

<p>第50号 平成25年 1月 HPに 創刊号から 連載中</p>	<h1>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 熊本市中央区出水4-25-1 096-364-7611 http://yamadasu.com/ 熊本交通事故, 山田整骨院 <input type="button" value="検索"/> http://www.jiko-kumamoto.net/</p>
--	---	--

安心 確実 自然 受胎法

最近知り合いが体外受精に1回60万円かかり大変、と話し、丁度その頃西式健康法の大先輩の方が、姪が嫁ぎ先から子供が出来ないので実家に帰されることになり、姪に指導して妊娠させたこと、を聞き及んで、この機会に西式の妊娠法をご紹介しますことにしました。

リーベンシュタインの産前産後の体操法

1. 抵抗に抗して、膝を開閉する運動 骨盤を拡張し、臀筋及び大腿筋を強化し、安産をする。仰臥位で、膝を立て、手を後頭部に組む。上半身は十分弛めておく。助手が両膝の外側へ手を当て、膝をすぼめるようにするのに対し、婦人は徐々にできるだけ膝を広げるようにする。次に助手が手を膝の内側に当てて膝を広げるようにするのに対し、婦人は徐々に膝をすぼめて、ぴたりと閉じるまで続ける。＜注意＞ア. 抵抗が強すぎて、婦人の膝が震えたり、運動が断続したりせぬよう、なるべく徐々に、等速的な運動をすること。イ. 回数も疲労せぬ程度に、適宜行う。

2. 骨盤底の運動法 膣の括約筋を強化し、その性的活動を補強し、分娩を容易にする。前の1と同じ体位で、膝を少し広げた位置。最初、肛門をできるだけ強くすぼめ、臀筋組織を激しく収縮させる。(あたかも盛んに催してくる便通を一生懸命こらえるような状態)。このような緊張状態を適宜の時間続けた後、筋肉を全部弛緩させて休息する。3回～5回行う。(注意は1と同じ)

渡辺 正医学博士の解説と指導

不妊の原因は多くは子宮後屈、無月経、卵巣及び卵管の炎症、または子宮發育不全などによることが多い。足の故障と便秘がその真の原因である。合掌合蹠法を主として六大法則を行い、生水、柿茶を飲み、生野菜を摂る。裸療法と温冷浴を行い、脚力法はさらに効果的である。夫婦共々入院し、退院後自宅で実行して子宝に恵まれた例は多い。

樫尾 大郎医学博士の解説と指導

美食家は妊娠しにくい。養子が何代も続くのはそのためかもしれない。生野菜を食べていると妊娠しやすい。妊娠可能日（排卵日）前2，3日から、お粥でも食べて栄養を落とすことを、夫がやれば男の子、妻がやれば女の子をはらみやすい。一週間も断食すると、不妊だった人も妊娠することもある。合掌合蹠は子宮の位置を正し、卵巣の機能を回復させる。

甲田 光雄医学博士 監修
生菜食健康法 — 生菜食で不妊を克服

近藤勝美さん 41 歳。私もごたぶんにもれず、甘党で、嫁ぎ先でも家中が甘党で、十時、三時の休みになると必ずおまんじゅうか生菓子が出ました。食事の味付けも甘辛く、肉と魚類が多く、野菜はその付け合せ程度でわずかでした。そんな食生活の中で、結婚四年の間に二回も三カ月未満で流産が重なり、そのあと二年余りの間妊娠の微候がありませんでした。略。そして甲田療法のお話何のためらいもなく昭和 57 年 5 月 6 日から早速青汁飲用、玄米の五分粥を始め、一か月過ぎの 6 月 21 日、甲田先生に直接ご診察を受けることが出来ました。先生からは、「大丈夫です。甘い物を一切断ちなさい」と生食のご指示を頂いて帰りました。引き続き 8 月 23 日まで 108 日間五分粥を続け、ついで 8 月 24 日～11 月 25 日まで生食を実行いたしました。略。11 月 26 日から普通食に戻り、毎日快適で疲れ知らずに働いていました。そんなおり、意外にも 4 月になって妊娠と分かりました。半ば諦めていたことで、とても信じられませんでした。略。おかげで 12 月 6 日、無事に出産することが出来ました。略。夫、近藤一朗さん。略。思えば昨 57 年 5 月から数えて一年有半、私たちは何としても子供が欲しいという強い願望、わらにも縋りたいという気持ちがありました。略。そこで生菜食という言葉を知りました。略。家族は私たちの食事療法に対して協力的ではありませんでした。略。私の家は代々の医家で、略。母は最初からこの両方を理解しようとはしませんでした。略。私たちは甲田療法を最初から最後まで信じて、略。今日の喜びを迎えることが出来ました。甲田先生の論評…近藤さん夫妻は本当に素直な方でした。夫婦そろって生菜食を実行されたのであります。その点、奥さまは幸せです。夫の絶大な協力がどれほど励みになったことでしょう。…以下略。

解 説

まずは六大法則等により健康的な身体を作る。次に下半身を鍛錬し受胎機能を強化する。そして生菜食、少食により究極の状態にする。夫婦協力して行う。そうすれば本来の能力を最大発揮してチャンスに恵まれるということです。