

# 長 生

令和3年 12月号

## 目 次

会長の言葉	日本長生医学会会長 柴田政宏	
行事中止のお知らせ		1
報 恩 講		1
宗 教 編		
法 話	得勝寺 本 莊 一 治	3
医 学 編		
高齢者の健康寿命の延伸を目指して ～エイジングの機序とアンチエイジング その2	長生学園 非常勤講師 近藤 雅 雄	6
長生医学編		
コロナ患者の一症例	京 都 府 西 田 光 宏	9
随 想 編		
横浜メリー	東 京 都 山 森 誠	11
北長連「第62回夏季研究会」テキストより転載 最初のお会い	札 幌 市 平 尾 勘	13
○さんの症例報告	旭 川 市 大 泉 壮太郎	14
長生知恵袋		17
帰ってきた ☆どちんのただいま徒然中☆ その14		19
ちょっと 美味しい話	栃 木 県 柏 瀬 隆 司	20
長生会便り		
本部報告		21
支部報告		21
令和4年度(第67期生)長生学園学生募集要項		22
訂 正		23

日 本 長 生 医 学 会

## 会長のことば

総本山長生寺管長 柴田政宏  
日本長生医学会会長

11月14日、長生寺において報恩講が執り行われました。全国的にコロナ新規感染者数が大幅に減少し、遠方から出席下さる方もあり100名の方々を迎え、無事法要を勤めることができ、皆様に感謝しております。理事会では、現在の感染状況がこのまま続くようであれば、来年の春季行事から感染防止対策を取りながら再開し、秋季行事では第100回長生医学会、地方の医学会も開催するよう話し合われました。やっと活動再開に向けて明るい兆しが見えてきました。

修伽先生は、久しぶりに皆様の前に立たれてお元気そうな様子で、ご自分の近況についてお話しされました。腱板損傷、大動脈解離手術後、約2年半静養の生活が続き、少しお元気がないかなと心配しておりましたが、皆様のお顔をみると元気が湧いてくるようです。近くにおいでの際は是非お立ち寄りください。来年の3月には88歳（米寿）を迎えられますので長生会でもお祝いをする予定です。

すべてよきひとあしきひと、たふときひと いやしきひとを

無礙光仏むげこうぶつの御ちかひには きらはずえらばれず、

これをみちびきたまふを さきとしむねとするなり

（阿弥陀仏の本願はどのような人であれ分け隔てなく導くことを第一とし根本とする）  
「唯心鈔文意」

我々凡夫は、自力で修行に励んでも中々悟りを得る事は出来ません。阿弥陀様は悟りを得る事なく、あらゆる人を平等に救ってくださるのです。我々は、ひとたび生まれたらどんなに医療が進歩しても老化し、必ず臨終を迎える定めです。阿弥陀様から他力の信心をいただいたその瞬間に、確実に浄土に往生し、悟りへ達することが定まるのです。

新規感染者が減少している今、第5波の経験を踏まえ第6波に備えて医療体制の強化や3回目ワクチン接種、治療薬開発など再拡大を抑止する対策や、コロナと共存しながら安全に経済活動を継続する指針の策定などが行われています。

我々は、気を弛めることなく基本的な感染防止対策に努めながら、戻りつつある日常を楽しみたいと思います。

合 掌

# 行事中止のお知らせ

## 【本部行事】

1月9日長生寺役員会・新年会は中止致します。

## 報 恩 講

新型コロナウイルス感染による全国的な緊急事態宣言が、9月30日に解除され、感染再拡大の心配もまだまだ拭えない11月14日、100名余の参加者の下、報恩講が執り行われました。

一・導師退堂	一・恩徳讃	一・念珠回し	一・管長挨拶	一・総礼	一・勤行	一・総礼	一・導師焼香	一・導師入堂	令和三年度 報恩講
					正信偈	仏説阿弥陀経六方段			



## 管長挨拶

各地で猛威を振るっていた、新型コロナウイルスの感染者数が一時期に比べ、日本国内ではとても少なくなって、緊急事態宣言も9月30日に解除になり、社会生活も少しずつ活気を取り戻してきているように思います。そこで、長生医学会でも来年春の行事から、やり方を熟考しながら順次再開して行こうと考えています。地方医学会、支部会につきましても、各支部の先生方で状況をよくご判断の上、再開していく方向で動いて頂きたいと考えています。

さて、本日は報恩講で皆様にお集まりいただきました。

入り口に、知り合いの画家で大塚雅良さんという方から頂いた、お釈迦さまの絵を2枚飾らせて頂きました。

大塚さんは、5年前に白血病に倒れられて、「もう自分は死ぬんだ、いつ死んでもいい」と絶望され、退院された後、この様な絵を描かれたそうです。

そして、今年で丸5年が過ぎたそうです。再発せずに5年が過ぎたら、もうその病気は治ったと考えていいよ。と言われていただきますので、回復を祈って私に「先生の所はお寺さんだったから、この絵を飾っていただけないか」と言うことで、譲り受けたわけです。

皆さんも、いつあの世に召されるか、誰にも分らないです。昨年からはまったコロナにしてもそうですが、いつ罹って重症化し死んでしまうか、分らないです。ですが実際ここにいる皆さんの多くは、死ぬと言うことを大塚さんのように、深く考えた事はないのではないのでしょうか。私たちは、普通に元気な時は、死について、死を前にした人と同じ様に深く考える事は出来ないと思います。

昔の人たちは今の私たちよりも、死が身近にあったはずなので、おそらく深く考えていたのではないかと思います。

報恩講、我々の浄土真宗は、即徳往生と言って、徳を積んだ人でなくとも亡くなるとお釈迦さまの世界に行けるとされています。どんな悪人でも、臨終に際して10回南無阿弥陀仏と唱えらるとお迎えが来て下さる、とされています。

長生上人は、「人の2倍働いて、1倍だけ頂きなさい。そうすると1倍残る、その1倍は徳だ。」と仰いました。なかなか徳の積めない私達凡夫ですから、長生上人の言葉を思い出しながら、日々治療に励む事と致しましょう。

法 話

得勝寺本莊一治



前回は、聖徳太子さまが意を込めてお造りになられた「憲法十七条」について、特にお造りになられた経緯の背景について記述させていただきました。

その中で、基本的な理念としては「和を以て貴しと為す」(第一条)とあり、そして、そうした世界を築き上げていく為には、「厚く三宝を貴え」(第二条)とあり、その「三宝」については、当、長生医学会の『真宗長生派経典』という著書の冒頭に掲げられた「三歸依文」(三宝に帰依したてまつる文)を記させていただきました。

この中で、「仏・法・僧」とありますが、具体的に覗いてみますと、

1、「仏」…インドの国のサンスクリット語では、「ブツダ」と言い、中国では「仏陀」と音写し、日本に伝えられ、略して「仏」とあるのです。

意味的には、(悟りを開いた教えの主一覚者一)なのです。したがって、お釈迦さまは、その「覚者」であられ、従来のには「釈迦牟尼仏」と言われておりました。

2、「法」…普遍的に意義のある真理の世界を、悟りを開いた仏が説かれた教えを「法」と言っているのです。

したがって、人種や宗教、さらには貧富の別なく、人類のすべてが信奉すべき真理の世界を「法」と言っているのです。

3、「僧」…仏法に帰依され、出家された

方を「僧」と言っておられるのですが、元来は、「和合衆」と言われ、「法」を実現する為に修養に努める人達を「和合僧」と言われ、したがって、「僧」であると言われているのです。

聖徳太子さまは、この「三宝」に帰依して参ることを、特に大事にされましたが、その背景に大きくあるのは、仏教の精神を、日本の国を文化国家として高める為に活用された意図が大きくあったのではないでしょう。

したがって、親鸞聖人さまは、ご「和讃」の中では、次のように讃歌されておられます。

「憲章の第二にのたまはく 三寶にあつく 恭敬せよ

四生のつみのよりどころ 萬國たすけの棟梁なり」

とあるのです。意味的には

(「憲法十七条」の第二条で、聖徳太子さまは次のように述べておられます。

それは、仏・法・僧と言う三宝を厚く敬い奉りなさい。

まさに、この三宝こそが、つまり生・老・病・死という人生の根元的な拠所であり、しかも、あらゆる国を平穩に堅持する、こちらにも、根元的な拠所の世界であるのです。)

と讃歌されておられるのです。

したがって、聖徳太子さまは『勝鬘經義疏』  
の中では、

「釈迦牟尼は、覺りを開いて(仏)となり、  
そして、(法)を説き、そこに集まった比丘  
の人達を(僧)と名づく。そして、この常  
住一体の三宝に帰依することにより、迷い  
を越えた道となる。」と説かれておられます。

そうした意味では、聖徳太子さまは、こ  
の第二条の最後では

「其れ三宝に帰せずんば、何を以てか枉れ  
るを直くせん。」

と結ばれ、三宝に帰依し敬うことなければ、  
己の枉れる根性をまっすぐに正すことはあ  
り得ない、と明示されておられるのです。

以上、この十二月号で、私の記述は最後  
とさせていただきますが、今迄、大変お世  
話になりまして、心より深く感謝いたして  
おります。

当、日本長生医学会は、第三世で長生学  
園の園長を勤められておられる柴田修伽園  
長さまは『真宗長生派經典』の中で次のよ  
うに述べておられます。

「長生上人は、親鸞聖人の絶対他力の信心  
を深く学んで念仏世界を体得され、平生業  
成の教えのもとに靈肉一体の救済をめざす  
長生医学を創始されました。長生医学を志  
す人々が、長生上人の御心を仏典を通して  
味わい、平生業成の教えを身近なものとし  
ていただくために、經典に意識を添えるこ  
とにいたしました。」

とあります。

したがって、柴田修伽園長さまは、長生  
上人さまのご姿勢を長生上人さまのご法話  
で捉え、そのご法話を次のように記述され  
ておられます。

1、今日、長生医術の研究ができ、病に  
悩む人々の肉体の救済を、微力ながらなし  
得るのも私の力ではなく、御仏さまのお陰  
であります。肉体と精神を共に救済する靈  
肉一体の救済こそ、真の救済であります。

私どもが病弱者の肉体を健康にし、その  
健康な体に弥陀の本願を説き、心身ともに  
救済してこそ、人々を人間に生まれた幸福  
者とすることができるのであります。従い  
まして、精神の救済には、医術の指導者が  
特に宗教を学び、信仰の生活に透徹するこ  
とが重要であり、皆々様にはぜひとも靈肉  
一体の医術指導者になっていただきたく、  
ここに宗教法人長生教団を設立したのであ  
ります。

その教えは、親鸞聖人の平生業成の教え  
により、精神の救済が唯今であり、救われ  
た身の上ならば、阿弥陀如来の光明が私共  
の体全体を包んで、お護りを受けるのであ  
ります。

2、さて、この「真宗長生派」の本義は、  
「信心を決定して長生療術を施し、靈肉を  
救済して社会福祉の向上に貢献する」とい  
うことで、これが長生派の教義でもあります。  
昔から、医は仁術である。といわれており、  
療道に従事する物は、ひとしく、仁、即ち  
慈悲愛を旨としなければなりません。吾が  
真宗長生派は精神面と更に肉体面の救済で

あります。教義の「信心決定」と「長生療術」であります。この二つが丁度車の両輪のようにうまくかみ合って、初めて霊肉救済となるのであります。

3、阿弥陀さまは、仏になる前の法蔵菩薩と呼ばれた時期に、煩惱の苦によって悩みごめく一切衆生を救おうと、四十八の願を起こされて、五劫の間、思案して、兆戴永劫かかって、火の中どぶの中、幾万劫と苦勞して願も行も成就して、現に仏になっておられる。その第十八の願には、「どんな人でも、我を信じ、我が名を称える者は悉く、この我が国に生まれせしめよう」とのお誓いであり、私共は、この仏の本願に従って、ただ南無阿弥陀仏と称えれば、如来様が八万四千の光明を放って、私らの身体から出る八万四千の煩惱を、消し滅ぼしてお救い頂く、要するにプラーナです。あのプラーナを以って包んで護りづめに護って下さるのです。

等とあるのです。

したがって、さらには、ご開祖上人さまの高邁な教道を深く受け止められ、後継者

としての第三世の柴田正義上人さまは次のように述べておられます。

「今日の自分の健康に感謝して、精一杯社会のために尽くして下さい。くれぐれも、「治療してやる」という驕りを捨て、仏恩報謝の心を忘れずに、老ゆく者を尊び、社会に貢献することを望みます。

喜びも、悲しみも、長生上人の御心を道しるべとし、み仏のご加護に感謝しつつ、病める人々の救済に尽くされることを、希望してやみません。南無阿弥陀仏」

とあります。

したがって、会員の皆さま方が、長生上人さまの理念に従い、心を込めて取り組まれておられるご姿勢に深く感謝いたしております。

どうぞ、これからも当日本長生医学会の、さらなるご発展を心より祈願させていただきます。

今迄、私自身本当にお世話になりました。深く心より感謝いたしております。本当にありがとうございました。

合 掌

高齢者の健康寿命の延伸を目指して  
～エイジングの機序とアンチエイジング その2

長生学園 非常勤講師 近藤 雅 雄



## B. アンチエイジング

## 1. 食生活改善によるアンチエイジング

アンチエイジング（抗加齢）は抗疲労・抗酸化・免疫強化に関わる食品の習慣的な摂取が基本です。すなわち、ビタミンA, C, E, B6、フラボノイド類、イミダペプチド、亜鉛、マンガン、銅、鉄、セレンなどを適量含む野菜（目安量1日350g）、果物（目安量1日200g）、豆類、良質の蛋白質を摂取することによって体内の活性酸素の除去と恒常性の維持を図ります。野菜では紫色（なす・赤キャベツ・赤カブ・さつまいも・黒豆など）、緑色（ほうれん草・モロヘイヤ・小松菜など）、オレンジ色（かぼちゃ・にんじんなど）、赤色（トマト・赤パプリカ・赤ピーマンなど）、白色（玉ねぎ・長ねぎ・大根・キャベツ・ニンニクなど）などには優れた疲労回復、抗酸化、免疫増強作用が報告されています。また、日本人は代々良質の蛋白質、脂肪（DHA, EPA）、ミネラル、ビタミンなどを豊富に含む魚介類を主菜とした遺伝子を引継いできていますので、週に3～4回は摂取したいものです。

## 2. 運動によるアンチエイジング

人は動物です、動く物です。運動は筋肉、心臓、血管平滑筋の機能を高め、循環を良くすると共に、がんをはじめとした多くの病気の発症リスクを下げる事が分かって

います。また、運動器としての骨格筋は第2の心

臓とも言われ、血液やリンパの循環に重要な役割を果たしています（筋ポンプ作用）。寝たきりなどで筋肉が減少すれば循環機能が障害され死の転帰をとる。高齢者は適度な筋肉をつけることが大切です。運動は毎日3メッツ以上の身体運動を1時間は行いたいものです（メッツとはエネルギー消費量の単位で、1メッツは安静に座っている状態）。運動によって、良い汗をかき、脳や筋肉が喜び（心身一如）、循環機能を高めるだけでなく、こころもすっきりし、免疫増強、抗がん・抗ストレス効果など、まさに心身のアンチエイジングに繋がります。

## 3. 休養によるアンチエイジング

ストレスによる症状は①身体症状（頭痛、下痢、便秘、吐き気、歯ぎしり、不眠、肩こり、蕁麻疹、アトピー、喘息、生理不順など）②心の症状（イライラ、短気、不安、落ち込み、やる気がでない、集中できない、涙もろい、怒りなど）③行動の症状（けんか、さぼり、遅刻・早退、いじめ、不登校、乱暴、嘘つき、貧乏ゆすり、チック、過食など）がありますが、人によって起こる症状は異なります。このような症状が現れた時は早めに休養する。休養できない状態が続くと疲労（活性酸素）が蓄積し、作業能率の低下、



QOLの低下をはじめ様々な疾病発症の要因となります。

厚生労働省は、「休養」は疲労やストレスと関連があり、①心身の疲労を回復し、元の活力ある状態に戻す“休む”いう側面と、②明日に向かっての鋭気を養い、身体的、精神的、社会的な健康力を高める”養う”という側面があると言っています。休養の鉄則は” 疲れる前に休む “ことで、疲れてから休んでも回復に時間がかかりますが、疲れる前に休むとすぐに回復が見られます。この最大の効果が睡眠です。疲れが取れない人は質の良い睡眠をとるよう工夫してみてくださいは如何でしょうか。

#### 4. 5-アミノレブリン酸 (ALA) のアンチエイジングへの期待

ALAから生産されるヘムは酸素の運搬・貯蔵、エネルギー生産、筋肉運動、薬物代謝、解毒、代謝、免疫など生命維持の根幹反応に関与していますが、ALAを合成する酵素活性にはエイジングがあり、ヒトでは17歳をピークとしてALA量は減少し、同時にヘムも減少します。そこで、ALAを動物に経口投与すると体内でヘム生産が増加し①貧血予防、運動・代謝機能の亢進、抗酸化（胸腺細胞の増殖を促進し、SOD活性を高める）、免疫増強など、健康増進が行われると同時に、②脳腫瘍などのがんの診断・治療、新型コロナウイルス感染症、ミトコンドリア病をはじめ多くの疾患の予防・治療に有用であることが分かりました。また、高齢者の健康回復、免疫強化、皮膚の若返りなどアンチ

エイジング物質としても期待されていますが、今のところ、長期的な安全性についての知見はありません。なお、急性ポルフィリン症や鉛取り扱い作業員では症状悪化の誘因となるので投与は禁忌です。

#### 5. こころとからだの健康とアンチエイジング

言葉は心身の健康に大きく影響を与えるため、日常的に前向きで良い言葉を使いたい。臨床医学ではムンテラと言って（言葉（mund=mouth）の治療（therapy））、欧米、とくにドイツ医学で重視されています。日本では患者さんに症状を適当に説明するくらいのことしか理解されていませんが“感謝”と“言葉”を重視した治療法に変わってほしいものです。言葉は人間の原点であり、挨拶は人間の基本です。“良い言葉、感謝するところ、目標を定める、自身を持つ、前向きである、あきらめない”などによってオキシトシン（愛情ホルモン）やセロトニン（安心ホルモン）分泌のスイッチが入り、酸化ストレスの除去、免疫増強などによるアンチエイジングが期待されます。

#### おわりに

寿命は遺伝子レベルでプログラムされています。高齢者が少しでも老化を遅らせて健康で長生きするには、意識的に活性酸素の発生を少なくするか、これを除去するよう心がけることです。そのためには、①病気にかからない、②ストレスをためない、③適度な運動と休養を習慣化する、④糖質の摂取を控え、抗酸化食品の野菜、果物の

摂取を適量増やす、⑤感謝の気持ちを持つ 力次第で健康寿命を延ばすことは十分可能  
て前向きで、良い言葉を使うなど、健康に です。  
ついて意識することが大切です。誰でも努

#### こころとからだの健康 12 の習慣

1. 栄養（バランスの良い食生活）
  2. 運動（身体を動かす）
  3. 休養（疲れる前に休む）
  4. 体質を知る（遺伝子・環境因子相互干渉作用）
  5. 感謝の気持ちを持つ
  6. 生きがいを見出す、夢を持つ
  7. 環境の向上を図る
  8. 危険因子からの予防（自己防御）
  9. 自然との対話（自然環境との融合）
  10. からだからのサインを習得する（早期診断）
  11. 自信を持つ、前向きである
  12. 概日リズムを守る
- （出展：近藤雅雄著：健康のための生命の科学、2004）

健康の三原則

完

(2021年8月2日脱稿)

## コロナ患者の一症例

京 都 府 西 田 光 宏



島川道代様（仮名）大阪府在住

以前より来院されていた50歳位のご婦人で、お子さんは男の子が2人、ご自身はママさんバレー等をされて居て、しっかりした体格をして居られ、私共の治療にも興味を持たれ「長生健康読本」を買って独自で勉強をして実家のお母さんやご主人の治療をされたりして居られます。

私共へも大阪から定期的に来院して頂いて居た方です。此処の所少し間が空いていて、この頃の新型コロナウイルス感染拡大に依る影響の為、不要不急の外出を慎んで居られるのかと思っていました。

9月末日を以って、緊急事態宣言も全面解除になって、「良かった」と思った矢先、10月1日に久し振りに来院して頂き、治療をさせて頂いたら今迄の身体とは違って、筋肉にも張りが無く、以前の時の様な体格と違って、「エッ！どうした？」と思う程に成って居られ、何か不思議な感じさえ思えたので、家で何か変わった事でも有ったのかと思いながら、次回はあまり間を空けないうちに来られると良いと申し伝えたら、10日程して再び来院されました。

2日目は、この前の様な身体と違って、表面は変わらないが深部が固くて何時もの時より強い目の治療をして行った。患者さんに

「今日はずっと違って、治療がきついですが、我慢して下さいね。」

と言いながら、耐えられる程度で進めていったら、患者さんの方から

「先生、私8月半ば頃にコロナに罹りました。」

と言われ、思いもよらずビックリしました。

「主人が会社で罹って来て、次に長男が罹り、そして私も家庭内感染に成り、家から一歩も外に出られず養生して居ました。この前の時に言おうと思いましたが、他の人も居られましたので。」

との事でした。それでか、と思いながら、「お食事等はどの様にされて居たのですか？」

と聞くと、

「実家から妹が一杯当座に要る食材を買って持って来て、玄関の所に届けて呉れました。主人の実家からも色々送って来て呉れて、大変助かりました。」

との事でした。

ご自身も熱が39℃も10日間程続き、日中は38℃位に成り夜になると39℃に上がり、息苦しい日も有り、呼吸も辛く成りましたが家族等の為にもしんどくても食事を作ったりして大変でした。その方は普段の身体とは違って、今日の状態では何事もヤル気は起らず、やらないといけないと思って居ても身体が動けず、その気にも成れず、ご自身でも

「背部がゴツゴツして居て固そうですね、一枚岩のようで。」

と言われる程、何時もとは違って居ました。会話の中で

「家で養生して居られた時、元気に成ったら何処へ一番行きたい！と思った？」と尋ねたら

「京都の先生の所へ伺いたかった」

と仰って下さり、それは有り難い事とお礼を申し上げ、ご本人は

「兎に角今迄の様にさっさと動く事が出来ず、物事に対する集中力や何かを食べたいとか、何かをしなればと思っ居ても、自分の身体が前に出ようとしない様に成り、お腹も空く事も無く、この様な状態には成った者で無いと解って頂け無いと思いました。」

と申されました。

数日後に何とか熱も下がって来て、指に挟んで測る計器も外し、保健所から9月5日にヤット外出の許可が出て、9月6日の日から買い物に行ける様に成りました。

最近のTVを見ていても、コロナの後遺症による専門病棟や外来の診察をされる所も出来、診察をして居られるのを見ても、統計を取って居られる様で、これと言った治療方法も薬物による治療も無い様にも思いました。

その様な場合でも、この長生はその患者さんと向き合っテプラーナと共に丁寧に治療していけば必ず楽に成って頂ける事の様に思い、期待と実感をさせて頂きました。

その患者さんは、

「当療院へ来るまでは未だ息苦しい状態が続いて居ました。」

との事でした。

私自身も未だ何人ものコロナに成られた後遺症の患者さんを診た訳でも無いですが、特に今回はその様な事を感じました。

治療をするに当り、術者自身もしっかりした気持ちや体力を備えて居ないと、コロナの患者に引きずり込まれてしまいそうになる位に、何か今迄にこの様な事を感じながら治療をした事が無かったので、この様な事で患者自身が立ち直れず命を落とされる事が分かる程でした。患者さんも辛くても自分自身ではどうする事も出来ない位でした。

治療が終わっても

「次回もなるべく間を空けずにおかれたいら、より早く元気に成っていただけますよ！」

と、申しあげて帰り際に玄関で、

「身体が楽に成りました。有り難うございました。」

と云って帰って行かれて良かったなと思いました。

流石長生と思い、普段の患者さん等のインフルエンザや香港風邪や何々型風邪と違って、又何かをして疲れたとか、仕事をして疲れて来たと言う様な状態と違って、全身が何とも言え無い何かが身体中にこびりついて異様な感じさえ受ける様で、人に説明してもこの辛さは分かって貰えない様な、

目に見える物でも無く、この様な状態では西洋医学の方ではどの様な見解で治療をして行かれるのか、勿論X線やMRI等の検査では分かる様なものではない様にも思いました。

複数による患者さんを診た訳でも無いですが、私が今迄その様な状態の患者さんを診た事も無かったものですから、コロナに成られた日(8月23日)からと、コロナから解

放された日、2週間後の9月5日で、それから約一か月して来院された日でもまだ日が浅かったので報告させて頂くつもりで記させて頂きました。

尚、奥さんのお友達もコロナに成られて、もう2週間以上経って居るのに、いまでも息苦しいと言われているそうです。

以上

## 随 想 編

### 横浜メリー

東京都 山 森 誠



メリー…

この通り名を聞いたことがある先生はいらっしゃいますか？特に横浜・伊勢佐木町、馬車道、遠くは本牧、横須賀辺りでも見かけたとの話を聞きました。

当時、横浜ではかなり有名な老婆だったみたいですよ…女優の五大路子さん(ご主人は俳優の大和田伸也さん)によるメリーさんをモデルにした「横浜ローザ」の一人舞台や、あのダウンタウンブギウギバンドの名曲「港のヨーコ・ヨコハマ・ヨコスカ」のヨーコのモデルもメリーさんだったとの話もあるぐらいで…

実は私、32~3年前に一度、このメリーさんっていう老婆から横浜で声をかけられた事がありました…今、私は本部事業部総務部の部員として長生に役立つ書籍を探しによく書店に立寄るんですが…そこで一冊の

書籍に目が止まりました…

「白い孤影ヨコハマメリー」もう何十年

忘れていた記憶が甦りました…「アイツだ！」その表紙にはかつて横浜メリーと呼ばれた白い老婆が写っていました…

当時、ある女性と横浜・馬車道で待ち合わせをしていました。馬車道通りの植木の淵に腰掛け煙草を吸っていたと思います

(当時の私はかなりのヘビースモーカー)突然、頭上より声をかけられました。何気なく上を見上げると…もうびっくり絶句、恐怖で頭が真っ白…そこには全身真っ白、顔まで真っ白の老婆が私に話しかけています…あまりの恐怖でナニを話したのか？ナニを訊かれたのか？全くもって覚えていません…ただ日曜の昼下りの馬車道通りです。人やクルマの往来も多く幾人も横を通りす

ぎて行くのですが、誰一人その白い老婆に  
気とめる人もなく「もしかして俺だけに見  
えているのか？ コレは見てはいけないモノ  
を見てしまっているのか？ 昼間なのに？」  
と…もし暗がりだったら間違いなく卒倒し  
ていただろうぐらいの恐怖でした。

短い時間でしたが自分には長い長い時間  
に感じられました…彼女が去って数秒後、  
そちらを見ると小さくなった老婆の背中  
はハッキリと覚えていますので間違いなくメ  
リーと呼ばれた老婆と話しはしたようです…  
その後、馬車道通りで待ち合わせをした  
彼女がやって来たので今起きた出来事を話  
しました…すると彼女が「それってメリー  
さんだよ！ 凄い！ メリーさんだ！」って目を  
キラキラさせながら興奮して話すのです！  
「メリーさんってナンダヨ？ 羊か？ 白かつ  
たけどそんな可愛いもんじゃねえーよ！」  
すると彼女が「メリーさんに話しかけられる

って凄い事なんだよ！ それって凄いんだよ！」  
と言われた当時の事を思い出しながらメリ  
ーさんの本をペラペラめくっていましたが  
確かに当時の横浜の男性の話の中で「メ  
リーに話しかけられれば一人前！ 一人前の  
男だ！」みたいな一行文がありました。多分、  
彼女もこのような話しを誰かに聞いていた  
のでしょうか？ ただこのメリーさん…素性も  
よくわかっていないようですし本名もわか  
らないみたいな謎の老婆です。ただ元々は  
進駐軍のアメリカ将校相手の娼婦だったみ  
たいです…顔の白いのもアメリカ兵にウケ  
がいいように白人女性に似せたのが始まり  
みたいですよ…なんかとめどもないどーでも  
いい話して申し訳ありません。こんな話し  
です…皆さんの貴重な機関紙のページを汚  
してしまいお詫びいたします。

合 掌

北長連「第62回夏季研究会」テキストより転載

## 最初の出会い

札幌市平尾 勘

私が13歳か14歳だった昭和27年頃のことです。私は学童期になっても夜尿症があり、鍼灸院にて治療を受けていたものの治らず悩んでいた所、上砂川に住む叔母から「最近、上砂川の炭鉱長屋に治療院ができて、おねしょが治せると評判の所があるから行ってみるように……」と紹介され、早速行ってみました。

行ってみると大勢の患者さんが座って自分の治療順番が来るのを待っていました。私の順番が来ましたので、治療室へ入ると畳の部屋に座蒲団が二枚並んで敷かれてありました。治療室に入ると症状を聴きながら私を立たせたまま後ろに回り、背中を検査するやいきなり肩の所(頸椎)を左右から強力な力によって矯正されました。

その後、敷かれていた座蒲団の上うつぶせに寝かせて、仙骨を強力な力によって大圧されました。痛みは感じませんでした。「バリッ！」と大きな音がしたのを記憶

しております。治療はそれで終了しましたが、時間は僅か10分くらいかと思いました。

治療料金の提示はなく、待合室に仏壇があつて仏壇にいくらかのお金をお供えして帰宅しましたが、その1回の治療で夜尿症は完治致しました。その後、何日か小便をする度にしみる様な痛みがありましたが、その痛みも日ごとに消えました。

その時はその治療が長生療術であることも治療された先生の名前もわからずにおりましたが、今にして思うとその先生は長生上人が北海道を巡業されて講習会を行った時に受講され、上砂川で初めて開業された先生だったのでしょう。

私が長生医学に巡り合ったのは、なんとそれから21年後のことですが、これがご縁となり現在の私が存在するのです。



## ○さんの症例報告

旭川市 大 泉 壮太郎



ある朝、○さん（男性26歳）が右脚第3趾の爪を剥がして来館しました。サンダルで山を走っていたところ、木に足をぶつけたとのこと。爪は表層の爪甲から、その下の爪床まで剥がれ、根本の爪母まで抉れていたという。爪自体は皮膚科にて受診しガーゼとテーピングで傷口を保護していて、足趾にも内出血はあれど骨折はなし。○さん自身は、剥がれた爪のことよりも、普段躓かないようなところで躓き疑問に思っていた。

○さんは、自分で作ったサンダルで旭川から釧路まで走ったり、-25℃の真冬の旭川で膝上までの積雪を短パンで雪を割りながら走ったり、最近では旭川の街中を裸足で走ることに上川管内屈指のわんぱくランナーにも関わらず、ぶつけた時には普段走っている時と体の動き方、足の運び方、重心の動かし方、力の抜き方…等々の感覚が違かったという。本人曰く「上半身と下半身の連動が何となくギクシャクで、足を後ろに出そう（股関節を伸展しよう）とした時に骨盤（腸骨）が突っかかるような感じがした」とのこと。

そんな疑問に思った○さんが治療に来た。身体的な初見としては、右仙腸関節前方捻転、蝶形骨左捻転、乳様突起の位置も揃わず、背骨はS状捻転、左の胸郭出口は狭くなり椎骨動脈の狭窄が考えられるので、頭痛もないかと問診したところ、「そういえば、なん

か頭重かったですわ」とのこと。痛みに強いのか自分の体に無頓着なのか……。

この状態でも右の股関節は機能せず、股関節は対角線の肩甲骨と連動しているの、「上半身と下半身がギクシャク」と本人が言ったことにも納得できる。この状態で走ろうと思ったのだから、やはり○さんは無頓着なのであろうか。



仰向けにさせ、ぶつけたときに発症したと考えられる足根骨の変位や制限は少なく、それよりも足の長さを比べたところ、右足がくるぶし一つ分くらい長くなっていたところに目が付く。(写真上) 下肢挙上制限、トーマステスト陽性。これでは何もなかったころでも躓くだろう。腰痛はなかったかと聞くと、「言われてみれば、なんか右の腰痛があった!」とのこと。○さんは自分の痛み



なんかどうでもいいのだろうか。

〇さんはよく山道で滑って転んだり、公園で切り株から切り株の上からジャンプしたり、街中に排雪してある雪山によじ登ったりしているのですが、今回も何か思い当たるやんちゃは無いかと聞いたところ、今回は何もしていないと言うが、どうにも信用ならない。

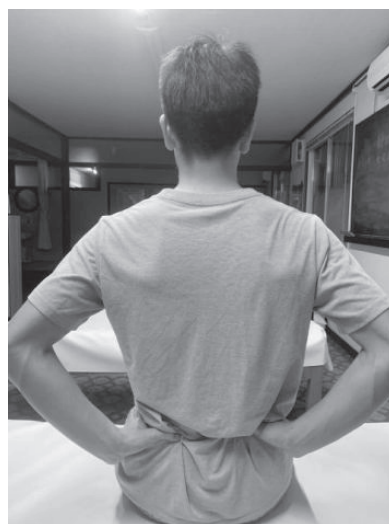


口では誤魔化せようとも、体ばかりは正直に答えてくれるので一般操作を進めていく。ふっ、隠し事など無駄なことよ。股関節屈曲と内転に制限が見られるので、うつ伏せ一般操作で内転筋群を中心に触診していったところ、半腱半膜様筋に硬結が見られた。

「慣れない体勢で作業してなかったか？」と問診しながら起始停止を意識して筋緊張を抑制していく。「ぜ、全然大した仕事なんてしてないんだからっ…！！」と〇さん。まだ白を切るつもりなのか。「屈み仕事などしてなかったか」と問診しながら、内腿の

強張りを緩めてしていく。

「ううっ…、痛くなんかないもん…。」強がって我慢して内転筋の操作は、力めば力むほど受け手も辛いもので、ついには、「ひぎい！き、昨日一日中、壁紙剥がすのにつ！！しゃ、しゃがんで低いところで作業してました！らめええええ！！」〇さんは涙目になりながら白状した。それほどに膝窩内側でのリリースは悶絶ものであった。



半腱半膜様筋がリリースされるだけでも、股関節制限が改善されて、体軸の右への牽引が改善された。蝶形骨の動きも正常に戻り頭もスッキリしたと言う。

その後、仙骨、L5、C1と矯正し治療終了。翌日からまた元気に動き回れているようです。

〇さんは東京から旭川に来て5年が終わり、現在は、独立開業のため東川町に家を借り、自力で家を修繕し治療室を作っているところとのこと。週末や毎日、仕事が終わった後の夜遅くまでと仕事前の朝の早くから隙

を見てコツコツと直しているところらしい。

こんな足になりながらも、何故東川町を選び何故自分で治療室を作っているかと言うと、彼曰く、「確かに職人さんや業者さん入れた方が時間も早いし手間もかからないし出来もいいと思うけど、治療において解剖の知識が深まれば意識が深まり、深部までプラナーが届くように、エネルギーは意識したところに行き届く。

それならその自分自身も自分のいる空間も大事な治療の一部なのだから、何となくそこに居て、何となく治療して、何となく生きていくのでは、すごく勿体無く感じてしまうのです。自分自身にも与えられたいのちがあって、家としても物質として存在している限りそこにいのちがあって、神様が宿る筈なので。それなら多少時間や手間もかかって、少しばかり仕上がりも良くななくても、自分自身の目で見て手で触れて、自分自身で治療室をつくっていきたい」と思い、行動を始めました。そうして壁一枚

一枚と一生懸命向き合っていてやっている和最近はなんだかこの家の神様たちも喜んでくれている気がしてきています。

「慣れない仕事ばかりで身体はびっくりすることも多いけど、身口意の三密が潜在意識を動かし、現実世界を作っているのだから、この行動や思いひとつひとつが集合的無意識のどこかに入っていて、今すぐでなくてもきっと将来の患者さんのため、地域のためになって、それがきっと1000年後の子供達のどこかに繋がって思えばギックリ腰なんて軽いもんですよ。これから漆喰を壁に塗って、無垢材フローリングを敷くのが楽しみです。楽しいからこそ出来てしまうんです。」とのこと。

ちなみに今度は椅子の上で天井の壁紙を長時間剥がして、腸腰筋痙攣のギックリ腰寸前状態になってやって来たのは、今回から数日後の話である。彼はやはりドMなのだろう。

悩みや疑問、気軽に聞いちゃおう  
～みんなで作る“長生知恵袋”～  
第53弾～この人はここで死ぬ！～

知恵袋52弾では、“屍のポーズ”をレクチャーしていただきありがとうございました。「早速実践してみたところ、寝つきが良くなりました」といった嬉しい声が聞かれました。とても実践的なヨガですね。



堀

今回、当院の門外不出の手技と理論をお話しようと思ったのは、長生への尊敬と感謝と、ご縁を頂きましたお礼の気持ちです。

私の本職は、神仏混合崇拝、神教寺神殿の住職で、法名は堀 永尚。また、ベダを継承しており、アバヤ・チャランと申します。瞑想、アーサナ、等々ハタヨガの修行を終え、今はヨガの頂点であるバクティ・ヨガの修業をしております。



なるほど”屍のポーズ”の源流はハタヨガなのですね。

ハタヨガは、ヨガの中で最も歴史が長く、自分自身の健康と解脱のため、こうしたアーサナと呼ばれる身体を動かす行法が主ですが、バクティ・ヨガは愛と献身のヨガと聞きました。

堀先生が長生医学会員のため、長年の修行の成果を惜し気もなくシェアしようとする献身的なお気持ちが理解出来ました。

堀先生は、私と同期の27期生ですね。

それにしても、先生はヨガの達人なのに、なぜ治療師を志されたのですか？



堀

はい、27期です。

20代から身体がボロボロで、33歳の秋、仕事中の事故で腹部を強打して急性膵炎を発症し、今無理をして膵臓が破裂すれば膵液が内蔵を溶かして死ぬかもしれないと主治医に言われるほどでしたが、幸い生き延びる事ができました。

当時は頸椎も曲がっており、体調は最悪でした。朝の検診で、主治医が「腰が痛いので整体院に行ってきた」と腰をトントンやっているのを見て、病院の治療だけでは駄目だと感じ、整体を学ぼうと東京に行きました。自分の身体の治療の為に整体院を転々としているうちにご縁があって、長生学園に入学し治療の道を志しました。

そうそう、私が在学中にこんなことがありました。

授業中「堀さん、ちょっとここに来て横になりなさい」と修伽先生に呼ばれ、皆の前で胸椎10・11・12番を指し「この人は、ここで死ぬのよ！」とおっしゃいました。今は胸椎10・11・12番の椎間板が潰れていてかなりの猫背ですが、当時は、背骨も曲がっていませんでしたし、もちろん先生には一切何も話していません。生徒は皆素人ですから、先生が何を言っているのか理解出来る人は一人もいませんでしたが、修伽先生は皆の前ではっきりと、「この人はここで死ぬ！」とおっしゃいました。さすがは修伽先生…恐るべき診断力とと思いました。



なるほど…堀先生の治療哲学は死と向き合うことで培われたのですね。



知人の経営コンサルタントは「経営者には、ある意味”死生観”が必要。死に備えて、自分が死んでも従業員や顧客、顧客の家族や地域等、周りが困らないように日々を生きなくてはならない。つまり死と向き合うことで、仕事に対する責任感が生まれる」と仰ってました。



経営学者の田坂広志氏も、「死に直面した経験を持つ経営者は、自分のかけがえない命を何に使うかをしっかり考え、仕事への使命感と覚悟が生まれる。そして何よりエネルギーレベルが高まり、すべては導かれていると腹が座る」と公言していました。開業してからのお話をお聞かせください。

堀

ありがたいことに開業すると3ヶ月で予約が一杯になり、何百人もの患者さんが、予約待ちとなりました。治療所の看板は出さず、宣伝も一切しませんでした。全てリピートの患者さんなので、新患さんは何ヶ月、何年待ちになり、とにかくひたすらお断りするのみでした。

先生のお身体は大丈夫でしたか？



堀

高山で評判の治療院がありました。どんどん患者さんが来て、毎日、患者さんで満杯ですが、「あんな事してたら、気枯れで死んじゃう」と思っていたら、本当にお亡くなりになりました。同業者の死を目の当たりにして思いました。自動車の修理工がユーザーの車は直せるが、自分の車は治せないなどということは有り得ないと。



治療師なら、自分の身体は自分で治せなくてはいけないということですね。

堀

はい。私は、手術以外は全て自分で治しています。約38年、あらゆる病をなんとか自分で治してきました。死にそんな事も何回かありましたが、3年間頑張れば大病を克服し、死なずに済みます。



壮絶な経験を乗り越えてこられたのですね。  
誰にでも出来ることではありません！

続く

みなさまからのご意見・ご感想・ご質問は随時受付中です。匿名掲載も大歓迎です！  
記事作りの励みになりますのでどしどしお寄せください。(\*' ω' \*)

〒230-0052 横浜市鶴見区生麦1-7-10 E-mail:tani@chousei.jp  
長生医学会事務局「知恵袋」係

帰ってきた

## ☆どちんのただいま徒然中☆その14

次男、無事2回目のワクチンが終わりました。これでやっと我が家コンプリート！

ありがたいことに、緊急事態宣言が解除されても増えないとは、ワクチンの効き目！と思っていたら、日本で変異したデルタ株のミスコピー修復酵素が壊れている説がニュースに！確かにそうでもない、こんなに一気に減らないわ…。しかも、東アジアとオセアニアに、ウイルスを変異させて壊す酵素の働きが活発な人が多いんだとか。確かに今また感染が広がっていると聞くのはヨーロッパ圏が多いですね。ただ、他にも変異株はあったから、やっぱりワクチンの効果はある！なところで、突然、若い男子は心筋炎のリスク減のためファイザー推奨のお達し！次男は悩んでファイザーにしてよかった～。長男モデルナだったけど(汗)。

しかし、新たな変異株や空港留め置きが3日間になったこと、ブレイクスルー感染の増加など考えると、まだまだ安心できない状況ですね。

先日、母の誕生日に電話したら、お隣の奥様からプレゼントをいただいたと喜んでいたのですが、その際、彼女が具合が悪い様子で気になって聞いたところ、ワクチンを打った直後から徐々に胸が痛くなったそうで息も荒いし心配だ、というのです。以前、他のワクチンでも副反応が出たことがあって、コロナワクチンも打ちたくないところぼしていたらしく、嫌な予感的中…？

私も心配になって、お礼を兼ねて彼女に連絡したら、医者にも心電図もどこにも異常ないからコロナ鬱じゃない？と言われたそうで…。しかし、10日経っても治らず、とうとう仕事に痛みがひどくなって救急搬送され、そこでやっと原因判明、なんと胸膜炎だったそうなんです。

鬱で、息吸う時に胸が痛くなるものなのか？



(# ° ▽ °)って医者をお願い詰めたくなりましたが、町医者では簡単な検査しか出来ないし、やっぱり大きい病院じゃないとダメなんですね…。

ネットには、副反応に胸膜炎はあると書いているお医者さんがあったので、やっぱりワクチンの副反応でしょ？

と思うわけですが、病院の担当医は「絶対違う！」と何が何でも認めません！という対応だったそうです。調べてみたら判定が出るまでかなり面倒そうなので、命にかかわらない限り嫌がるのもごもっとも…な感じ。でも、それじゃホントの数なんかわかんないじゃん。

大なり小なりほぼ全員が、しかも様々な副反応が出るとわかっているから、後々のリスクを心配して絶対に打たない！と決めている人もいますし、私も打つときに不安たっぷりでした。過敏な体質の方は敬遠するのはもっともな話ですね。

ワクチンパスポートでお得とか、渡航に必要なって話も出てきたので、体質的に打てない人もいることを念頭に置いて、未接種に対してバッシングや差別が出ないことを祈ります。

さて、話は副反応から後遺症の方に移りますが、テレビ朝日のニュースで、京都大学の上野英樹教授の研究を見て、ここまで解明されてきていることにちょっと安心しました。〔新型コロナ“後遺症のメカニズム”で画期的発見(2021年10月29日)〕



「強い倦怠(けんたい)感がある患者の血液を解析したところ、ウイルスを排除する免疫細胞とその働きを抑える免疫細胞の両方が多いことが分かりました。2つの免疫細胞が同時に多くなることで、免疫の調整ができずに倦怠感につながるとみられています。また、嗅覚や味覚障害だけが残る患者については、ウイルスを排除する細胞が極端に少ないことも分かりました。」とアナウンサーは伝え、上野英樹教授は「この細胞がないとなかなかウイルス排除が進まないんですけど、こういう患者さんは若干強く出すぎている可能性がある。免疫の方は何とか抑えようとしているが、車で言うとアクセルと一緒にブレーキを踏んでいる様な状態でうまく体の免疫応答を調整できていないんじゃないか」と語っていました。

こういうとき、我らの長生療術が何かの役に立ちそうな気がしてならない、いやなるだろう、なるに違いない！と思うどちんでした。

気になる話題・知って得する情報募集！  
〒230-0052 横浜市鶴見区生麦 1-7-10  
長生医学会事務局「どちん係」  
Eメールアドレス:tani@chousei.jp

# ちょっと 美味しい話

栃木県 柏瀬 隆 司

先日、コロナ禍で中々行けなかった孫に会いに石垣島へ行ってきました。

その折息子が出してくれた魚料理がとても美味しく、是非ご紹介しようと苦手なペンを取りました。

一週間かけた熟成料理です。魚は取り立ての新鮮なのが一番美味しいと今までは思っていました。ところがこの料理は、いままで食べた事の無い味の魚料理でした

今石垣島ではヤイトハタ（現地ではミーバイ）の養殖に力を入れているそうです。

3キロぐらいの此の魚を使います。

まず下処理としてエラをとり、

内臓と血液を抜き神経も取ります。

表面のぬるぬるを綺麗に取ります

（これが生臭さを出す元だそうです）。

次にキッチンペーパーで水分を徹底的にふき取ります。

改めてキッチンペーパーで魚を綺麗にまきます。

さらにビニール袋に入れ中の空気を抜きます。ビニール袋は二重にします。それから氷水の中に入れ一定温度を保つように毎日氷を入れます。これで一週間寝かせます。

焼いても煮ても切り身でも良いそうです。私は焼いて石垣の塩で頂きました。

前から準備をしてくれた事に感謝しました。

四角豆（うりずん） と 島らっきょうの天ぷらもとても美味しかったです。



長生会便り =本部報告= 2021年度 報恩講 冥加金一覽

(順不同・敬称略)

県名	氏名	金額(円)	県名	氏名	金額(円)	県名	氏名	金額(円)
<b>【教会・連合会支部】</b>			山形	志賀京子	10,000	東京	澤理江	5,000
北海道連合会		10,000	栃木	佐貫八重子	10,000	〃	野澤靖幸	5,000
東北連合会		10,000	〃	江連友美	10,000	〃	村山幸喜司	5,000
千葉茨城支部		10,000	東京	大澤十志子	10,000	〃	渡邊義孝	5,000
北関東支部		10,000	神奈川	程野保夫	10,000	神奈川	渡辺ひろき	5,000
中央支部		30,000	〃	落合伸次	10,000	〃	吉岡隆康	5,000
北信越連合会		10,000	〃	植木秀夫	10,000	岐阜	新井紀孝	5,000
東海支部		10,000	〃	西田明生	10,000	京都	田中隆之	5,000
近畿支部		10,000	〃	渡辺光章	10,000	岡山	片山和彦	5,000
西日本連合会		10,000	岐阜	新井正三	10,000	広島	石井信夫	5,000
広島教会		20,000	〃	横山裕治	10,000	埼玉	榎本育弘	3,000
<b>【信徒会員】</b>			静岡	杉山耕一	10,000	千葉	藤岡敬子	3,000
北海道	藤本隆	30,000	三重	牛場良浩	10,000	〃	土岐雄司	3,000
千葉	渡邊高延	20,000	福島	國分忠典	5,000	東京	山森誠	3,000
京都	西田光宏	20,000	茨城	伊勢山昌広	5,000	神奈川	植木義之	3,000
広島	高橋豊城	20,000	埼玉	新海良幸	5,000	〃	伊藤陽裕	3,000
北海道	越田典明	10,000	〃	矢代隆道	5,000	〃	佐藤範重	3,000
青森	工藤幸男	10,000	〃	武市茂也	5,000	岐阜	新井光代	3,000
宮城	小野寺秋夫	10,000	東京	土肥二朗	5,000	〃	新井早苗	3,000
山形	志賀啓二	10,000	〃	白井功一	5,000			

=支部報告= 令和3年度 支部役員

**【北信越連合会長野支部】**

支部長 伊藤 嘉健 副支部長 金子 隆 遠藤 英紀  
 会計 横山 雄一 会計監査 堀内 正紀  
 書記 寺澤 至 書記補佐 飯塚 博志

## 令和4年度(第67期生)長生学園学生募集要項

学校案内を無料で送付いたします。

ご興味のある方、治療師を志したい方をご紹介下さい。

### 学校説明会

■オープンキャンパス■ 施術体験、模擬授業、学生トークなど

12月4日(土)、1月15日(土)、2月12日(土) 各13:30～

■ミニ説明会■ 参加しやすい夜開催。施術体験、授業見学あり

12月16日(木)、1月27日(木)、3月3日(木) 各18:00～

■個別学校見学■ 教員が個別に学校内をご案内します。

(月)～(土)14:00～16:00のうち1時間

**New** ■オンライン説明会■ オンラインによる個別説明。実技や学校内の動画あり  
約1時間。ZOOMでの接続になります。

### 入学試験日程

試験区分	出願期間(当日消印有効)	試験日
一般入試《B日程》	2021年11月29日(月)～2021年12月15日(水)	2021年12月19日(日)
一般入試《C日程》	2022年1月4日(火)～2022年1月19日(水)	2022年1月23日(日)
一般入試《D日程》	2022年1月31日(月)～2022年2月16日(水)	2022年2月20日(日)
一般入試《E日程》	2022年2月21日(月)～2022年3月8日(火)	2022年3月12日(土)

※一般入試(B、C、D、E)は、それ以前の入試で定員に達した場合には行いません。

※最新の入試状況はホームページで閲覧いただくか、直接お問い合わせください。

※ 遠方の方対象のオンライン入学試験も始まりました。ご相談下さい。

### ★ 試験会場 ★

厚生労働大臣認可  
宗教法人総本山長生寺付属



## 長生学園

〒144-0055 東京都大田区仲六郷2-35-7

TEL 03-3738-1630 FAX 03-3738-1768

URL <http://www.chousei.ac.jp>





## 訂 正

機関誌11月号P 6 で訂正がありますので、下記のように訂正願います。

上から2行目 02- → O<sub>2</sub><sup>-</sup>  
上から3行目 1 02 → <sup>1</sup>O<sub>2</sub>  
上から4行目 H202 → H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>

令和3年11月29日 印刷

令和3年12月2日 発行

発行者 日本長生医学会会長 柴田政宏

発行所 日本長生医学会本部

〒230-0052 横浜市鶴見区生麦1-7-10

振替口座 横浜00240-3-2497

☎ 045-521-7486

FAX 045-504-2118

印刷所 有限会社 サン・プリンティング

〒146-0083 東京都大田区千鳥2-31-11

☎ 03-3750-6633