

健康ニュース 8月号

森はり・きゅう整骨院

〒274-0812 千葉県船橋市三咲4-7-18-1F

TEL 047-449-7771

診療時間
平日 AM9:00~12:00
PM3:00~8:00
土曜日 AM9:00~12:00
休診日 日・祝日



[特集]放射能に勝った玄米と味噌汁！

NPO法人日本総合医学会理事の井上明さんとい方が「原爆（放射能）に勝った玄米と味噌汁」というレポートを発表していましたのでご紹介します。ご参考になれば幸いです。

長崎の原爆投下直後から、献身的に被災者の救援・治療に活躍された、聖フランシスコ病院の秋月辰一郎医師は「昭和20年8月9日の原子爆弾は長崎市内を大半灰燼にし、数万の人々を殺した。爆心地より1.8kmの私の病院は死の灰の中に廃墟として残った。私と私の病院の仲間は、焼け出された患者を治療しながら働き続けた。私たちの病院は、長崎市内の味噌・醤油の倉庫にもなっていた。玄米と味噌は豊富にあった。さらに、わかめもたくさん保存していたのである。その時、私と一緒に患者の救助、付近の人々の治療に当たった従業員に、いわゆる原爆症が出なかった原因の一つは「わかめの味噌汁」であったと、私は確信している。」と、著書「体質と食物」（クリエー出版）に書かれている。「わかめの味噌汁と玄米食」で自分の結核を克服したと信じていた秋月医師は、スタッフ全員に「わかめの味噌汁と玄米食」を勧めていた。また砂糖(甘い物)は避けるように指示した。そのおかげで、医師・看護師らは獅子奮迅の働きで多くの命を救い、原爆症を発症したスタッフは一人もいなかったという。味噌(大豆)のタンパク質やビタミン・ミネラル、わかめのミネラル(ヨウ素やカルシウムなど)・繊維、玄米のビタミン・ミネラル・ファイトケミカル(フィチン酸・フェラル酸など)等々の総合力によって放射能の害を抑えたとしか考えられない。

広島原爆で被爆した佐和子さんは猛勉強をして広島大学工学部に入学、放射能の研究一筋の生活に入った。そして玄米食をしていた平賀先生と巡り合う。先生は暇さえあれば佐和子さんを山へ連れ出し、山菜や薬草を取りに行き、「玄米を食べて治らない病気はない。と言って玄米食を勧めた。その言葉を信じて玄米食を始めた佐和子さんの身体に数ヶ月で変化が起きた。あの焼けただれたケロイドの皮膚がポロポロと剥がれ落ちてきたのだ。髪の毛も元通りに戻った。そして平賀先生と結婚、なんと7人の子供を産み、育てたのだ。これも命ある玄米や野菜・海藻の総合力以外の何物でもない。

最後に秋月医師の著書より。「日本人は米・麦が主食で、副食として何が一番優れているかを考察すべきである。米・麦飯には、やはり何とんでも油揚げ、わかめの味噌汁が傑作である。」食生活は種々の食物の総合力であることは明らかだ。普段から野菜・海藻多めの日本食で主食は玄米に努めることは勿論だが、原爆の事故により放射能が放出されている非常事態の今こそ、玄米・大豆(味噌など)・野菜・海藻の総合力によって多くの人々が何としても自らの生命と健康を守っていただきたいと思う。

