

2013年 1 月号



あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしく願い申し上げます。迎春とか、賀春とか、お正月を春に例えることもあります。中長期に捉えて、何となくある閉そく感から脱し、社会や経済に春が来る最初の1年であることを期待しましょう。とは言え、まずは、この1年が、皆様にとって健康で、幸せな年であるよう祈念しながら・・・。

### 1月定例会案内

定例会は22日(第4火曜日) 詳細 P.2 **気功のお話と実技中心**

新年の1回目となる1月の定例会は 22日(火)、第4火曜日 となりますのでご注意ください。場所はおなじみの国際医療福祉大学大学院です。講演は、気功の理論と実践を20年以上にわたり、日本の気功の普及活動に携わっておられる二人の先生、劉超先生、梁蔭全先生から学びます。劉先生には、呼吸法を中心とした健身・養生気功のお話を、梁先生からは健康回復、治療を目的とした気功療術のお話を聞きます。健康の維持増進を心がける方はもちろん、体調に問題のある方には特に興味を持っていただけるのではないのでしょうか。梶原代表の市民学シリーズは、個別化健康法の4回目、「男女別健康法」の報告です。



### 12月定例会報告

詳細 P.3~6

年末の定例会は、12月18日、TKP赤坂ツインタワーカンファレンスセンターにて開催。通常通り、講演と懇親会の構成でした。講演は、90歳と言うエッセイスト鮫島純子様「私の健康法」が中心でしたが、単なる健康法と言うより、なかなか、感動もののお話でした。また、講演中も、その後の懇親会もずっと立ってお話されていたのが印象的でした。梶原代表の市民学は個別化健康法の3回目、年齢別健康法の報告がありました。

### その他

詳細 P.7~9

お正月で酒を飲む季節と言うことで肝臓によい食べ物のお話、免疫療法の中でも強力な治療法の一つである「血液クレンジング」について、また、「医療は公共財かビジネスか」は、製薬企業と医者をつなぐMRと、その仕事の一部を情報システムへの置き換えるビジネスで大成功した企業エムスリー(株)の話題を取り上げました。

健康医療市民会議(KISK) 代表 梶原 拓

〒105-0013 東京都港区浜松町1-12-2 東武ハイライン大門203

TEL: 03(5403)7723 FAX: 03(5403)7724 E-Mail: [Info@kisk.jp](mailto:Info@kisk.jp) URL: <http://www.kisk.jp>

お知らせ:会報は当会ホームページ <http://www.kisk.jp> の「会報」ボタンからダウンロードできます。

## 第58回（1月）定例会のご案内

日時：平成25年（2013年）1月22日（火）16時00分～18時00分

場所：国際医療福祉大学大学院 港区南青山 青山1丁目タワー5F

（地下鉄青山1丁目より徒歩3分—FAX申込書に地図）

参加費：会員¥2,000 同伴者・ビジター¥3,000

予定：16:00-16:30 中間報告および市民学 梶原代表

オーダーメイド健康法シリーズ 「男女別健康法」

16:30-18:00 気功について講演2つ

約30分 『健身・養生気功で、生命力アップの実技』劉超先生

気功文化センター理事長、全日本健身気功国際連盟理事長、工学博士

— 老若男女誰でも、何処でも、何時でも自らの生命力を強化する必須呼吸技

（習得しないと生命に大変損しますよ!）

約60分 『気功療術と不老不死科学入門実践』梁蔭全先生

全日本養生協会理事長、日本不老不死科学研究所所長

<梶原代表・市民学> 「男女別健康法」：代表の市民学シリーズのオーダーメイド（個別化）健康法も、「血液型」に始まり、「体質別」、「年齢別」に続き、4回目は、男女別健康法のご報告です。

<講演> 『健身・養生気功で、生命力アップの実技』 劉超（秋山千恵里）先生

劉先生には、当会でも以前、健身気功について、ごく短時間ながら説明と実技指導をして頂いたことがあります。今回、健身・養生気功として、特に人間の生命維持のための基本機能、呼吸法を中心に、お話と実技指導をして頂きます。なお、先生が理事長として運営される全日本健身気功国際連盟は、梶原代表が会長をしています。

<講演> 『気功療術と不老不死科学入門実践』 梁蔭全先生

気功療術は、健康の回復、病気の治癒を目的とする気功。梁先生は、1988年の来日以来、日本国内での気功の普及に尽力されていますが、今回、気功療術について、実技指導を交えて、お話して頂きます。気功療術には、直接施術するだけでなく、遠隔療法と言って、例えば、中国に居て日本の患者の施術ををすると言う実績も多く積まれています。気功に科学的根拠を与え、物質的作用を証明されるなど、先生の教室の講座には、疲労回復や血液循環促進から、関節炎、糖尿病、肝臓病、腰痛などいろいろな病名が並んでいます。

<劉超先生プロフィール>中国北京市生まれ。北京航空学院在学当時から著名な気功家「馬礼堂」師から養生気功を学ぶ。1988年来日以来、北京中医薬大学日本分校、横浜日中交流協会など各地の気功教室の講師として養生気功の普及を行う一方、1994年より東京電機大学大学院人体科学研究室において、日本における「気」の研究の先駆者の町好雄教授に師事し、気や気功についての科学的研究を行っている。2003年3月に工学博士号を取得し、気功の研究と普及のために世界中を駆け巡っている。北京中医薬大学客員教授。日本統合医療学会（IMJ）評議員。

<梁蔭全先生プロフィール> 1963年中国広東省生まれ。7歳より、広東羅浮派の掌門主だった祖父の教えで気功を学び始め、15歳より今まで、もっとも優れた気功法の数々を自ら選んで修得する等、気功の神髄と奥義を追求。1988年来日。以来、日本でも有名企業などで多くの指導実績、メディアによる紹介歴があります。著書：「気の超科学」、「気のパワー」、「気のすべて」、「女性のための気功健康術」等多数。東京足立区に、2013年4月より開校される全日本気功療術師養成学院を設立され、療術師養成にも本格的に乗り出されています。

<先生を囲む会>講演して頂いた先生を囲む、軽食と飲み物の会に参加ご希望の方はFAX申込書に詳細があります。

## 第57回（12月）定例会報告（メモ）

12月の定例会は、18日、TKP赤坂ツインタワーカンファレンスセンターにて開催。日本資本主義の父と言われる渋沢栄一のお孫さんで90歳になられる鮫島純子様講演とビュフェ形式の懇親会を中心に、合わせて4時間近い時間を過ごしました

### 1. 中間報告 梶原 代表

前回11月定例会の簡単な復習、市民学の体質別健康法として「漢方とアーユルベータ」の話と、介護業界の㈱ウイズネット副社長のお話について一言触れた後、今回の市民学報告と講演の予定の紹介、また、1月の定例会の講演は気功についてのお話と実践という紹介がありました。その他、かねてから進めている国際介護予防センターで進めている心身バランス計の普及事業の現状報告、政府が予定している社会保障国民会議に当会の考えを反映させたい等の報告がありました。

### 2. 市民学シリーズ第15弾・個別化健康法3「年齢と健康法」 梶原 代表

前回までの「血液型別健康法」「体質別の健康法」に次いで今日は「年齢と健康法」を話す。まず坪田和夫著「不老不死」により50~80歳代のサバイバルの説明。「50歳代」は死亡率0.373%。40歳代の2倍以上、30歳代の5倍以上。原因の上位は1位悪性新生物・ガン41.5%、2位脳血管疾患10.6%、3位心疾患10.5%で合計62.6%。後の二つはともに動脈硬化からで、血管の流れの大切さがわかる。対策は、肥満を防ぐ、食事は動物性脂肪を減らす、若く見えるように心がけ、ストレスを減らす、十分な休養をとる。「60歳代」は死亡率0.917%、1位ガン45.7%、2位脳血管11.9%、3位心疾患10.9%、合計68.5%。60代を乗り切ればガンの発生率は減少し、長寿の仲間入り。明治32年の死亡原因は1位肺炎気管支炎2位脳血管3位全結核だったが肺炎と結核は過去のものになった。医学の進歩も視野に入れた健康法が大切。そろそろホルモン補充法も考えよう。「70歳代」死亡率2.192%、1位ガン37.7%、2位心疾患14.5%、3位脳血管14.3%、合計66.5%。死亡率が一気に2.1%に上がる。サバイバルするぞとの決意が必要。ストレスなくす、動物性脂肪食減らす、毎日軽度の運動が大切で、ストレッチとエアロビクスと筋力トレーニング。筋力の保持が大切。自信をもち、毎日笑いながら。「80歳代」死亡率6.86%、1位ガン22.1%、2位心疾患19.9%、3位脳血管17.6%。平均寿命をこえ、女性も80歳代中ごろを超える。心構えが大切。早寝早起き、よく噛んで、水分多くとる、怒らない、あせらない、新しいことにチャレンジ、読書、褒めあう、好きなこと続ける、外見をきれいにの行動を。

続いて個別の視点からの説明が。1 満雄正「女40代からのずっと若い体の作り方」は基礎代謝量が落ちるので筋肉を鍛える等。2 石井直方「筋肉革命」足腰の筋肉は毎年0.5~1%のスピードで落ちる。70歳は20歳より2/3に、特に足腰の筋肉は半分に。筋トレで6歳分も足腰筋肉が若返った例も。3 久保田競「脳活習慣」30から60歳代に脳が大きく変化。脳の活動のカギは「最大酸素摂取量」。ランニング、水泳、エアロビクス等の有酸素運動が効果的。高年齢でも運動すれば酸素を豊富に取り込み脳の活性化に役立つ。習慣として7時間睡眠、規則正しい生活、カレーを豊富に・インドの認知症は米国の1/5、一時記憶力を鍛える、週最低1時間有酸素運動、美しいものに触れ感動、好きなことして脳を喜ばせる。4 鶴見隆史「酵素が免疫力をあげる」人体は100万の異なる化学反応。60-100兆個の細胞の反応に「酵素」

## 第57回（12月）定例会報告（メモ）〔続〕

### 2. 「年齢と健康法」（続）

が関与。血圧調整、血栓除去、思考、筋肉活動にも関与。免疫力・自然治癒力の要は酵素。体の生活リズム・時間・排泄・栄養補給と消化・呼吸と代謝・を大切にする。食事はまず生野菜や果物から、よく噛む、漬物や納豆等の酵素補給食品。食べた後眠くなったら酵素不足のサイン。5 松生恒夫「腸管免疫力を高め病気になるない生き方」は「グルタミン」を意識して摂る。生肉、生卵、発芽大麦などに豊富に。小腸粘膜やリンパ球に影響、抗うつ作用や傷口治す作用が。6 白澤卓司「砂糖をやめれば10歳若返る」人間はアミノ酸由来のブドウ糖をエネルギー源とする回路と、脂肪酸由来の「ケトン体」をエネルギー源とする二つの回路を持つ。飢餓状態ではケトン体がエネルギー源で効率が良い。老化防止、病気予防になるが、ケトン食の基本は炭水化物の摂取量を控え、質の良いタンパク質を摂ること。赤身の肉、魚介類、卵、大豆などのタンパク質を。50歳代以前は解糖系・ブドウ糖・瞬発型・無酸素型で、50歳代以降はミトコンドリア系・ケトン体・持続型・有酸素型に転換するとされ、対応が大切。テキストの詳細はHPに記載。幅広い観点からの年齢別の健康法の力強いお話に我々も頑張ろうと拍手喝采が続きます。

### 3. 「私の健康法」 鮫島純子様 エッセイスト（渋沢栄一氏の孫）

梶原代表から近代日本の生みの親の渋沢栄一さんのお孫の美人長命の健康モデルともいえる鮫島純子先生から実践中の健康法のお話を聴けて幸せだとの紹介で、高貴な貴婦人風の90歳の鮫島先生のお話が始まりました。椅子に座られないで立ったままの元気なお話です。聞き手の宇津木理恵子さんが登場され、79歳からむしろ毎年若返っているとの雰囲気のお話がありました。【補注：父は栄一の三男正雄氏、昭和17年鈴木貫太郎夫妻の仲人で、岩倉具視直系子孫の鮫島員重氏と結婚し3男に恵まれる。平成11年自宅介護で夫を見送る】。私は美人ではないが長生きしており、お蔭さんで3人の男の子がおり、三人のお嫁さんからお世話になり、せめてトイレだけは1人でいけるように頑張っている。主人は勤め人だったが毎日車が迎えにきて、毎日玄関でお送りしていた。50代のとき、住んでいた明治神宮の近くで、毎日主人と公園を散歩していたが、「台湾の莊淑旂医師」が日本の皆さんに体操を教えておられ、宝物館の近くで配られたチラシでは、最近成人病という言葉があるが、本当は生活習慣病で、子供でも運動しないと、病気の予防にならず、脾臓を刺激しないとだめ。そのため子供に「宇宙体操」を教えているとのこと。両手でタスキを振って強く握り上に挙げ天を見て歩く60歩の体操で、我々夫婦も二人で毎日ついて歩いた。或る時先生に聞くと、歩き方がキタナイといわれた。ちゃんとしっかり歩くには、何歩や何キロではなく、真っ直ぐに立ち、後足は45度にけり、内股の筋肉を緊張させて、姿勢よく歩かないと駄目で、前かがみや背中丸めてはダメだと教わった。「姿勢」が健康の基本である。梶原先生の先ほどのお話の健康対応も殆んどは実行中。「酵素」も40年前からいただいている。家族全員では、玄米は良いとわかっているが、何回も噛む、ゆっくり噛む、また焚くのに時間がかかる、トグのにも時間がかかり、白米に玄米酵素を糠で発酵させ家族全員で食べて40年になる。200℃の温度にも大丈夫でいろんな料理にも使え、毎日、この「酵素と宇宙体操」で元気を保ってきたと思う。すべて自然を大切にすべきで、横倉恒雄先





## 第57回（12月）定例会報告（メモ）〔続〕

### 3. 「私の健康法」(続)

生が指摘される五感療法に同感だ、すべきこと、やっていけないことばかりを意識せず、「やりたいことをやり、すべてに感謝し、ストレスを貯めない」ことが健康の源だと思う。言葉で現し「すべてに感謝する」ことだと思う。「嫌な人にも、いじめた人にも、病気にも」すべて感謝することをマスターした。重いバケツを持ち、ギックリ腰になり、動けなくなった時も「有難う」といった。嫌な人にも「有難う」と言う生活を10年以上している。何が有難いか考えると、健康は自分以外のなにもものでもなく、消化吸収も天の恵みと脳の働きのお蔭。腰の痛みも、滑って転んでも「有難う」で治す。階段を踏み外して捻挫したときも「有難う」で治した。怒りやストレスがあると脳の側坐核が緊張し血流が止まり病気になるとされており、**感謝の気持ちがあると大脳辺縁系の側坐核に血流が流れ回復し、感謝していると治ると確信して、何にでも感謝した生活をしている。**別件だがオレオレ詐欺まがいの事件が2011年3月2日にあった。代々木警察署と称する電話があり、あなたの通帳の番号が盗まれ、50万円が抜かれており、犯人は銀行員で9人の犯人で5人は捕まったが4人はまだ逃げているので、通帳とカードを変更した方が良い。先程金融庁の人から電話があり、被害は金融庁が、金融秩序の維持のため全額を補償する。これは急いでやらないと、通帳と身分証明書のコピーと暗証番号があれば新しい通帳が出来ます。電話をそのままにして、すでに金融庁の人がお宅の玄関前にいますからと。見るとスマートなイケメンの青年が玄関に。暗証番号はしっかり封印して渡して下さい。何かあればアドバイスしますからと。私は渡してしまった。その後銀行に電話したが終業後で通じず、ファックスも故障でだめだった。次の朝8時30分銀行に連絡したら既に貯金はおろされていた。警察に調書とられたが、詐欺にあったのに、悔しいとか、取り戻したいと言わず、こんなに明るい顔しておられるのは珍しいと言われた、この様な事件も経験した。

私は、子供は母親がしっかり教育することが大切と思う。鍵っ子は問題と思う。昭和37年に母親として初めて子供を育てる。はじめは、あれ駄目、これせよと求める教育だった。近くのキリスト教会のクラスに入って10年、良い生活をし、日常生活は大丈夫だった。この時一冊の本に出会った。過去世があり、神の国で我々はスタートする。言葉がまず在り、神が在り創世へ。「響き・波動」から極小のものが生まれ、それが大きくなり、物質や人間が生まれる。永遠の波動が魂であり、肉体に宿りこの仮の世界で活動し、その後の帰る処でもある。この世はチャレンジし、トレーニングをする場である。病気も素晴らしい肉体の訓練の場を提供する。名刀も研がないと切れない。自然に、平和な人になるための課題の処理だと思う。自分を乗り越えさせるための一つの課題だと思う。今、自分に必要なのは、自分の波動だ。グズグズしていれば2月でもすぐ経過する。必要なことはこれを短くし自分を立派にするプロセスの一つと考えるべきで、自分が考えることや自分が出会うことは「すべてに感謝」だ。すべし、や、するなは、自然に生まれてきた課題を乗り越えるときにはダメと思う。警察のことも感謝、明治神宮のお庭での出会い、横倉先生との出会い、そのおかげで本日のお話へ。ここで話す使命があったのだと思い、横倉先生や全ての方に感謝している。この15年間この気持ちで生きている。肉体の自分は天地創造の神が創り、宇宙創造のエネルギーの創造だ。陰陽ができ、響きが生まれ、自分となり、穏



## 第57回（12月）定例会報告（メモ）〔続〕

### 3. 「私の健康法」(続)

やかな地域を作り、また魂がこの肉体をお借りする。すべては自分に必要な応用問題だ。逃げない。骨折にも感謝。良い医者に会え、回復にと社交ダンスもし、横倉先生にも会え、記憶力を再生させ、繰り返しの実践も大切で、上を見て自分と神の一直線のジョイント、無限の愛へと繋がると思う。身近に起こることをなんでもありがたく受け止められる心の在り方を練習してきた。人生とは魂を磨き成長させるトレーニングの場だと思ふ。**健康とは、自然のエネルギーが60兆個の細胞の全てに補給されることから生まれる。**村上君雄先生の言われる「核の中の光が振動エネルギーとなり、ひびき、周波数を一体化し、そこに直感が入りこむ」。自然エネルギーとのジョイント・一体化が「若返り」で60兆個の細胞に光が注がれることで「疲れしない」。ダンスの練習、音楽の振動、楽しい。80歳からダンスを練習し、1年に一度発表する。姿勢に気を遣い、自然に気が充満し脳を使う。**私は80歳からは若返ったと思う。**天と地とのジョイント、振動に感謝。細胞の中に光が入る。サプリメントも時々。酵素も三週間4000円。運動を楽しく、ダンスもする。振動と周波数で、天に会える。菊のマークの健康酵素。40年前玄米酵素に縁あって出会い。製造工場は伊豆から八王子、千葉県の逆井へと移動。経営者は最初の般若心経を読む方や現在の座間の観音様を拝む方、と精神的にはすごく落ち着いた方ようだ。と。90歳講師の素晴らしい魅力的な力の籠るお話しに、拍手喝采が続きました。会場の質問。梶原代表「宇宙と波動のジョイントに感謝とは、愛と調和がベースでしょうか」。全て有難う御座いますで、対応している。トイレでも有難う。排泄も自然のお蔭で、つつがなく排泄でき感謝。「長寿食卓」に感謝。今野由梨さん「私の会社は来年45周年だが、40年前最初にお会いしたと思う。講演会場で座っておられたが、温かさや穏やかさを感じさせ、すごいオーラを感じたので自宅に電話したが」。昭和41年に笹塚の自宅にお伺いしお話を覚えている。とのお答え。[今野さんも毎日感謝の言葉を沢山御発言]。

次いで会場で**鮫島先生の御指導で「宇宙体操」の練習**。立ち上がり、ハンカチを伸ばし左と右の手に端を巻きつけて固く握り、口をかみしめ両手を開いて天に挙げ、手に力を入れてハンカチを上方で横に強く引っ張った状態で、天を向き、内股の筋肉を緊張させ、姿勢を正した「爪先立ち」で60歩ほど前に向かってゆっくり歩く。会場の会員全員が練習。

姿勢やすがすがしい美貌と自然エネルギーを秘めたこんなに素晴らしい方がおられたのか。「有難う」「酵素活用の食卓」「宇宙体操」実践のこんなに素晴らしい話を聴けた。有難う御座いました。会場の皆様の心からの拍手喝采が再度続きました。先生にはスケッチとともに綴る「毎日が、いきいき、すこやかに」「子育て、よかったこと、残したいこと」(小学館)などの多くの御著書があります。

### 4. 懇親会

講演の後はビューフェ形式の懇親会を開催。鮫島様は、立って講演された後でも立ちっぱなしで歓談されていました。鮫島様の著書のプレゼントもありました。



# お酒の季節！肝臓を大切に！

## 食品で肝機能を改善

お正月と言えば飲む機会も増えるので肝臓が忙しくなる時期。ついでに、肝臓の健康について意識してはどうでしょうか。今年の8月に、人間ドック学会が発表したところでは、人間ドックを受診した全国の313万人の調査結果によると、何と33%が肝機能異常で、生活習慣病関連ではトップ。2番目の高コレステロールの30%を上回ります。肝機能異常は、二十数年前の3倍とか。肝臓と言うと、不可抗力で、ウィルス性のB型肝炎とかC型肝炎で苦しんでいる人は決して少なくありませんが、肝臓の健康のため、せめて自分で出来ることはする心がけも大切です。その大きな要素が食品。自分の状態に応じて、食べ物や、サプリメントを選んではいかがでしょう。

### 【肝臓によいと言われる食べもの】

食品名	肝臓によい主な成分と期待される働き
・しじみ、牡蠣	(タウリン：肝臓に溜まった中性脂肪排出) (アラニン：肝臓のエネルギー源)
・にんにく	(アリシン：肝臓の細胞活性化、抗菌)
・ウコン	(クルクミン：解毒、胆汁分泌促進)
・ごま	(セサミン：肝臓の活性酸素を低減)
・ブロッコリ	(スルフォラファン：抗酸化作用、解毒)
・牛乳、大豆	(良質たんぱく質：肝臓の再生、修復)



### 【肝臓に良いと言われるサプリメント】

さて、すでに異常を感じている、あるいは指摘されている人には、もう少し、強力な援軍が必要かも知れません。下記に挙げた商品は、保証の限りではありませんが、肝臓によいと言われる人気上位の商品。すべて異なるメーカーのものですが、効果の源となる主な原料が、異なるのも面白いですね。

商品名	メーカー	価格	主な原料
・肝パワーE プラス	(ステラ佐々木)	¥4,725	(にんにく・牡蠣・梅)
・セサミンE	(サントリー)	¥4,410	(ごま)
・スルフォラファン	(カゴメ)	¥4,500	(ブロッコリ)
・しじみ習慣	(自然食研)	¥3,980	(しじみ)
・すっぽん小町	(生活総合サービス)	¥2,980	(すっぽん)

さて、摂る食品も大切ですが、脂肪の多い食事は摂りすぎないこととか、やはり、1番は肝臓をあまり忙しくしないこと、つまり、お酒は控えめにというのがもっとも大切というのが、どこを見ても共通の肝臓健康法であることは間違いなさそうです。

# 血液クレンジング

## 40年の歴史ある免疫療法

最近、血液クレンジングと言う免疫療法について触れた記事を見て興味が湧き、ちょっと調べてみました。一言で言うと、自分の血液を少量採取し、それにオゾン反応させて、点滴のように再び体内に戻すと言う方法で、オゾン療法とも呼ばれています。自分の血液なので副作用リスクも小さく、抗酸化力の強い血液に変わり、血液循環をよくし、自然治癒力、免疫力が強化されると言うことなので、いろいろな病気に効果がありそうです。

OZONE

O<sub>3</sub>

具体的には、まず、オゾン耐性の専用容器に100cc余りの血液を採取し、その血液に正確に濃度調整をしたオゾンを注入し、混ぜ合わせると、抗酸化力の強い、見るからに鮮やかな血液に変身します。それを点滴の要領で再び体内に戻すだけ。浄化された血液が体内を回り身体がぼかぼかになったり、視界がクリアになるなど、すぐに効果を実感できるようです。その時の状態にもよるようですが、施術にかかる時間は30分から1時間ほど。人工透析の場合と比べ、入れ

替える血液の量も、時間もずっと少ないようです。

効果のある病気は実に多く、軽いものでは、疲労回復、冷え性などの改善とか、老化防止や皮膚の若返り、重いものでは、糖尿病や、脳血管、心臓血管障害、がん、中枢系疾患、リウマチ、膠原病、パーキンソン病等々。血液循環の改善とか免疫力を高めると言う基本的な効果があるわけですから、有効とされる病名は、どの紹介サイトを見ても一杯書いてあります。



血液クレンジングは、ドイツで生まれた治療法で、イギリス、フランス等ヨーロッパ各地で採用され、すでに40年（似た療法も含めると100年と言う説も）の歴史がある治療法で、10年ほど前に、当時100歳だったイギリスの皇太后が老化防止のために受けられて話題となったとのこと。オゾンには毒性があるので、注入するオゾンの濃度の調整は正確でなくてははいけません。日本でもすでに万単位の症例があるようなので安全性については十分確認済みとのこと。ヨーロッパの一部ではオゾン療法専門の病院があったり、保険適用されている国もあるようですが、残念ながらまだ日本では自由診療。安いところでは1回1万5000円から普通は2万円前後の治療費が必要となります。自由診療ですから、回数券とか、店頭の商品のような割引をしている医療機関もあります。施術回数は病気によりけりですが、重い病気の治療の場合には週1~2回程度をしばらく続けたりするので結構大変。もちろん、軽い病気や老化防止、美容のため月1回程度施術する利用者も多いようです。可能性はわかりませんが、保険適用になればぐんと普及して行くのではないのでしょうか。現在のところ、この治療法を受けられる医療機関は限られていますが、血液クレンジング普及会と言う医療機関の団体のホームページにはたくさん紹介されています。

ともあれ、この治療法は、食べ物で血液循環を良くしようとか、免疫力を高めようとするのと比べ、はるかに直接的な効果がありそうな印象で、緊急性がある場合には、知っていてよい治療法と思います。



患者・市民も考えよう

## 医療は公共財か、ビジネスか

### ④1 MR（医薬情報担当者）とエムスリー株式会社

今回も医療を取り巻く中でもっともビジネスらしいお話です。多くの方はMRと言う職業をご存じと思いますが、国内の内資、外資合わせた医薬品メーカーにはおよそ5万4000人余りのMRがいます。メーカー別に見ても、ファイザーは3000人以上、第一三共、MSD、アステラス、ノバルティスファーマ、武田などは2000人以上のMRを抱えています。MRとはMedical Representativeの略で、どんどん開発、発売される自社の薬の情報を病院やクリニックの医師に届け、また医師から情報を得る役目を果しています。医師は、日々、いろいろな薬を院内で使用し、また、患者さんに薬の処方箋を書いているわけで、新しい薬の情報は非常に大切。もちろん、医療機関や薬局は、直接メーカーから薬を買う場合より、薬の商社から買う場合が多いので、薬の商社の営業マンの営業も大切ですが、メーカーのMRの存在は、固有の薬品名で処方される日本の場合は特に、薬品の売り上げにも大きく影響します。5万4000人という数は、MRの人件費だけでもおよそ5000億円。日本の医薬品生産額はおよそ6兆8000億と言いますから、売上の7%以上が、このMRの人件費。



さて、その5000億と言う医薬品メーカーのMR人件費を使つての情報提供を、ネットを通じての情報提供に置き換えられれば大きな費用節減になるという点に目をつけて、2000年に登場したのがエムスリー株と言う会社です。主に医薬品メーカーからお金をもらってネット上で会員の医師たちに情報を提供する「MR君」というシステムで瞬く間に成長。今や、大手製薬メーカーのほとんどが利用し、受け手の医師も80%近くが会員になっているとか。同社の説明によると、このシステム



を利用するメーカーの費用は1社平均2億円、医師に1回コンタクトをとる費用は、本物のMRの25分の1だとか。エムスリー株は、10年余りの間に、追加していった関連事業も含め、190億円を売る企業になってしまいました。5000億の人件費と比べれば、まだまだほん

のわずかわ変わっただけで、残るどれだけがネット情報に変えられるか、まだまだ人に頼る部分が圧倒的に残るのか、人对ネット、の予測は難しいところですが、資本金12億8000万に対して時価総額では2000億を超えており、株式市場では期待は大きいようです。最近、高成長のネットビジネスでも、もっとも成功した部類に入る会社で、社長は、コンサルティング企業のマッキンゼー出身。ソニー株の子会社ソネットエンタテインメント株が45%を出資しています。

この会社は、梶原代表も、Facebook上で計画している健康医療市民倶楽部を考える上でよく引き合いに出していますが、規制一杯の医療の世界ですから、緩和などちょっとしたきっかけで、このような医療関連ベンチャーがいろいろ出て来る可能性はまだ一杯あると思います。

実際に、病院やクリニックで注意して見ていると、見え見えに患者ではなくMRだと思われる人を見かけますし、中には女性もいます。MRは全体で1割程度が女性だとか。MRは国家資格ではありませんが、業界独自の認定制度があるようです。

FAX : 03 - 5403 - 7724 健康医療市民会議宛て

## 定例会参加申込書

送信日 2012/13年 月 日

ご氏名 :

1月定例会<1月22日(火) 国際医療福祉大学 大学院>に

A. 参加します B. 参加しません

同伴者、住所変更などご連絡事項がありましたらお知らせください。

### 先生を囲む会

定例会終了後、午後6:30ごろから、今回講演して頂く、劉先生および梁先生を囲んで近所のレストランにて「先生を囲む会」を開きます。会費は、軽食と飲み物代、お一人4000円です。参加される方は参加を○で囲んでください。同伴者がおられる場合には、お名前もお願いします。

参加の場合○で囲む → 参加

(同伴者 : )



### 会場案内

港区南青山1-3-3 青山1丁目タワー5F  
(地下鉄「青山1丁目」徒歩3分)



注意) 健康医療市民会議 (KISK) 事務局は、12月28日(金) ~1月6日(日) はお休みとなります。

健康医療市民会議(KISK) 代表 梶原 拓

〒105-0013 東京都港区浜松町1-12-2 東武ハイライン大門203

TEL: 03(5403)7723 FAX: 03(5403)7724 E-Mail: Info@kisk.jp URL: http://www.kisk.jp