


<p>第 31 回 平成 23 年 6 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/ E-mail:yamadasu@opal.ocn.ne.jp</p>
---	--	---

究極の非常食について

今回の東日本大震災に際して、どんな非常食を準備したらいいかお考えのこと
と思います。そこで西医学の戦時中の非常食をご紹介します。

戦時下の食生活と保健 西勝造
月刊西会会報 昭和 19 年 9 月発行

生食

今日の如き非常時に対しまして、各方面に食糧問題がかなり重大問題となりつつあるようであります。・・・略・・・もし玄米でありますと、一日普通人で一合あったら十分でございます。それから労働者ならば、一合五勺、乃至二合で宜しうございます。どうして食べるかと申しますと、それは生の玄米を粉にする。挽いて粉にしまして、うどん粉みたいに致します。・・・略・・・昼と晩に食べるだけでございます。それから生の野菜を副食物として百匁を追加致します。つまり 376 グラムに当たります。種類は三種類以上-例えば大根とその葉っぱ、それに人参なら人参を摩潰します。今まで煮た物を召上がっている方は、最初摩潰したのを半年位なさると、それからはそう完全に細かくしなくともよい。これは専門家から相当非難を受けました。何となれば「カロリー」に換算しますと、僅かに五百乃至七百カロリー一位になります。それで身体の目方も減らなければ健康上何等差支えがない。もし生野菜ばかり摂る場合は約三百乃至三百五十匁で宜しうございます。

カロリー

それは熱力学第二法則の応用であります。今までは二千四百とか三千カロリーとか申しますけれども、生の物を食べますと、ほとんど五分之一、四分之一で宜しいのであります。・・・略・・・今や非常時下であります。一朝空襲を受けたという時には、・・・ガスが止る、水道が止る、電気も止る、交通も

遮断され、配給もうまく行かないという時に当ってあなた方はどうなさるのでしょう。その時に当りまして、生の物で日頃の半分の配給でもよいということが判ったならば、少なくともこれを練習なさる必要があるのではないのでしょうかと考えます。そこで最初の一週間は非常に不味い。それはてんで問題になりません。次の一週間で少しは味が出ます。次の一週間が来ますと、こんな旨い物を何故早く教えてくれなかったかと申されます。第三週目が参りますと牛肉を思えば牛肉の味がし、鶏肉と思えば鶏肉の味がする。おいしいと思う物の味を味わうことが出来ます。……生の物を食べていると、第一歯医者に行く必要がない。炭もガスも要らない。生野菜の泥食は難症の癌が治ってしまう。勿論それには裸療法という療法を加えます。……健康体の者が空襲を受けたときは、配給米を一日一人当一合、乃至一合五勺を粉末にしてそれに、番茶を水に入れて、それを呑む。茶殻は摺り潰して、食べることにする。三日間でも五日間でも差支えない。これは戦時下の食糧問題でございます。以下略

解 説

生食は熱力学第二法則に基づいています。カロリー説は第一法則です。非常に高度で難解で、私にはうまく説明できません。西先生曰く、“栄養学は熱力学第二法則によって研究されるべきもので、現代栄養学のような熱力学の法則では、その真相を把握できないものと信じている。誤った熱力学の法則の上に立って、熱量だ、カロリーだと騒いでいても、結局は栄養問題は枝道に走り、栄養過剰によって病人が増加するばかりである。食品が体内において低温にて行われる生理的燃焼と、実験室内における実験的燃焼とでは、ともに酸化作用ではあるが、根本的に異なる点があるのである。”

昭和 22 年九州大学医学部の倉恒医学士(当時)の夫人が、生後 3 ヶ月の赤ちゃんを育てる身でありながら、片方は手術して乳が出ず、もう片方も乳腺炎となって化膿し、西勝造先生に相談しました。西先生の指導により、生野菜泥汁療法を実行しました。12 月、1 月、2 月の 3 ヶ月間、生野菜 1 日 1500g で過しました。三ヶ月の平均熱量は 1000 カロリー、そのうちの 600 カロリーは赤ちゃんが乳として摂り、残り 400 カロリーで生活したことになります。乳腺炎は 2 週間目に治り、手術して乳の出なかった方からも乳が出るようになったという事実があります。

大阪の森美智代さんは 10 年前から一日青汁一杯 60 カロリーで元気に過しています。(もう一つの道 19 号参照)。生玄米と石臼、西会本部のフリーズドライ生野菜青汁と生水があれば、一ヶ月間、健康的に安心して過すことができます。