

<p>創刊号 平成20年11月</p>	<h1 style="text-align: center;">もう一つの道</h1> <p>情報は、うのみにせず、注意深く 徐々に試してください。</p>	<p>山田整骨院 熊本市出水4 - 25 - 1 096 - 364-7611 http://yamadasu.com/</p>
-------------------------	--	---

この度山田整骨院では、院長山田道夫が永年研究し資料を集めてきた情報を患者さんやご縁のある方々へ、活かしていただくためお知らせすることになりました。

普通の、いわゆる常識的な情報はどこでも手に入れることができるでしょうから、この紙面では一般的な方法ではない、驚くような世に知られていない方法をお知らせしたいと思います。つまりもう一つの方法ということで、この情報紙を「もう一つの道」という名称にしました。

しっかりした先達の研究、信頼のおける情報源から、確かな情報をお伝えします。

多くの人々の為になると思って発信しますが、中には合わない方もいるかもしれませんので、情報をうのみにしないで注意して徐々に少しずつ試してください。試してみられたご感想、あるいは疑問、質問大歓迎です。ご遠慮なく、お手紙等で、お申し出ください。

不妊症について

現在不妊で悩まれている方が結構います。大分県日田市のあるお店では、ノートに不妊に関するたくさんの寄せ書きが記入されているそうです。

私が学んだ不妊治療は断食、少食、生菜食療法です。一般的には必要な栄養をきちんと摂るのですが、これはまるっきり逆です。

その理由：断食は老廃物、毒素を排泄し体を大掃除してキレイな体をつくります。少食はやはり体をキレイにします。それと、食べる量が少ないと、内臓は食べ物を効率的に吸収しようと、究極の働きをします。生菜食は生野菜ジュースや生玄米粉を、加熱せず摂ることで太陽エネルギーをそのまま自分のエネルギーにします。つまり以上の食事療法は体をクリーンにして、最大限の体の働きをさせるということです。

その実証として、終戦後昭和22年～24年ベビーブームでたくさんの子供が生まれました。食糧事情は悪く皆お腹をすかしていましたね。もう一つ、(有)鈴木糧食研究所のレポートに肺結核で肋骨6本を取った56才の夫と、2度流産経験のある44才の妻が生野菜ジュースを摂って、立派な赤ちゃんを生んだ報告があります。目と口が引き締まった聡明そうで丸々と太った赤ちゃんです。満3ヶ月で体重7.2キロの時の写真がありますので、興味がある方は写真をお見せします。

創刊に寄せて

断食は専門家の下で行わないと危険ですが、少食と生菜食は家庭で出来ます。お悩みの方はチャレンジしてみる価値は十分あります。もっと詳しく知りたい方はご連絡ください。

夜中のトイレが近い方

夜中にトイレに何度も起きて悩んでいる方、今から寒くなりますと、もっと回数が増えますよね。睡眠が不十分となり、夜中に起きて歩くのは危険でもあります。

簡単ないい方法があります。山田整骨院にキッチンシートがあります。本来食べ物を熟成させるシートですが、これを下腹部に当てて寝ると、血行が良くなって冷えないためトイレに行く回数がぐっと減ります。1枚550円、何度でも使用できます。ぜひお試しください。

なお、冷えを防ぐということで、冷えによる膝の痛み、腰の痛み等の治療補助材としてもお勧めです。又、当てて暖かくなるということで、自律神経の副交感神経の働きを活発にしますので、首に巻いて安眠、お腹に巻いて神経性大腸炎、頭に巻いて偏頭痛解消の一助となります。

運動療法のご説明

山田整骨院ではいろいろな器械運動を行いますが、今回は金魚運動の説明をします。金魚のように体を左右に揺らします。

効能 1. 背骨の左右の歪みを矯正し真直ぐにする。2. 血行を良くし筋肉を緩める。3. お腹を振って腸を刺激し排便を促す。4. 交感神経と副交感神経を同じ程度刺激することで自律神経を整える。5. その他 まがった腰を伸ばしたり、胃下垂を上げたり泌尿器系の働きを良くしたりします。以上の事を分かり易く云うと、姿勢を良くし、内臓の働きを良くし、便秘を解消してお腹をひっこめ、良く眠れるようになるということです。

次号予告

1. 痛みを瞬時に消し去る治療法。 2. 交通事故傷害の治療ポイント。 3. 木枕の効能。 4. 運動療法の毛管運動の解説。 以上を予定しています。

あしがき

現在、連日テレビで年金記録や年金未納等、社会保障制度の不備が大問題となっています。大変残念なことです。

システムとして誤りがあったことは否めません。外国にはしっかりした制度がありますので、良い物は素直に取り入れて貰いたいものです。

私は1970年スウェーデンで6ヶ月アルバイトをしました。その時税金30%位徴収されました。帰国後、スウェーデン政府から税金をとり過ぎたから還付すると送金してきました。私が請求しなくても、過払いには還付というシステムが出来ていた訳です。日本では年金は申告しなければ支払わないとなっているようですが、不親切で、誤ったシステムだと思います。