

AOVA magazine

カラダのそとがわとうちがわノおはなし・[季刊誌]

vol.1

平成27年2月6日
発行/(株)エーオーイー・アオバ

創刊号

対談「巻頭特別企画」
○丹羽耕三×白井常雄
免疫力を
考える



丹羽耕三博士○語録

波動の法則○実践

こちら健康情報局

いつしよに

悩んで

より添える

薬剤師でいたい

FALF de キッチン

素の味を

引き出す、

カフの魅力。

足立幸子さんの

足跡を辿る旅

飛騨高山

噛みしめるたびに、口の中いっぱい広がるご飯の甘み。
 最初の一口で、このご飯の違いがおわかりいただけると思います。
 ブランド米ではないのに、ひと粒ひと粒が大きくふっくらとして、
 ハリのある歯ごたえにきっと驚くはずです。
 その秘訣はとろ火でじっくりと。
 あとはチタン製のカフにおまかせください。
 ていねいに、素材のおいしさを
 十分に引き出すカフとエンレクン。
 まずはおかずなしでどうぞ。



まずはおかずなしで、カフで炊いたご飯を味わってください。

使った人はわかる、**KAFF**と**ENREQUN**

●本頁のFALF^{de}キッチン(26ページ)に体験教室レポートを掲載しています
 写真(手前)／純チタン KAFF(形態入り) 全長45cm 本体外径25cm 深さ7cm 45,500円 [税別]
 写真(奥)／純チタン ENREQUN(形態入り) 全長34cm 本体外径17.5cm 深さ9cm 19,680円 [税別]

2 | 私に繋がる風景

特集

4 | 巻頭特別企画◎対談

○丹羽耕三×白井常雄

免疫力を
考える



13 | まなざしの記憶◎撮影メモ

14 | 常雄彷徨見聞録
 フイリピン
 宗教事情

16 | 丹羽耕三博士◎語録

17 | 波動の法則◎実践

18 | 連載◎こちら健康情報局
 いっしょに
 悩んで
 より添える
 薬剤師でいたい



21 | 足立幸子さんの
 足跡を辿る旅



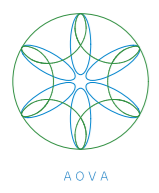
飛騨高山
 特集

26 | FALF^{de}キッチン
 素の味を
 引き出す、
 カフの魅力。



28 | ビューティサイエンス

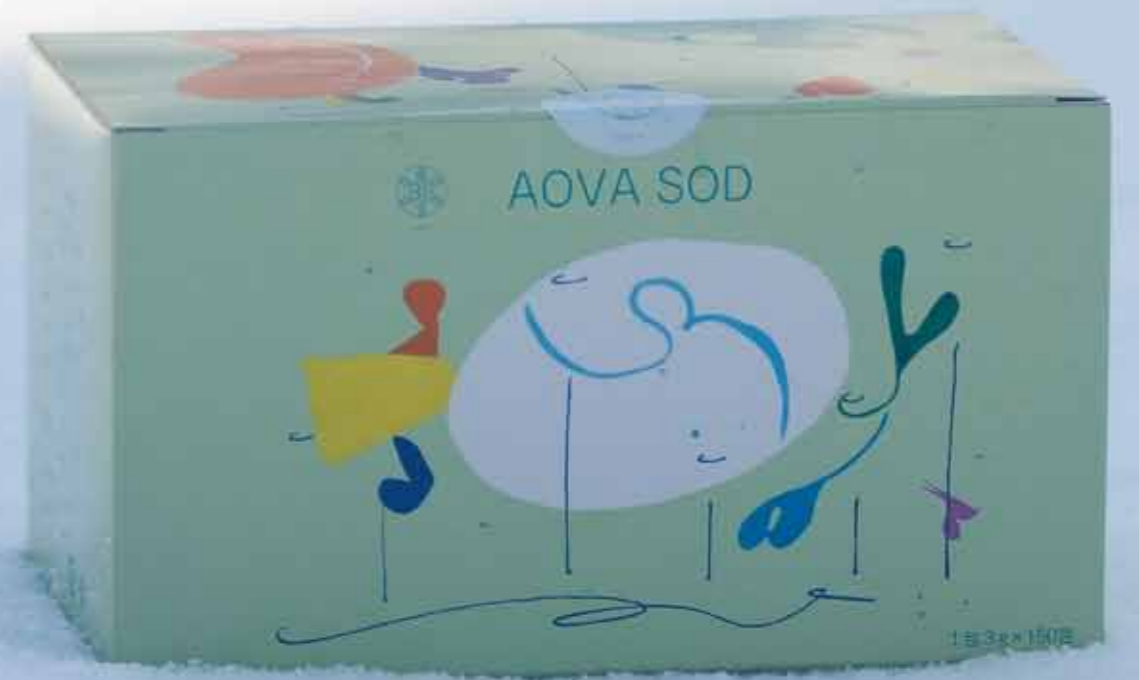
表紙・中頁・広告写真／山本純一
 タイトル・イラストレーション／西田みなこ





何気なく見過ごしていた光景が、
美しさや優しさをもった気配を発している。

免疫力を
ひきだし、
輝く、
いのちへ。



大地の恵みに育まれたアオバの栄養補助食品。
AOVA SOD シリーズはふだんの食生活では吸収されにくい天然植物の成分を、
体がスムーズに吸収できるように、配合・加工されています。

AOVA SOD 3g (150包) 18,000円 [税別] AOVA SOD 9g (110包) 36,000円 [税別]

「まなざしの記憶」

表紙写真◎撮影メモ

写真家／山本純一(飛騨高山在住)



飛騨は雪の中で眠っているような小さな町だ。私はSOD様食品(以下SOD)の撮影のためにきれいな雪を求め、晴れ間を狙って、山の中の雪原へと分け入った。肌を刺すような朝の冷気は凛としていて、吸い込むと、少しむせた。

陽の差さない雪原はブルー一色に染まっているのだが、杉の梢の間をぬって朝の陽が、新雪の上にいきなり光を放つ。私はそのわずかな光の線を狙ってSODの粉末をこんもりと盛るのだが、思うような形になかなかならず、先ほどからシャッターが切れずじまいでいる。

粉末に目を奪われていると、光は知らぬ間に移動してしまい、情景は一変してしまうからだ。移動することにより盛ったSODを雪ごと口にふくみ、食べるしかない。雪見だいふくならぬ、雪味SODだ。こんな贅沢きわまりない服用をする愛用者はいないだろうな、と思いつながら移動すること数回。マガジンの表紙のお気に入りピラミッドがようやく生まれた。

レンズを思いつき、ピラミッドに近づけ、ピントを合わせると、粒と雪だけが、ぐんぐんと鮮明に浮かび上がってきて、ピントが合わない雪の結晶は輪郭がぼけ、宙に浮かんでくる。

鳥の鳴き声すらしない、しーんと静まり返った雪原。その中に置かれたSODの佇まいは思った以上に凛として、そして美しかった。

もう少し早く見つけていれば……
そんな悲しい声を
ひとつでもなくすために、
免疫力について考える。

対談〇丹羽耕三×白井常雄

写真・文／アオバ広報室「会場／帝国ホテル」

自然はすごい、と誰もが思っています。
人知の及ばないエネルギーと、

どんな科学よりも精密なメカニズムを持っていることは、
誰もが知っています。

それなのに人間は時としてその真実にさからい、
化学薬品で病いの巣を打ち負かそうと、
愚かな失敗をくり返しています。

丹羽耕三博士がしていることは、ただひとつ。

自然に心から敬意を払うこと。

自然が私たちにもたらす力をできる限りそこなわずに
体内に届けるということ。

そこから伺えるのは、世の中のはやりすたりに左右されない

丹羽耕三博士の真摯な生き方。

二十八年間、それに魅了され続けてきた白井常雄が、
あらためて、師に問う。免疫力とは？



原始人にはね、
ガンも無ければ
膠原病も無い。
死ぬのは老衰と寄生虫が
原因なんだよ。



白井：丹羽先生は「自然の仕組みに適いながら、免疫力で人間本来の健康は取り戻せる」という信念で、SOD様食品を開発され、今までやってこられています。

現在、企業が大勢の社員や従業員の健康管理にあたって、企業自らお金を投資してでも、守らなければいけないというところに、ようやく辿り着きました。

健康経営が目ざれ始めると保険会社も含め、色々な業態が一斉に動き出すのですが、対症療法で健康経営をケアするというのは、病気になるないと事が始まらないだけにとっても難しい。ところが丹羽式免疫療法は未病の人たちや生活習慣病の人たちに対しても威力を発揮しますから、まさにこれからが正念場と私は踏んでいるんです。

免疫力について考えたのは

ところで先生が一番最初に「免疫力」に着目した経緯を教えてください。普通、臨床医でしたら、免疫のことは考えずに、病気を治すことだけを先に考えますよね？

丹羽：原始人にはね、ガンも無ければ膠原病も無い。死ぬのは老衰と寄生虫が原因なんだ。昔のようにストレスが無い自然な暮らしをしていればバイ菌が入ってきて、それを叩き潰す白血球の力が強いからね。病気が起こりかけても、リンパ球が強いからそれを抑えてね、自分で治す力があつたんだな。

なぜ、最近になってその力が無くなったか。それは火を使うことが原因になっているんだ

な。

神様は人間の体を守るようにしてくださっていて、食べているものの中に、すべての薬が入れている。ところが火を使うことによって、胃液で食物を切るような力が少なくなってきた、今まで食べていた食物を薬にすることが出来なくなったわけだ。それで化学薬品を使い出したんだな。

天然の植物種子の中にはいいものが入っていて、胃液が強いときはそれが薬になった。今の時代の植物に特殊加工を施し、その頃の人体環境を取り戻せば病気がなくなるはずだと思ひ、遠赤外線焙煎や発酵、油剤化を施したSOD様食品を作った。

原料は大豆、胡麻、小麦、抹茶、はと麦など、普段からみんなが食べているものなんだな。僕が難病に使っている天然の漢方薬にも全部に焙煎、発酵、油剤化でチェーンを切って、薬になるようにしている。

白井：先生は子の父親として、ドクターとして、剛士君の死という切ない体験の中で、「自然でなければダメなんじゃ」という確信を得られたわけですか。

丹羽：化学薬品は何の力にもならん。体を傷めていくだけ。

白井：先生は臨床医でありながら生化学者でもあるわけですが、元来研究が好きだったんですか。

丹羽：好きだった、好きだった。

白井：生化学者になるか、お医者さんになるかの選択に迷いはなかったのですか？



人よりね、
すぐれて生きていこう
思ったらね、
人並みの事しとったら
ダメなの。
人のやらんことを
やること。



やっぱり歩くとかね、
守らなきゃいかんよ。
何にも守らんかったら、
ようもならんですよ、
ただSODだけだったら。



話が始まらなかった」って言っていましたね。

丹羽：当時はみんなが知らんから。

白井：そうですね。僕の記憶では、二重酸素や過酷酸素。はたまた過激酸素に殺人酸素と色んな言葉で呼ばれていたんだけど、先生は「わしは、活性酸素がなんか一番ピンと来るような気がして、これを使うんじや」って言ってましたよね。あのとき、もし言葉に商標登録権というのがあったとしたら、活性酸素という語句は丹羽耕三の商標登録みたいなことが起き、時代も医学界も相当変わったんじゃないかと思うのですが。

丹羽：「活性酸素」という呼び方は誰も言うてなかったね。そういう言葉は、もちろん学問にあっただけね、誰も使っていなかったな。白井：そうですね。私の記憶間違いではなかったんだ。先生が本に書き、それをメディアが取り上げ、それが今、一般用語になっているという事実。これは知られざる先生の功績ですよ。

先生のしたことを追従し始めている。

丹羽：何でも俺のやってることを30年、40年後にみんながやり出してる。

白井：さきほどのN.T.Tの彼が、「先生は20年、30年前にすでにこのことをやっていた。これはノーベル賞以上ですよ」と言っていました。

僕は専門家にそういう風に言われて、改めて先生の妻さを身内として感じさせてもらったんですけれど。

たのですよね？

丹羽：ああ、あいつは食うからダメだよ。僕の言うことを守らんから。

白井：でも今は元氣になられていますよね。この前のアオバ創立25周年の時に来ていただき、「先生は神様以上の存在だ」と親方が仰っていましたよ。

私の仲間も糖尿病でね。血糖値がどうのこうのと言ってるんだけど、この連中は守らないですよ。タバコは吸う、お酒飲む。それから肉をバカバカ食べる。

丹羽：やっぱり歩くとかね、守らなきゃいかんよ。何にも守らんかったら、ようもならんですよ、ただSODだけだったら。

白井：先生のように30分以上歩くとかね。いつも先生が仰っている、四つの健康指針というものをきちんと守るということにプラス、SOD。これを一緒にやっていかないとけない。

丹羽：それをやって初めて健康になる。それもせず、肉ばかり食ってたらとんでもない。折角SODをたくさん飲んでいても、じっとしとったら回せんわ。

白井：健康指導員とか、ヘルスアドバイザー。何かそういう指導員養成講座を、今年から始めていこうと思うんですけど。丹羽式免疫療法にのっとった指導員という形でね。その意味においては、やっぱり免疫力を高めるといふことを一番の前提として説得していくというのが必要だと思っんです。

先生、もう一つは意識とか心の問題。スト

白井：話を戻しますが、健康経営で生活習慣

病というのは、我々のターゲットになるところだと思っんです。現実的には免疫力を増進させるために、先生が講演会でいつも言っている「十分な睡眠、適度な運動、バランスのとれた食事、過労・ストレスをさける」というより、私はSODを飲んでいただければ、それだけでかなりの効果が出てくると思うんですが。どう思われますか？

丹羽：まあ、僕の言うてること。「十分な睡眠、正しい食事、適度な運動」ね、これは相当意志の強い人でないと出来ないよ。大抵な人は出来ない、三日坊主。

だから、SODだけ取っとけ！ということじゃ。健康に元氣に生きて、人よりね、すぐれて生きていこう思ったらね、人並みの事しとったらダメなの。人のやらんことをやること。

白井：相撲の宮城野親方の件についてちょっと先生に聞きたいんですけど。親方の糖尿病はかなり進行してから先生のところいらし



レスとの関係もありますね。先生が患者さんを診るときにいつも仰っているじゃないですか。クヨクヨしたらいかん、陽気につて。

丹羽：そうそう。もう、ダメ、ダメ。こんな心配しとったら絶対にダメだな。

白井：やっぱり頑固なのはダメですよ。

猫はものすごくナイーブなんよ。

丹羽：猫が一番精神環境に弱くて思ったことに対して体が応えるんだな。猫が一番応えるんだよ。ものすごく神経質だから。猫のストレスが、健康に一番応える。その次が人間。猫ってものすごくナイーブなんや。

白井：先生は猫がストレスを溜めてるのが分かるんですか？

丹羽：あんまり分からんけど、動物学者猫の専門家に言わすとそうらしい。

白井：たまたま猫の話が出ましたけど、先生の「PET用SOD」今年からみんなで真剣にやっつけていきますから。

丹羽：だからSODが要るわけや。犬よりも猫にはね。犬はますます元氣になるけどね。

白井：健康経営について企業へアプローチする際、丹羽式免疫療法で免疫力を上げる。それを分かりやすく、経営者に伝えるのは地道な努力しかありませんか？やっぱり一つ一つの積み重ねかな。

丹羽：ない、ない。努力、努力。

白井：努力、努力しかない。先生がずっと努力を続けているように、我々も努力を続けるということですね。

丹羽：生化学者では食っていけんからな。

白井：なるほど、食べていくために諦めたわけですね。でもお医者さんになっても生化学者への道は忘れられなかったでしょう？

丹羽：だから、僕は一緒にやったわけや。両方一緒にな。大学において、親方の下に付いていたらそんなこと出来へんから、自分でやるう思っ。それで自分で病院を持って、自分で実験室持ってやったわけ。

白井：多忙を極める日赤の勤務医時代からでしたよね。

丹羽：自分で物置部屋を改造して実験した。

白井：それで体を壊し、土佐へ転地療養に。

丹羽：そうそう。

体を酷使したすえの結果

白井：私も先生と27年間、一緒にやってきながら色々と学ばせていただいているんですけど、先生は臨床医としての顔もすごいんですね。天才的な臨床医だと思うのですが、片や生化学者としても際立っている。

私たちの仲間に東大理学部出身でNITの研究員をやっていたのが、先生の論文を見て、「この方はドクターではなく、生化学者として世界的にも凄いことを見つけ、それを実践してみえる。なのに世間がそのことに注目していないというのが不思議なんだが、そのことを先生に聞きたい」と言っているのですよ。

丹羽：ははっ、そりや、この世界のやきもち。白井：ああ、やきもちなんですか。

丹羽：みんな自分が出来ないから、自分より

ええことやっている人間にやきもちを焼くんだよ。

白井：先生、古い話なんです。ちよつと思いで出してもらいたいのですけど。

30年前にSODを開発したとき、ペーチェット病がフリーラジカル、いや活性酸素が原因だというのを気付かれたんですよね。それは閃きだったのですか？ それとも研究の成果だったんですか？

丹羽：そりや、研究の成果だよ。

白井：研究の成果なんです。ペーチェット病のときはまだ世間では活性酸素の「か」の字もなかったですよ。

丹羽：ペーチェット病はね、好中球という細胞が悪さしとるといことはわかった。普通の健康な人の形じゃなしに、何か異常な形をしとるんだな、白血球の好中球が。じつのところ活性酸素を出すのは好中球なんや。異常な形をしとる好中球だったら、おそらく活性酸素を出しとるやろうと。それでペーチェット病の患者の活性酸素を調べ出した。

白井：そのときはすでに論文に出していたんですか？

丹羽：出していた。僕の国際医学会第一号の論文や。

白井：実際には当時、厚生省のプロジェクトドクターとして、先生は難病班の一員として認められていたんですよ。

先生は当時のことを忘れているかもしれないけど、「学会でな、わしがこの説明するとき、10分間はフリーラジカルの説明をせにや

その時はね、俺のやってることを周りは認めようとしななんだけど、30年や40年後にみんながやり出してる。

いまでは当たり前に使われている活性酸素という言葉。じつは30年前、先生がはじめて使いだしたんですよ。





丹羽：第三次元になるけど、人間って弱いからね。やっぱり信仰だな、神様のな。神様に守られているという信念がないと、動揺するからな、人間ってな。何をやっていても後ろから神様が守ってくれていると思うと、絶対元気に生きていける。そういう信仰の元にね、色んなことやるわけだね。それがないと揺らぐわね、やっていることがね、どうしても。

白井：先生が揺らがないというのは、そういうことなんですね。

丹羽：健康じゃね。
白井：なるほど。まずは我々のめざすところは健康経営。これはかつて現れていない新しいマーケットなんです。企業が本格的に健康に投資をするという時代を迎えたとき、巷に数ある健康食品や、最近、トクホと呼ばれるものや薬業界もみんな、健康経営をめざして商品開発に必死になっている。

先生はSODを開発して30年も経っているんです。私はその年月の中でどこかの企業が膨大な費用と労力をかけて新薬を開発、特に炎症という免疫不全のものに関しては一生涯命やっていますから、特効薬が出てくるだろうと思いつながら、30年が経ってしまった。丹羽：化学薬品は特効薬が出れば出るほど、副作用が出るわな。新薬、良い薬は必ず副作用がある。副作用がない化学薬品は無い。一番手っ取り早い話がキメラだな。

キメラのターゲットイング療法。分子標的治療薬ね。精製していいのが出来れば出来るほど副作用が強くなる。今、厚生省がやって

いる分子標的治療薬は安全だから逆に効かないわね。

白井：安全なら効かない。効けば副作用。これは今の、要する対症療法の致命傷ですね。

丹羽：化学薬品の基本的欠陥や。副作用で体が潰される。いい細胞も潰されるからね。

白井：先生は28年前から同じことを仰っているんだけど、今になってもそれは基本的には変わらないのですか。

丹羽：いつの時代でも同じこと。それから抗癌剤以外でも免疫抑制剤とかね、色んなのが出てくるけど、出来れば出来るほど副作用があるわな。新薬が出来ていて、その度に副作用もレベルが上がるとるな。

臓器移植は倫理観につながる。

白井：ちよつと難しい話になるんですけど、先生、人類愛として命が大切か、人の臓器をもらって生きながらえることが幸せか。

丹羽：もちろん臓器移植はね、SODで落ちるんや。自然なことじゃないから。分かるよね、いい免疫で抑えられるから、拒否反応が正常なんや、臓器移植は。自分以外の敵が入ってくるからね、落とすのが当たり前なの。SODを飲んだら免疫力が強くなって落とすから、免疫抑制剤で正常な免疫を抑えないと臓器移植できない。だから、抑えちゃうから、いいほうを。それで生きてるのがすごく異常状態ですよ。

白井：臓器移植の人には、SODはあまり良くない？

丹羽：死ぬよ！臓器移植の人にSODを飲ましたら。

昔からそうやった。昔、心臓移植やり出してな、30年ぐらい前。それでSODを飲んで悪くなって、死んじゃった人がおった。自然に反する方向での医学をやったら、わしの薬を飲んだら逆行してしまう。恐ろしい、恐ろしい。

白井：それは正に命のやり取りになっちゃいますね。先生自身、臓器移植についてはどういう風に考えられています？

丹羽：もう絶対ダメだ。

白井：許せない？それはもう私も同じですけど。自然の仕組みに反しますよね。だから僕は先生とこうやって知り会って、船井さん以來、意識の勉強をして、輪廻転生というのを100%信じるようになりましたね。

丹羽：それにも当てはまるわな。

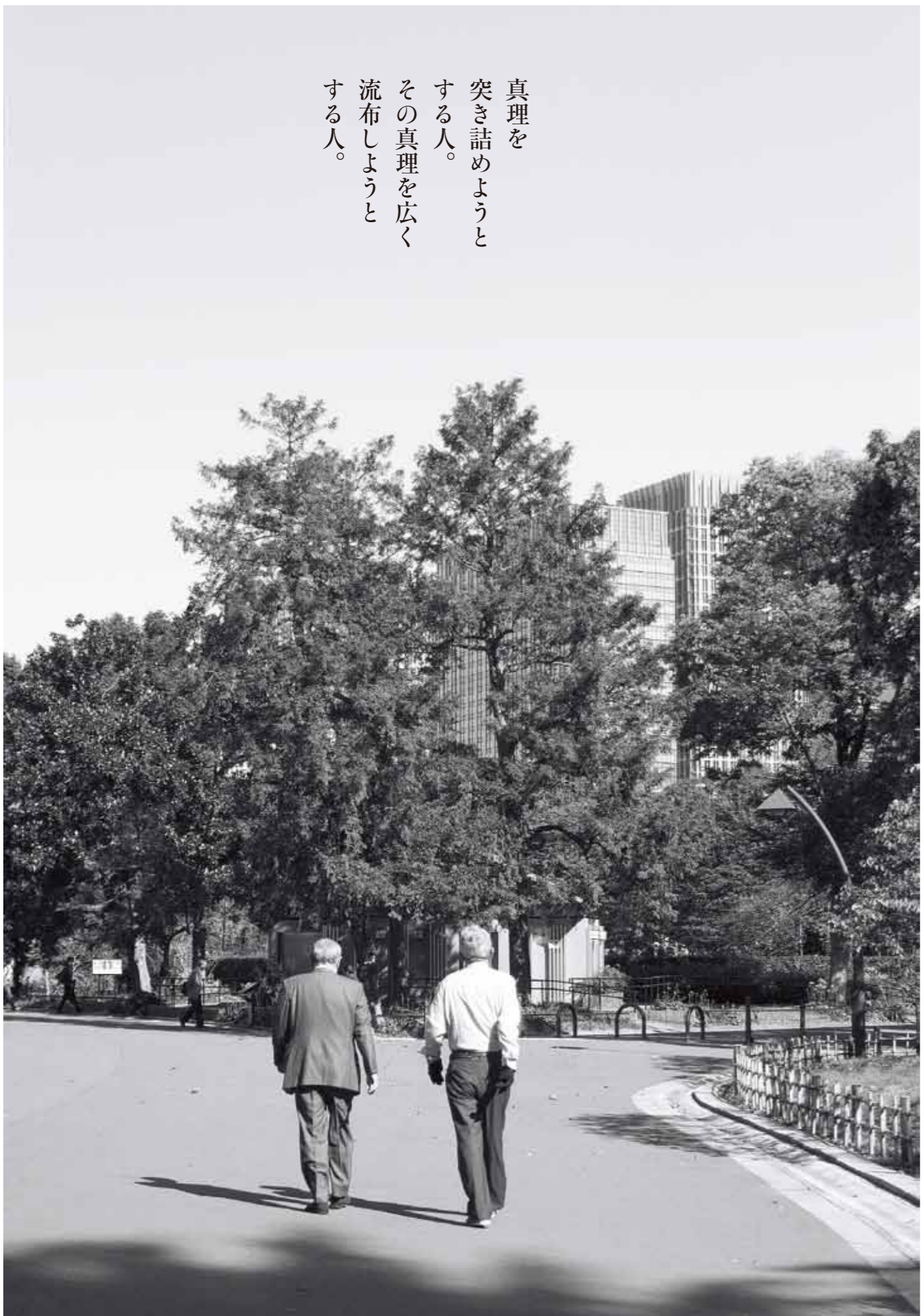
白井：基本的には、いつもこうやって先生とお話しながら28年間、ずっと断片的に話を聞いてきたのですが。

先生から伺いたいことをどのように聞き出すか、というのなかなか難しく。最後に一つだけ聞かせてください。先生の医療の方向性は、この先どのような方向に進まれるのですか？

丹羽：何十年変わらずだよ。

白井：いいですね。それでこそ、丹羽耕三の生き方です。先生とは久しぶりの対談でしたが、ぶれていない先生を知って安心しました。本日はどうもありがとうございました。

真理を
突き詰めようと
する人。
その真理を広く
流布しようと
する人。



丹羽耕三博士〇語録

文 前田美恵子

Speak Now

まえだえみこ
丹羽免疫療法振興会〇専務理事
26年半に亘り、全国のアオバ登録店の皆様のサポーター役と、通称「おにわばん」役を通じて学ばせていただいています。

白血病の息子が
教えてくれた
医者の心

私達は普段あまり意識せずに過ごしていますが、一人ひとりには課せられた使命・役割があるようです。ただ、自身の役割に気づいていて、それを実践できている人は、少ないように思います。

人生ではあの時あの体験があつて、その時はとても辛かったけれど、それを機に生き方が変わったと思えるようなことが起きます。人生の転機というべき出来事です。

丹羽耕三博士にとって、最大の転機は、最愛のご子息、剛士さんの死だったとのことですが、7歳までは神のうちと言われますが、ようやく神様の領域から人間の仲間入りまで成長したばかりの8歳で、急性骨髄性白血病を発症し、小学3年生という可愛い盛りでの早世でした。苦しみから立ち直ったその後のご活躍を拝見し思うのは、博士は生老病死で苦しむ人と、その家族の心と体を救う大きな役割を課せられて、この世に生を受けたのだという事です。

西洋医学の最先端を学び築き上げた基礎の上に、剛士さんの十字架の意味からご自身が気付かれた、医師として人間としての生きべき姿。ここから、他に追随することのできない、丹羽免疫療法が確立されました。

私は博士のご活動の一部に同行させていただく機会に恵まれ、多くの患者さんに接する博士を間近で拝見して、私自身が学ぶことが

数多くありました。

初期のころは、博士に日本全国での講演と、個別の健康相談をお願いしました。3時間以上にわたっての講演の後、80人くらいの患者さんを診ていただき、夜遅くによりやく夕食をとってホテルへチェックイン。翌日は次の会場へ移動し、前日と同じようにご講演と診察。このようなハードスケジュールを、博士は平然とこなします。片や助手役を務めた私の方は、役割の認識が中途半端なせいか、体へのダメージが大きく、数か月後のがん検診で、「子宮頸部細胞高度異形成」と診断されたのです。正直に言って衝撃でした。今でこそ病気はメッセージと受け取っていますが、その時の心境は2人の子供を残して絶対死ねないという、母としての強い思いでした。

結果は、丹羽博士の生薬と丹羽SOD内服で救われたのですが、仕事への取組みの甘さや中途半端さに気づかされ、患者さんの痛みを知り、丹羽療法の凄さを再認識する得難い体験でした。

このことが私にとって大きな転機となり、「これから残された人生を、丹羽免疫療法を知っていただくために賭けよう。一人でも多くの方へその普及に努めることが私の役割」と、心に強く決めた出来事でした。

「白血病の息子が教えてくれた医者心」。丹羽博士のその言葉が、次には私の生き方を変えてくれる言葉となりました。

波動の法則〇実践

文 西沢頼母

Speak Now

にしざわたのも〇アオバ専務取締役
初めてアオバを食べた時には、あまりのまずさに「会社を辞めなければならぬかも」と思った私も入社23年目に突入し、アオバがなければ一日が始まらない体になりました。

病は気から



「病は気から」。日本人であつたら、この言葉を知らない人はいない。便利な言葉であると同時に、アオバで20年も仕事をしていると本当にそうだな、という場面に何度も出会う。「気」という言葉を聞くと、つい魔法の杖みたいにしてしまいい、それをかざすと病気が治るようなイメージがある。ところが、「病は意識から」「病気は私に何かを教えてくれている」と置き換えると、何かしつくりとくる。

父が亡くなって、29年が過ぎた。早いものである。気づかないうちに父と一緒にいた時間より父が亡くなってからの方が長くなってしまった。その29年のうちの22年間は、アオバに在籍させてもらっている。

22年前、アオバの入社面接の時、白井社長から「お父さんは何をしているの？」と聞かれた。気づいた時にはガンの末期で、3ヶ月でこの世を去ったことを話すと「それは意味があるね」と言われた。「その意味」は分らないが、父の死をそんなふうにつけてくれることにととても喜びを感じて、こんな社長のいる会社だったら勤めたいと思ひ、入社した。

アオバの愛用者の方や、アオバの活動に取り組んでいらっしゃる方は、何かしらの病気を抱えている方が少なくない。そんな方を前に「病は気から」という言葉を口にするのは、失礼になると思ひながら、「病気になつたら、まず意識を整えていくことが大切なんです」

と、お話をすると、「意識を整えるにはどうしたらいいの？」と真剣に耳を傾けてくれる。その謙虚な姿勢が、病と正面から向き合うことになり、心の持ちようが、やがて家族との関わりも含めた自我の発見へと繋がってゆく。そして病気が好転してしまうことがしばしばあるのだ。

父の病はそれに倣えば、私や家族が意識を整えることへの重要性に気づけず、耳も傾けられず、心も開けず、の結果だったとしたら、とても残念であつたなあとと思う。

父が亡くなる少し前に、教会の神父様から、「ルルドの聖水」を頂いた。ご存知の方もいらっしゃると思うが、どんな病も治すと云われている聖地フランスのルルドという泉から湧くお水である。

私は治って欲しい一心で小さなプラスチック容器に入つたその「ルルドの聖水」を父に飲ませたのだが、翌日、父はあつけなく帰天してしまつた。当時はこれが父の運命だったのだと思ひながら、父からのメッセージに心を開けなかつた私の心情では、父の身の上の奇跡なんて起こりようがなかつたのだろう。しかし、「真の健康」を追究している今、父の死が私の心の深いところで繋がっているように思えてくるのだ。父の死がきっかけとなり、アオバで働くことを天命と思う私は、日々この仕事にベストを尽くそうと強く思っている。

いっしょに悩んで、寄り添える。

そんな薬剤師でいたい。

石川薬局◎代表取締役・薬剤師

石川 滋彦

Ishikawa Shigehiko

私は静岡市で薬局を営んでいます。お店は駿府城公園の近くで、両替町通りや呉服町通りといった名前から伺えるように、今でも当時の城下町の面影が残っています。

お店のあるところは、軒をつらねる商店街に、百年近い老舗の店構えや看板が目に入ってくるような、新旧が織り混じった七間町という町です。祖父が薬局を開局したのが昭和26年。祖父の代からのお客さんに加え、近所さん、私の代になってからは近くにある伊勢丹さんなどの商業施設にお勤めされる方などにご利用いただいています。

当時の薬局とは大きく様変わり。

私がこの店を継いだ30年前は、石川薬局はどこにもあるパパママ薬局で、日用雑貨も置いていました。もちろん医薬品の販売が主で、風邪薬や頭痛薬などの薬を販売していました。その頃は現在のような健康に関心を持つような時代ではなく、「健康食品」といえばビタミン剤をお薦めするくらいで、健康に関する情報も今と較べたら雲泥の差でした。やがて薬局の世界にも新しい波が訪れ、処方箋による調剤を行いながら、化粧品・日用

品・食品・アルコール飲料なども取り扱うような薬局が登場し、チェーン展開を始めました。私が大学を卒業したあと、入社した会社はじつはそうしたチェーン店でしたが、やがて私たちのようなパパママ薬局の将来に、大きく立ちほだかってくるのです。

「石川薬局はどうあるべきか」と行く末を模索していた時期に、家内の母が大腸ガンを煩いました。これが大きな転機となります。母の手術は無事終わったのですが、「術後の生活の中で助けになるような薬はないだろうか」と、あらためて自分の薬局を眺めたとき、自信をもって薦められる製品が何もなく、ことに愕然としました。保険医療でまかなえるのは、あくまで症状を消したり、緩和するための薬で、代替療法に関する意識は今ほど高くない、情報があまりにも少なかったのです。

義母の大腸がんが大きな転機に。

何か母に薦められるような良いものはないだろうか、と探していた頃、アメリカのガンコントロール協会が行う「がんコンベンション」が日本で開催されることを知ったのです。従来の対症療法ではない代替療法や統合医療※

を実際に行っている先生たちの研究内容を知りたくて、家内と一緒に参加しました。機能性食品などの代替療法が発表される中で、丹羽先生の「活性酸素と除去酵素」という講演が、自分の中に一番響いてきたのです。当時はあまり知られていなかった活性酸素と病気の関係、さらには健康食品でありながら、目的の成分をいかに細胞内に取り入れるかの工夫（医薬品ではこれをドラッグデリバリーシステムと呼ぶ）がしっかりと考えられていました。それは薬剤師としてまさに理にかなった製法だったのです。「これこそ、石川薬局が求めていた製品だ」と、瞬間的に感じました。

講演後、家内に色々な講師たちの研究発表の感想をたずねたところ、「SOD様食品がいんじゃない」との返答で、私と思いは同じでした。さっそく会場ブースへと出向き、石川薬局でSOD様食品を取り扱うことに決めました。（じつはこの時のSOD様食品はアオバさんではなかったのですが）

丹羽先生の「活性酸素が病気を引き起こす」という因果関係もそうですが、衝撃的だったのは愛する息子さんを病気で亡くされたこと



病気のときの不安や心細さを
少しでも和らげてあげられる。
これも薬剤師の大切な役目だと、
思っています。



で、研究への説得力が違いました。印象に残ったのは「原始人にはガンもなければ膠原病もなく、死ぬのは老衰と寄生虫が原因」という話や、人間は火を使うことで文明というものを作り出した、と思っていたのが、逆に火を使うことで、どんどん免疫力が低下しはじめたという話は、目からウロコでした。他にはスライドに映るアトピーの患者さんの劇的な変化。これにも目を見張りまして。病院へ通っているのになかなかアトピーが良くならないというお客さんに、「これはどうですか」と、自信をもって紹介ができる製品がなかっただけに、ありがたかったです。

薬局の存在理由を模索しながら

薬局としては病人の方がいなくなると、商売が立ち行かなくなってしまうのですが、かといって「病人のお客様を歓迎いたします」というのは理に適いません。やはり病気にならない体を作る。免疫力を高める予防医学という視点で、お手伝いをさせていただくのが、石川薬局らしさと強く思いました。

病院の先生だと敷居が高くて、気軽に相談できないことでも、薬剤師だったら話せることとってありますから、お客さんの不安や心細さなどに優しく接して、元気づけたいですね。この仕事を選んで良かったな、と思うのは「あのあと、体がすごく楽になったよ」とか、「熱が嘘のようにすっと引いて、よく眠れました」とって言っていたことが、一番うれいですね。

じつはもう一つ、不思議な出会いをこのコンベンションが準備してくれていたお話をさせていただきます。

丹羽先生が講演される前日、がんコンベンションの講師として招かれていた方がいました。その方の話は、初めて知る世界観で、生きることにへの核心をついた話だったので。

私は形態波動エネルギー研究所の足立育朗所長の話を慌ててメモに書き留め、後日「薬と健康に関わる上でこの話はとても大切だね」と家内と話したことを今でも憶えています。

実はこの時には丹羽先生と足立所長が繋がっていることをまったく知らなかったのです。

しばらくして家内の友人からアオバさんを知ることになり、両氏がアオバさんと切っても切れない関係にあることがわかり、意図された偶然に驚きました。

コンベンションのブースで口にしたSODとは異なり、アオバさんのSODは実に味がマイルドで、進化しているのが手にとるようわかりました。

信頼がおける薬局をめざして

相談薬局を目指す石川薬局にとってアオバさんの製品は単なる商材の一つではなく、ともに一緒になって学んでゆく同志といったところでしょうか。

店のショーウィンドウには新しいSODのパッケージをディスプレイしたり、FALF製品のアートを掛けたりして、思いをいつも共有できるようにしています。

優しい思いに溢れたPOPと、SOD様食品のパッケージが、店内の随所で見ることが出来る石川薬局。決して広くはない店内の奥には調剤室があり、店主の石川滋彦さんはパソコンを眺めながら、プリンターに手を伸ばし、立ち上がったかと思うと、処方箋を見ながら忙しくペンを走らせていました。

初めて来店されたお客さんの症状にじっくり耳を傾け、ほどよい距離感を保ちながら、持ち前の優しさで、懇切丁寧にアドバイスをされている姿が、とても印象的でした。



調剤室で書類に目を通す石川さんを、ガラス窓越しに。

石川薬局

静岡市葵区七間町3-15
電話(054)2524904
E-mail:kusuri@ishikawa-ph.com
http://www.ishikawa-ph.com

※「統合医療」とは通常医療と補完代替医療の2つを統合した医療を指します。

神の息吹に抱かれる山深い町

飛騨高山



名古屋からJR高山線に乗り、揺られること2時間あまり。宮トンネルをくぐり、宮峠を越えると、目の前には薄っすらと雪化粧した村が、扇のような大地の上に広がっていた。さきほど通過したトンネルの頂上は、国内でも珍しい分水嶺だ。南側へ流れる川は名前を変えながら、伊勢湾から太平洋へ注ぎ、北は高山の町を抜け、富山湾から日本海へと注ぐ。日本海と太平洋へ繋がる二つの源流が、ここからスタートするのである。

そんなプロローグを耳にすると、はじめて訪れる飛騨高山への思いが私の中で膨らみ、期待で高揚しはじめ。往時の時が、そのまま静止してしまった町とは、いったいどんな町なんだろう。かの足立幸子さんも魅了され、幾度となく訪れた町から、彼女の足跡を探してみたい。

アオバ◎ゆかりの旅

足立幸子さんの足跡を
追いかけて

①



創業元禄8年という、二木酒造の『氷室』。さっそくテイスティング。「うう、うまい！」その芳しさが口のなかで拡散したかと思えば、すーっとのど越しを清水のごとく流れる。迷わず一本調達！



上段右、二木酒造株式会社の店舗外観。中段左から、お香『雪の下』（香舗 能登屋）／古い町並みのある軒下／居酒屋『かっぱ』入口。「さあ～参りましょうか！」／町屋造りの店内の様子

飛騨一宮水無神社／高山市一之宮町一之宮上五賛5323
TEL(0577)53・2001
最寄駅／JR高山線 飛騨一ノ宮駅下車徒歩8分



幸子さんが愛でた、いのちたち。

そこだけ優しく柔らかい気配に包まれているような気がしました。



左から お品書きを眺めながら、飛騨の美味しいを検討中。／幸子さんご用達冷酒『山車』と、よく酒のあてにしたという『飛騨牛の串焼き』（写真右隣）七輪で焼く味噌焼き／なす味噌焼き。いずれも飛騨味噌使いで、酒呑みの胃袋をわしづかみする絶品たち。他のメニューも舌鼓みものばかり！

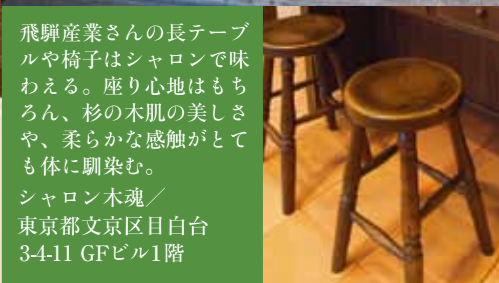
左から、『縮喰神馬（いなはみしんめ）』／「ぐびっぐびっ。あら違った？」参拝の前に／島崎正樹（島崎藤村の父）宮司歌碑／神杉

この通りには幸子さんいきつけのお香の店があるのだが、閉店時間を過ぎてしまい、店の灯りを頼りに、犬矢来の上に幸子さんが愛用していたお香をのせ、写真を撮った。ここに佇んでいると江戸時代から継承されてきた町人の思いや、美意識が伝わってきて、すぐ先の障子戸から、ちよんまげを結った町人に「あんた、どこから来なすつたな」なんて、よびとめられそうな気がする。昼間の観光客の喧噪の中では、こんな物語は浮かびそうもないが、空が群青色に染まると、夢を求め、どこへでも行けそうな気がしてくる、不思議な町である。

古い町の一角で私は降ろされた。ここが有名な三之町である。昼間は多くの観光客でいっぱいになる通りは、夕刻ともなると私とカメラマン以外、誰もいない。裸電球のあつたかい灯りに浮かび上がる出格子。風でゆれる藍色ののれん。町家の軒先を流れる小さな側溝には、おどろくほどきれいな水が流れていた。住まいのひとつ、ひとつはもちろんステキなのだが、軒先を揃えた町屋がかもし出す、町並みの美しさにため息が出た。コズミックアーティストだった幸子さんも、きっと眺めた町並み。繊細で感性の高い方だったと聞くと、私以上にこの美しさに心が揺り動かされただろう。

幸子さんとなら、どんな時代へでも行けそうな気がする町

この旅が「実り多きものでありますように」と願いをこめて
飛騨一ノ宮駅を降り立つと、ぼたん雪がふわふわと舞っていた。大きな綿のような雪が頬をなで、とてもこちよい。
車に乗るかえ真つ先にむかったのは、水無（みなし／すいむ）神社だった。ここは高山の南に鎮座し、境内から斜め左に見える位山（くらいやま）をご神体として祀っている。大晦日から元旦にかけて、境内にはお守りやお札、飛騨名物のこくせんやおでんなどの店がたくさん出て、昔から多くの人が初詣に訪れる神社である。
師走の平日の午後ということもあってか参拝者の姿はなく、境内を掃除するひとの姿しかない。そのひとの所作があまりにもゆったりとしていて、それに合わせるように私も静かに歩いた。
境内の右手に大きな杉の木。樹齢はおよそ800年で神杉になっている。万物に命が宿るということを悠久の時の流れの中で伝えているようで、私は両手を広げ、木肌に触れてみた。あつたかい。神杉の精霊が体の中へととけ込んでゆくような、不思議な感じがした。
本殿に向かい、手を合わせながら「足立幸子さん（以下幸子）の旅が、実り多きものでありますように」と願って、私は神社をあとにした。車から眺める真つ白な山々。冬の山深い暮らしを想像しながら、私は高山の古い町並みへと向かった。



飛驒産業さんの長テーブルや椅子はシャロンで味わえる。座り心地はもちろん、杉の木肌の美しさや、柔らかな感触がとても体に馴染む。
シャロン木魂 / 東京都文京区目白台 3-4-11 GFビル1階



飛驒の家具館 高山
9:00am ~ 6:00pm (年中無休)
Tel. 0577-36-1110
所在地 岐阜県高山市名田 1-82-1

幸子さんとの出会いから20年がたちました。いろいろと体験をしてきたいまだから、あのとときの幸子さんの言葉の持つ意味が、噛みしめられます。

左写真上、左から、岡田芳子さん（飛驒産業株式会社のショールーム『飛驒の家具館 高山』にて） / 右上、幸子さんから手渡された幸子さんの著書『あるがままに生きる』と幸子さんのアートの描かれたお扇子・『飛驒の家具館 高山』外観 / 芳子さんと、ショールームにて

幸子さんの知己、岡田芳子さんにお話を伺う。

幸子さんが飛驒高山を訪れたキッカケは観光ではなく、岡田芳子さんのオフアールで来高された。岡田さんは当時、働く女性やお母さんたちの地位向上や、生活支援を目的とした市民団体『PANTSの会』を主宰しており、その講演会のゲストスピーカーとして幸子さんを招かれたのだ。

芳子さんへのインタビュア先は飛驒の家具で有名な飛驒産業のショールームをお借りした。ご主人の岡田賛三さんはこの会社の社長で、幸子さんとも面識がある。

「はじめて伺う幸子さんの話は今日を、明日をどう生きようというものでなかったのですが、もっと人間の根源に触れるような話でした。働くお母さんの心の支えになり、行動するときの、見えない後押しになりましたね」

こういう芳子さんご自身も主婦として母として、団体の主宰者として20年の年月を経ってきたのだが、幸子さんの真意が最近、わかってきたという。そんなことに気づいた頃に、アオバマガジンからの取材依頼があり、「とても不思議ですよね。まるで幸子さんがお膳立てしたよ」と、驚いてみえた。

芳子さん、長時間にわたっての取材協力、ありがとうございました。



足立幸子
幸子さんのお兄さんは形態波動エネルギー研究所長の足立青明さん。幸子さんは1969年にインテリアコーディネーターとしてデザイン会社で仕事を始められました。その後、コスミックアーティストとして直観のままにひらめく場所へ出向き、個展を開催しながら、創作活動に専念されました。名著「あるがままに生きる」をはじめ、絵本シリーズや異次元の旅など、数多くの著書が出版されました。



雲の流れのまま、筆が動くまま。
イントウイションは足立幸子さんが創られた、直観のための絵本です。

今起きているできごとの本当の意味をつかもうと思ったとき、この絵本をめくってみてください。表紙から1枚1枚裏表紙まで、自分に向かって風を起こすような感覚で。そして今度は裏表紙から表表紙まで。1度だけでなく何度でも気持ちいい速さで眺めてください。イントウイションは心の喜びが感じられるアートです。

足立幸子 / 著 オフセット印刷 19cm×39cm 9,600円[税別]



FALF de キッチン

風土と作物と人。
FALFで作る、土地の味



ホコホコして
柔らかい
かぼちゃに
温野菜を添えて。
**素の味を
引き出す、
カフの魅力。**
狛江市〇小林邸にて

FALF製品のお話をさせて頂く時、いつも感じるの、一人一人が持っている自分の感覚の大切さです。というのはカフの体験勉強会では、カフで調理した食事を味わいながら、味覚の違いを観じていただきたいたからです。

ルイボステイ一つとっても、ポットで作ったものとカフで作ったものは、見事に違います。まさに、何が起きているの？とばかりに、2つのコップのルイボステイを見比べて「色も香りも同じなのに味が違う！」まさに振動波の違いが味に出ている

と思わせる衝撃的な体感ができます。純チタンの深型フライパン「カフ」は、一つ一つを職人さんが丁寧に手作りで作っていて、焼くだけではなく、煮物や蒸し物、茹でることなどにも使え、一つで何役にも活用できるのです。また、純チタンでできているので、純物が溶け出さず、とっても安心して使うことができます。

たそうなのですが、カフで炊いたご飯を入れると、残さず食べてくれるようになったというのです。お子様に理由を聞いたら、「冷めたご飯はまずいのに、カフで炊いたご飯はまずくならない」ということでした。

食材そのものの味が生きてくるというの「おいしい！」につながってきます。これは人も同じではないでしょうか。素材そのものの味は、私達人間一人の個性そのもので、その個性が生きてくることは「おいしくて、味があって、深みのある人間」へと変身できる

ことなのです。



カフは、毎日の食事を安心して楽しく、おいしく頂くことができます。熱伝導率が高いですから、小さなエネルギーで使えるのが特長です。全ての存在に喜んでいただけるお手伝い如果能したら。そんな願いから生まれたカフです。

今回の小林邸でのカフの体験勉強会のメニューは、ご飯、かぼちゃの煮物、野菜の蒸し煮、ゆでたまご、かぼちゃの蒸しケーキでした。玉子の白身は味がシンプルだけに「えっ、こんなにもおいしいの」「このかぼちゃだって」を連発。友達と一緒にいうことも差し引いても、この味にはみんながびっくり。こうして料理のことや健康のこと、そして家族のことなどに、みんなで調理しながら、食べながらワイワイガヤガヤ。気がついたらあっとい間3時間でした。

現在、アオバではカフの体験勉強会を開催したい方を募集中です。お友達と一緒に、カフを使ったお料理を体験・試食しながら、楽しいおしゃべりの会をしてみませんか。ご希望の方は、アオバまでお問合せください。



外径 25cm 底部分径 10cm 深さ 7cm 重さ約 700g
柄の長さ 19cm 価格 / 45,500 円 [税別]
※手作りのため寸法、重さにばらつきがあります。
販売 / 株式会社エーオーエー・アオバ (03-5976-1411)
発売元 / 株式会社アキュモア
発案・製造 / 株式会社につせい
協力・監修 / IFUE



胸を張り、
前を向いて
歩いていますか？

ヘルスラボ三鷹副院長 久我洋人
生徒◎白井圭子 エーオーエー・アオハ取締役

人の体の基礎となるのは骨格、そして筋肉に内蔵。さらに血液やリンパ、神経など、それぞれは生きていく上でなくてはならない働きをしています。その中で骨格を支える骨盤は、家で例えると基礎で土台になります。基礎が傾けば、当然その上に立つ家も傾いてしまいますね。しかし、家と体が違うのは、家は一度傾くとずっと傾いたままですが、人間の体は歪みが起きててもバランスを取り、自ら軌道修正しようとする働きがあるのです。しかし、この修正能力によっていろんな部分にズレが出てくるのです。

編集後記

編集長／山本純一

ひとに興味をもち、もっと好きになれればいいと思う。

むかし、市井のひとたちに視線を向けた雑誌を作ったことがあった。何う話も人によって違いはあっても、どの人も生きることに熱かった。そしてこの熱を文や肖像の中に封じ込められるような雑誌にしたいと願った。

しかし、自費でまかなう雑誌はわずか3年ほどで休刊になった。それでも1号、1号には時間だけはかけてきたので、ひよっとするとその人の影まで記録ができたのかもしれない。

有用な情報とは無縁な雑誌だったが、縁とは不思議なもので、飛驒の高山で暮らす私に、アオバの白井さんが声をかけてくださった。そしてアオバマガジンが東京で産声をあげた。(こちらは有用な情報が満載しています)

このマガジンを読んで下さる方は全国津々浦々のアオバの会員さんなのだ、アオバの「おもしろい」をどんどんと編んでいき、アオバの一員である歓びを、みんなに分かち合いたい。



前かがみの姿勢や、無意識に足を組む癖、さらには片腕で重いバッグを下げるなど、暮らしでの何気ない仕草や姿勢が原因で、多くの方が体を支えている柱(背骨)がズレてしまっています。まず久我先生がズレの度合いを確認しました。



左右の肩の高さや骨盤の傾き、さらには膝の位置から圭子さんの歪みを発見。姿勢が変わるだけで、骨格や筋肉、内臓にかかる負担を軽減されますし、悪循環だった体に良い影響も出てきます。



まずは衰えた筋肉を強制的に運動させることが一番。家にいながら、手短なものを道具に、簡単なトレーニングを教えてくださいました。



太ももの内側の筋肉を鍛えましょう



椅子に座り、座布団を両ももの内側で挟みます。座布団を押し潰すように両もものにギュッと力を入れ、そのまま全力で3秒間経ったら力を緩めましょう。この動作を10回繰り返します。

骨盤の奥の筋肉を鍛えましょう



さらに膝裏に、座布団を挟んで足を3秒間持ち上げましょう。この動作を10回を目安に繰り返します。慣れたらそれぞれ20回を1セットにし、1日3セットを目標に頑張りましょう。

AOVA magazine

創刊号 平成27年2月6日発行

発行所／株式会社エーオーエー・アオバ
〒112-0015
東京都文京区目白台3-4-11
TEL03-5976-1411

発行責任者／白井常雄
編集人／山本純一
デザイン／アオバ広報室
ライター／藤井美香
写真／山本純一
コーディネーター／石川こずみ・原川美香
印刷所／有限会社リプロ

いつものバッグに色がひとつ入ると、そこに花がぼっと咲いたよう。



ユニークなスタイル、明るい色使い。そして不思議なシルエット。
ピポンのハンカチーフが織りなす楽しいファッションアイテムのご紹介です。

大サイズ／素材ポリエステル 100% 38.6cm×42.2cm 2,360円 [税別]

小サイズ／素材ポリエステル 100% 29.4cm×32.2cm 1,680円 [税別]

ご注文・お問い合わせ／株式会社 エーオーエー・アオバ カスタマーサービス TEL.0120-142039 FAX.0120-141407





蛇床子
ジャショウシ



辛夷
シンイ



杏仁
アンニ



五味子
ゴミシ



SOD様食品



茯苓
ブクリョウ



麻黄
マオウ



半夏
ハンゲ



麦門冬
バクモンドウ

声に出しては読みづらい生薬名、あなたはいくつ読めます？

人は免疫力が落ちたとき病原菌に感染しやすいものですが、大切なことは薬で菌を殺すのではなくて、感染に負けない体質に変えて、病気に対する抵抗力を高めていくことです。こうした働きはSOD様食品のもっとも得意とするところで、成分は誰にでも読める身近な穀類。大豆にごま、小麦に抹茶、そしてはと麦に柚子、さらに糠や麴などが特殊な加工により、目的の成分をいかに細胞内に取り入れるかの工夫がなされています。

平穏な日々を過ごすために。

SOD様食品のご提案です。



一般社団法人 丹羽免疫療法振興会

〒112-0015 東京都文京区目白台 3-4-11GF ビル 3F
TEL 03-3941-1100 FAX 03-5976-1422