

【2025年3月の注意点;スギ/ヒノキ花粉・黄砂・地震月・紫外線・ストレス】

大型寒波は過ぎ去り、だんだんと春に近づいていくようですが、毎年三寒四温を繰り返しながらGW明けまでは冷え込むときが必ずありますから、皆さん油断せず、寒暖差にはくれぐれもご注意ください。昔から断熱性・気密性の低い住宅が多いせいか、冬季の静岡県の死亡率は意外にも全国トップレベルです。それだけでなく近年は夏の暑さも異常ですから、住環境整備を早急に取り組まないと、夏も冬も元気に乗りきることが難しくなります。

そのためにも弱アルカリ体質を維持するための生活管理(①重曹+クエン酸で体液pH管理、②多めのビタミンCで感染対策、③強ミヤリサンで腸内環境整備、④クリスタル岩塩で潜在感染源の鎮静化、⑤十分な栄養・睡眠・休養・ご褒美)を常に意識して日常生活に取り入れることで、体調管理の目安である【起床時体温36.5度+朝一番尿のpH7.4以上】を維持しやすくなるでしょう。この目安を維持できていないと、車で例えるなら対向車線を走っているのと同じことですから、いつ事故やトラブルに見舞われても当然の結果ということになります。自分の身体という乗り物のハンドルを握っているのは、家族・医療者など他の誰でもなく、自分自身なのですからね。

また温度・湿度・カビダニ問題などによって自宅が快適な場所でないなら、自分でいろいろ工夫したり、専門家に相談してみましよう。断熱材を内外両面にしたり、カーテンを遮光性・断熱性の高い素材に変えたり、室内を断熱性の高いカーテンで区切ったり、補助金対象になっている樹脂製サッシの二重ガラス窓に変えたりすることで、快適な温度・湿度を維持しやすく、住む人の安全・安楽を確保しながら電気・ガス代の節約にもなるでしょう。

また太陽磁場が最大の今年は、年間を通じた異常気象・想定外の事件・事故に地球全体が悩まされそうですね。これまでも道路陥没事故、刃物での無差別殺傷事件、日本海側や北部の大雪・雪崩、葉物野菜の不作、早咲き桜の開花遅れ、各地の山林火災、そして海外においても山火事・寒波・雪崩・洪水・戦争といったニュースを見ない日はありません。どれも他人事ではなく、いつ自分の身に災難が降りかかるかは誰にもわかりません。

左右が異なる脈を打つ死脈という現象は、東洋医学的な判断として、命の危険が迫っているときに見られるものとされています。個人的にたまに調べておくといいでしょう。自分だけでなく、家族にもそういう現象が認められるならば、個人ではなくその地域が危険という意味ですから、情報を集めて冷静に落ち着いて行動しましょう。

また備えあれば憂いなし。何が起ころうとも大丈夫なように、水・食料・トイレといった最低限の準備も見直しましょう。

そこで今年特に皆さんにお勧めしているのがクリスタル岩塩です。これは食べ物・化学物質・電磁波・ストレス・潜在感染源などの影響でぶれている自分の軸を正しく整えてくれる「本物のお守り」です。身につけたり、食事で摂ったり、寝室を安全な場所にしたりとクリスタル岩塩を毎日の生活に取り入れ、有効に使っておきましょう。

本物のお守りとして使えるアイテムは他にもありますが、クリスタル岩塩は誰もが安全に効率よく使え、かつ自分のエネルギーをマイナスからプラスに変えてくれる唯一無二のアイテムです。ですから、塩としてではなく「お守り」としてお勧めしているのです。クリスタル岩塩は単に塩辛いだけですから、米にかけたり、調理に使う塩としてお勧めするのは、鉄を含んで甘くておいしいピンク岩塩です。

クリスタル岩塩に関して、これまでいろいろ使い方をお伝えしてきましたが、必須ポイントは以下の3つです。

- ① 食生活:炊飯時2合に小さじ半分~1入れる、ちょっと塩が効いているなど感じるくらいの量を汁物に追加する
- ② 寝室の北に空気に触れるように置く(最低1キロ、体調が気になるなら2.5キロ以上)
- ③ 常に身につけておく(体調が気になるなら肌にできるだけ近いほうがよい、手で直接触れておく)

自分の潜在感染源を騒がせない、他人の潜在感染源に自分が左右されない、自分が望むことを引き寄せ、自分が望

まないことを引き寄せない。本当の意味で「福は内鬼は外」を現実にするためにこれだけは最低限やっておいてほしいことです。家族と仕事を守るためにも、まず自分を一番に守っておくことが大事なのですからね。

2月末にスギ花粉の飛散が全国的に始まりました。今年は早咲き桜だけでなく、スギ花粉の飛散も遅かった印象です。それまでは黄砂に含まれる化学物質や重金属が皆さんの不快症状に対する引き金のトップでしたから、細菌(特に歯周病菌・虫歯菌およびその毒素)を原因・犯人とする問題が多かったのですが、引き金がスギ花粉に切り替わるとすぐに、問題の原因・犯人はウィルス(特にヘルペス)にどなたも切り替わっています。

スギ花粉以外にも、3月から強くなる紫外線、環境の変化・ホルモンバランスの崩れ・疲れといった心身のストレスを引き金に脳神経・目・耳・鼻・のど・皮膚・おなかなどに潜伏しているヘルペスは同時多発テロ的に全身のあちこちで活性化します。ヘルペスが活発化することで症状のでる場所があちこち変わる人もいれば、ずっと同じという人もいます。この症状はあくまでも結果ですから、症状を追ってはいは本当の解決=治癒は望めません。

しかし残念ながら現代医療はすべて結果に対する医療です。西洋医学・東洋医学・代替療法(カイロプラクティック・整体・鍼灸・マッサージ・筋膜療法・オステオパシー・自然療法・ホメオパシー・エネルギー療法など)、これらは全て対症療法ですから、一時的に改善しても根本的に問題が解決することはありません。なぜなら問題の引き金と原因を扱うことなく、結果だけを扱っているから、時間経過とともに問題は再発もしくは転移・移動していくのです。

皆さんが知っておかなければいけないことは、薬・サプリメント・各種施術によって、血圧・血糖・コレステロール・痛み・かゆみ・しびれ・下痢・便秘・咳・鼻水・鼻づまり・不眠といった症状のコントロールはできてその場をしのげていますが、その間に「問題の病巣」はどんどん広がっているのです。薬・サプリ・各種施術は、時限爆弾のタイマーを先延ばしにしているだけで、時限爆弾を完全に止めるものではありません。

問題解決を先延ばしにしている間に病巣は広がり、がん・脳卒中・心筋梗塞・認知症といった病気の患者数とその医療費は減ることなく現在進行形で増加しているのですから、将来の子供たちのへの金銭的負担が増え続けているという現実があるのです。また現代生活による体質の酸性化は乳幼児期からの健康問題に繋がり、各種アレルギー疾患・慢性疲労・過敏性腸症候群・不妊・発達障害・精神疾患・がんなどは若い人に増えていますから、全国民に今と同じ福祉サービスを無制限で提供するには増税するしかないのです。増税したくないなら、国民一人一人が医療・福祉サービスに関して、死生観も含めてもっと考え議論しなければいけない時がもうきています。

当院では脳神経系や筋骨格に対する対症療法としてのカイロプラクティックと根本原因を解決するためのNAET®を併用しています。脳や神経の働きを整えることで痛みやしびれ、機能低下といった局所症状をカイロで消し、その問題を作った引き金と原因をNAET®で除去することで、また再発予防に欠かせない弱アルカリ対策を指導することで、問題解決と共に再発・転移・遺伝を回避するために今の自分にできるベストを提供しています。とはいえ、医療の追求に終わりはなく、まだ完成形ではありませんから、日々の臨床結果を評価修正していくことで、今後さらに効率よく普遍性・再現性を備えた施術を全国で提供できればと考えています。自分と家族のために、自分の時間とお金を費やしたいと私自身が思える唯一の施術だからこそ、NAET®を介した皆さまとのご縁を大事に紡ぎ、最期にNAET®に出会えて良かった、選んでよかったと言っていただけのように、一期一会の気持ちでスタッフ一同これからも謙虚に誠実に皆さんと向き合っていければと思っています。その結果として、諦めず・怒らず・威張らず・腐らず・負けない、「あ・お・い・く・ま」が誰の中にもいる世の中を楽しみにしています。

もう少し頑張ったらお花見シーズンです。潜在感染源が活性化しないよう、くれぐれも温かくして、温かいものを摂って、しっかり寝て、ゆっくり無理なくお過ごしください。 2025.3 増田カイロプラクティックセンター