

## 【2023年1月の注意点；お正月疲れ・冷え・乾燥・静電気帯電・暖房器具・ハンノキ花粉】

あけましておめでとうございます。「反省しても後悔しない、楽しく充実した1年」を皆さんが送れるようサポートしていければと思っていますので、どうぞ今年もよろしくお祈りします。

そして今年こそ、新型コロナやウクライナ・ロシア間の戦争が終わってほしいですね。平和と秩序が世界に戻り、誰もが自分の好きなことを、大切な人と自由に楽しめる、そんな当たり前の日常をすべての人が手に入れられるよう心から願っています。

「思いは実現する」と言うものの、願いというものは「ただ願っている・思っているだけでは他力本願」、実際どうにもなりません。願いをかなえるためには、一人一人の自らの意思による「実行力・行動力」(自分のしたいことをして、したくないことをしない力)が欠かせません。その為にも「家族と仕事を守るために、まず自分第一」(利己主義ではなく、個人主義)を、他人は変わりませんので、まずは自分から実践していきましょう。

今の自分も、そして将来の自分も、結局は自分が何をして、何をしてこなかったのか、それは「時間の使い方」によるものだと考えます。昔から「善は急げ」という言葉もありますが、「いつか…」は結局実現しません。時間は決して取り戻せませんし、お金で買えないものだからこそ、今は「コスパ」よりも「タイパ」なのです。

自分の人生において「ハンドルを握っているのは自分自身」です。時間を無駄にしているなど思う方は、その無駄遣いはすぐに改め、「悔いのない人生に」自分で変えていきましょう。結局自分がハッピーなら、家族もハッピーですし、仕事も勉強も…上手くいくのですから、まずは大人からお手本を見せられたらいいですね。

その為に「お金・愛情・健康」からなる自分の運命を邪魔する神羅万象に関わる問題(当院においてはNAETによって問題となるエネルギー)を取り除いていきましょう。また毎日の生活管理(弱アルカリ+温活+放電+足し算・引き算など)によって、心身の問題を自ら管理・調整できることも大切です。このように自分のエネルギーレベルを自らの意思をもって引き上げていくことは、自分と家族、そして仕事関係、さらには地域・国・地球・宇宙のエネルギー上昇に繋がると確信しております。

今後、新型コロナが終わっても、次にまた別の新型変異ウィルスが現れるのは想定内であり、時間の問題です。どんなウィルス・感染源によるパンデミックが来ても、どんな自然災害に見舞われようとも、自分が自分と家族の第一主治医であり、また自分で自分と家族を守る意識と行動力があれば、どんな困難にも対処していけるはずです。その時が来るまでに、できる準備を毎日の生活において無理なく進めていければと思っています。

増田カイロは現在の場所に移転したのが2002年1月。私(斉藤)が2001年10月から増田院長の同志としてお世話になり、21年が経ちました。これまでいろいろなことがありましたが、カイロプラクティック+NAET®という施術の柱を継続し、特にNAET®においては増田院長がDr デビから引き受けたNAETJAPANという灯を消さないようライフワークとして取り組んでいます。日本人そして日本という環境においても再現性・普遍性を備えたNAET®に発展させるべく、NAET®に関わってくださる全国の先生方と患者さんが「やってよかった」「出会えてよかった」と思っただけのよう一層精進していきたいと思っています。

新年のあいさつを兼ねた前書きが随分と長くなりましたので、注意点に移りたいと思います。

昨年未最後の増田カイロブログにも自己管理のポイントは挙げていますので、ご覧になっておいてください。

どんな症状・問題においても「犯人は自分の体の中にいる潜在感染源」ですから、「感染源を黙らせておく」(=感染源が体内にいてもいいけど邪魔しない状態)という目的のための個別目標が「体液の弱アルカリ化(朝一番尿の

pH7.4以上) + 「起床時体温 36.5~8 度」 + 「安全な電場・磁場・高周波環境 (日常的な放電・電磁波・電波対策)」となります。\*電場・磁場・電波・身体電圧に対し、ヨーロッパでは基準があります。(バウビオロジー)

注意点項目としてはいろいろ挙げていますが、改めて見直す必要があるのは「放電」でしょう。

冬季の乾燥・化繊やウールの衣類に加え、暖房を使い始めると、静電気帯電度が高まりパチパチしてきます。

睡眠中はベッド・敷布団だけでなく、枕から直接放電できたほうが安全確実です。

ただし、プラグインアース自体が電気製品ですから、枕元においてはいけません。電場は抜けても、磁場が影響します。アーシングコードを延長したり、足元の放電シーツに繋がたりすればよいでしょう。

当院では、屋内でアーシングするための手段を以下のように分類しています。それぞれに長所・短所がありますから、自分にとって使いやすく、安全にできれば、当院としてはどれでも構いません。

\*コンセントを利用したもの (①プラグインアース、②緑のアーシングコード)

\*屋内配線のアース (キッチン・洗濯場・3穴コンセントなど) を利用したもの (③リラクリフェなどの商品)

\*屋外からアースを引き込む (④アース棒; 自宅庭に埋め込み、自宅内にアース線を引き込む)

【長所】; ①②気軽にできる、①誰でもすぐ使える、②安価、③④安全・確実、③安価、USB 放電など種類が豊富

【短所】; ①高価、停電・帯電時リセットされる、枕元では使えない、②検電ドライバー+雷ガードつきコンセントタップが必要、③④設置が慣れない人には面倒、③アースが確実であるかどうかの確認が必要

放電することによって身体電圧が変化すると、それが潜在感染源を刺激することになり、「放電が不快」と感じる方もいます。その場合は、身体電圧の数字は意味を成しませんので、使えるもの・できることを無理なくしたらいいです。放電ができない人は、できるようになるまで、電磁波や潜在感染源のアレルギー除去が優先されます。

また静電気にもアレルギーがあります。静電気にアレルギーがあるということは、「静電気が溜まりやすく、抜けない状況」を意味します。せつかく放電しても、数字が下がっていたとしても、効果は十分とは言えません。一年で一番静電気が溜まるこの時期に、静電気のアレルギー除去と静電気が溜まることで活発化する潜在感染源のアレルギー除去を進めることが、放電を成功させるための大前提となります。とはいえ、何もしないよりは放電したほうがいいですから、まだ何もしていない…という方は、すぐにできることから始めましょう。

\*ベッド; 敷パッドの下に放電シーツ、枕にはアースコットン (放電繊維を織り込んだタオル、肌触りが良い)  
スマホの充電・受信は枕元で決してしない、ベッドの頭元のコンセントは使わない

\*キッチン; 電子レンジ・冷蔵庫のアースは必須、昔からの IH はアースがとれていないかも

\*洗濯機・温水便座; 水を使う場所にある電気製品もアースは必須

\*エネファーム・エコキュート・太陽光発電; 壁・屋根を隔てた部屋を寝室・子供部屋にしない

\*風呂場; 意外と身体電圧が高くなる場所でもあるため、身体電圧管理ができる人は、「アーシング風呂」にすることでより温まることができ、血流改善・疲労回復・皮膚や筋骨格の問題にも役立つ

\*暖房; エアコン・電気カーペット・こたつ・ファンヒーター・オイルヒーター・温風機・遠赤外線ヒーターなど、電気を使う暖房器具は全てアーシング (電場) が必須。また磁場対策として距離を取ることも重要。電気カーペットを新しくするなら「磁場カット」(ゼンケン製) のものがよい。

\*触る電子機器; パソコン・タブレット・スマホ・ゲームは充電しながら使う場合は、アースは必須

機器の充電が済んだら、今度は使用者の体に電気がどんどん流れ、手から内臓・血管・神経系に電気が流入、ネット・ゲーム・動画は無線や Wi-fi ではなく、有線環境のほうが安全・確実

不明点・質問などありましたら、スタッフまでどうぞ。

2023. 1 増田カイロプラクティックセンター