝酵素になってくれます？ ならないです。

酵素だってタンパク質の一部、アミノ酸ですから、飲んだ物が体のどこに行くかなんて分かんないです。「グルグルグルグルグルコサミン」と同じ。飲んでも何の役にも立たない。アミノ酸だもん。膝にピンポイントで行くわけじゃない。

「腸相」…腸にも手相のようなものあります。

うーん、みんなバラバラだからねえ、あるかもしれないですけども、これに絡んで宿便って言うっちゃうんですよ。

この間も、榎木さんだったけ？ 30 日断食した。そうしたら何日か目に真っ黒な便が出た。

あれ、何だと思います？ 宿便？ 宿便なんてある？ 大腸検診した事のある方、手を挙げてみてくださいもらえますか？ その時、宿便、ありました？ 無かったでしょう？ 下剤で普通に便が出るでしょう？

という事は宿便なんてないのです。あったら下剤効かない。

つまり、榎木さんがやった断食をして出るものと言うのは、殆どが内蔵のカスです。

ちょっと汚い話かもしれませんが、便がありますね。便は 1/3 が食物、1/3 が内臓の細胞の死骸、もう 1/3 が乳酸菌です。それが出ているだけです。

食べ物がなくなったら出て来て見れるのは、細胞の死骸と死んだ乳酸菌。ですから、蓄便ではないんです。これが一つ。

もう一つ、ひょっとしたら内蔵に刺激がいかないために起きた、血液である可能性もある。憩室から出血した物が混ざっている可能性が非常に高いです。要は剥がれてきますからね。

見間違いですね、宿便があると思うのが間違いです。

同じ事で、新谷さんが言った「腸を洗いましょう」というのは、例えば顔に吹き出物がある人は、一回二回やるのはいいです。体を整理するのにね。毎日続けてやられる方居ますね。芸能人でもい

危険な健康情報の特徴

2. 新造語を使う

「新免疫療法」
「ミラクル・エンザイム」「腸相」
「商売科学、真理科学」……

耳慣れない言葉が出てきたら、それはすでに存在する言葉なのか、それとも新造語なのかを見定めましょう

ますけど、これは腸が消化して排泄する能力を奪っちゃいますので、腸が何にもやらなくなりますよ。

腸の壁自体が、ツルツルになっちゃいますから、消化吸収できなくなります。

本当にたまにやる、食べ過ぎたな、便秘したなと思ったらやる分にはいいんですけど、毎日やるものではないです。

「商売科学、真理科学」って語ってるけど、商売がメインだよビジネスだよ、いやこっちが本物の科学だよという言葉だってないですからね。境目なんてないです。だから、新しい言葉。

これですね。

耳慣れない言葉が出てきたら、それはすでに存在する言葉なのか、それとも新造語なのかを見定めましょう。

当然、新しい言葉と云うのは出て来ます。例えば今から 10 年くらい前までは、欧米に「肩こり」と云う単語はなかった。"backache（腰痛）" がありました。ところが日本人は当時腰痛がなくて、肩こりばかり。モンゴロイドには「肩こり」という症状があってね…という論文が出たら途端に、彼らの中に "stiff shoulder" という単語が作られた。

これはベルリッツの先生から聞いて、びっくりしちゃった。

そうしたら今、大変ですね、ラスベガスだろうがフランスのシャルル・ドゴール空港だろうがドバイ空港だろうが、世界中の空港で通路のど真ん中で中国人が椅子置いて、白人の背中をマッサージしている。

有り得ないねあんな光景。随分時代が変わったなと思います。

そういうように、新しく出て来るものもあります。

大切なのは、新しい言葉なのか確認した上で、それについての論文なり何なりがあるかどうか。

例えばうちの PROUSION もそうですね。

PROUSION は僕の作った言葉です。商標登録しています。多孔質という意味合いと、名詞にす

る為の ion をつけて名前にしました。これについては全部学会発表しています。

学会発表というような事があるかという話です。

3. 話が簡潔で極端

「抗がん剤は毒だからダメ」「○○という食べ物の□□が△△にいい」

「○○は健康に悪い」

「□□は悪い食べ物、△△は良い食べ物」

ハッキリ言っちゃうやつね。ダメでしょう。

例えばニンジンに含まれるβカロチンは、ビタミン A の元の素材だから目にいいとかね、言うわけですよ。でもβカロチン、摂り過ぎたらガンが増えたという話もありますもんね。

もう一つ、ニンジンに含まれる成分というものは、他のビタミンを破壊する酵素を持っていますから、生のニンジンをバリバリ食べていたら活性酸素で死んでしまいます。

だからリンゴと一緒に合わせて飲む。リンゴ酸が、ニンジンのビタミン C を破壊する酵素を中和してくれるから、ニンジンの栄養素をしっかり摂れますよねというように、真っ当に話を持っていかないといけないのですけど。

「○○は健康に悪い」「タバコは体に悪い」分かってます。だけど、それで無くなるストレスも多いという事。

逆に私はタバコをやめたが為にストレスが多くなって、その分アルコールが増えました（笑）。

「□□は悪い食べ物、△△は良い食べ物」…これも辞めましょう。

危ない健康情報の特徴

3. 話が簡潔で極端

「抗がん剤は毒だからダメ」

「○○という食べ物の□□が△△にいい」

「○○は健康に悪い」

「□□は悪い食べ物、△△は良い食べ物」

正確な事よりも
意見の対立を面白がり、煽り、
センセーショナルをアピールしているのではないか？

さっき言いましたが、白米は昨今悪い物とされてます。色白いし、糖質が多いし。だけど白米が出てきてから我々の栄養素のバランスって変わったでしょ？ 安定して来ているわけじゃないですか？ だから良い悪いって、ないんですよ。

もっと言うと、「甘草」。漢方薬で使われている物です。これを漢方で煎じて飲むと風邪に効くんですよ。

西洋薬は風邪薬に甘草エキスを入れます。これは何なのかと言うと、甘草という草に含まれている一番多い成分をピックアップして風邪薬に入れています。だから風邪に効くんだよというんです。でもこれを飲んでも風邪は治らない。良くなってくれません。

要は、この中に含まれる色んな、コンマ何グラムと云う成分とのバランスで効くんですよ。

これだけをピックアップして効くものってないんです。

だから食べ物で、納豆だけ食べていれば良い、血液サラサラ、というのも違うのね。納豆に併せて何を食えると言う、いろんな要素が絡んで絡んで我々の体というのは作られている。

だから「ばっかり喰いはダメだ」というのもそこから来ます。偏食がダメなのもそこなんですよ。

だから結局はいろんな物をバランス良く食べましょうというのが一番真っ当、それだけです。

「□□は悪い食べ物、△△は良い食べ物」という考え方は捨てましょう。

● 正確な事よりも意見の対立を面白がり、煽り、センセーショナルをアピールしているのではないかな？

意見の対立ですね「良い食べ物、悪い食べ物」というのは、端的に言うというのはセンセーショナルに、頭にインプットされちゃうものなんで、それでアピール図っているんじゃないのかな？

「この代物は」という見方。実際これ、良い悪いというものではないんです。

こうしないと物って売れませんから。

ただ、あまりにもやり過ぎていたらビジネスに

走り過ぎている、これって何か裏があると思っておかないと、危ないものが非常に多いという事。

正確な事というよりも、煽ってませんかセンセーショナルに。

4. 主張したい事だけを言っている。

自分たちが伝えたいことだけをアピールし、それしかない、それしか見えないようにセッティングしている。

これはテレビ番組の特徴ですね。

今日のメインテーマはこれですって、よく「おもいきりテレビ」でやってました。翌日は今日のメインテーマはこれですって、昨日やった事と真反対の事を平気で言っているでしょう。昨日は確かこれってダメって言ってたよね…というのが、今日は良くて、明日言っているものを否定するなんて、山ほどあるでしょう。

その日の物にフォーカスしないと番組作れないとかね。

物が売れないというのは、ここのところですよ。

とにかくそれしか見えないようにセッティングしている。これが洗脳ですからね。

オウム真理教の洗脳が、三畳一間に一人を閉じ込めて、24 時間入れ替わり立ち代わり人が入って来て、麻原彰晃の言っているいわゆる良い事悪い事が分かりませんけどもそれをずーっと言い続ける。自分たちがどうしても居なくなるという時は、ずーっとテープ聞かせっぱなし。

そうすると脳みそってどうなるのか。「もういい、これ本当だって事にしておこう。」

危険な健康情報の特徴

4. 主張したい事だけを言っている

自分たちが伝えたい事だけをアピールし、それしか無い、それしか見えないようにセッティングしている

情報が偏っていないか

ヒトを対象にした、客観的で有意なデータがあるか
学会発表、さらに論文として専門誌に載っているか

これが警察でいうと自白でしょう？　これが洗脳の基本パターンです。染まっていきます。

これがず〜っと 1 番から 4 番まで申し上げましたけど、

●情報が偏っていないか

ヒトを対象にした、客観的で有意なデータがあるか学会発表、さらに論文として専門誌に載っているか。

こういう物が沢山あればあるほど、健康情報ってそういうものだよねって洗脳されちゃう。

だからもう一回言います。

情報が偏っていないか、という事が非常に大きい。マウスとか、豚とかではなく、あくまでも人間を対象としたデータがあるのか、しかも有意なデータね。はっきりとデータ変化ありましたよって立証できるデータね。

それが、学会発表とか更に論文として専門誌に載っているかどうか。

学会発表ではまだ弱いかもしれない。論文まで行ったらもう天下無敵。でも論文までいくということはもう完全に薬の世界になっちゃうよね。

最低でも、人間のデータとして学会発表しているかどうかだけは、ちゃんとチェックしてください。

併せて、この製品としてですよ。原材料じゃない。その製品としてのデータが発表されているかどうかという事が非常に大きい。

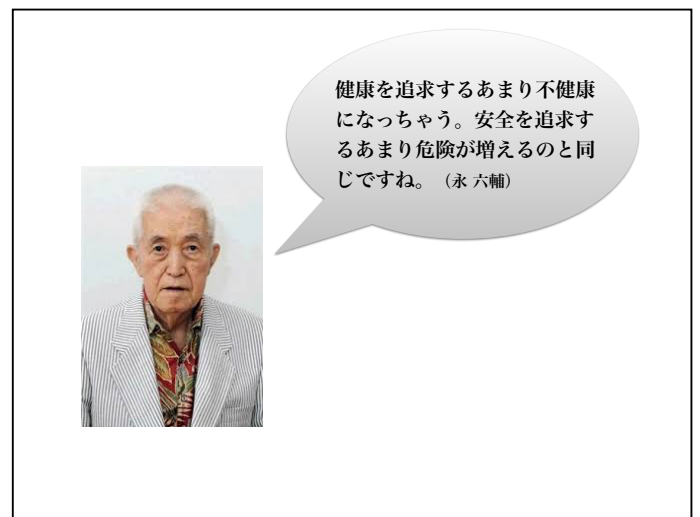
今の 1 番から 4 番までがメインです。

本当はこれ以上に言いたいことは山ほどあるんですけど、これ言ったら今から 10 時間くらい掛かるんで、今回はこれ位までにしておきます。

え〜と、私の叔父の浜松医大の高田が言っているネタを散りばめていますので、何かありましたら責任は橋本ではなく、浜松医大名誉教授の高田明和まで直接言ってください（笑）。

健康を追求するあまり不健康になっちゃう。安全を追求するあまり危険が増えるのと同じですね

もう一回言います。健康ってなんですか？　皆さんにとって健康とは。



僕にとっての健康とは、美味しいものが食べられる事です。

健康概念、自分の中の健康てなんなのかなって事をちょっと考えてください。健康寿命をいかにのばすか。

生活習慣病は自分でコントロールしてください。生活習慣病で病院に行くというのは、むしろその生活習慣病で病院に行く事が、医療業界にいい気にさせる一番の原因。

風邪を引く、血圧が高い、糖尿病…これ全部生活習慣病です。

血糖値が高い、じゃあまずお野菜から食べればいいじゃない？　普段食べているご飯をちょっと一杯少なくすればいいじゃない？　日本酒をやめて、ビールをやめて、ウイスキーにすればいいじゃない？　とかね、ちょっとアレンジしたらかなりコントロールできる。じゃないと結局自分のお金を使って損ばかりしている。

ですから大切なのは、皆さんの頭の中にこびりついている健康情報の概念が間違っている、全部それはテレビ雑誌に洗脳されていますから。間違えのないように。

今日はここら辺までという事で、どうもありがとうございました。

（了）