

## お陰さまで7周年

2000年9月1日特定非営利活動法人が認証され、同年9月7日にNPO法人ネイティブヘルスを発足設立し、7年になりました。

### NPO法人ネイティブヘルスの歩み

皆川容子



#### 二つの難病が治った

長年、体調がすぐれないのを、だましまし生活していましたが、90年7月、とうとう倒れてしまいました。

全身性エリテマトーデス（SLE＝膠原病の一種）と診断されて、飲み続けたステロイド剤の副作用で、4年後には大腿骨頭壊死になり、歩けなくなってしまいました。

二つの難病を抱えて8年間、不自由な生活を送っていた私が、こんなに元気になったのは、腸活性と生菜食でした。

元気になったのが知れ渡ると、次々人が集まって来ました。そこで組織づくりを、と考えていた時に、特定非営利活動促進法が制定されたことを知り、早速、申請準備を始めました。

#### 保健・医療又は福祉の増進を

##### 図る活動

難病となると、特定疾患として医療費は本人にはかかりませんが、SLEと骨頭壊死で費やした健康保健の額は、一年間で凡そ100万円でした。元気になると、全く病院へは行かなくなりました。保健料0円です。こうした人が1000人で10億円の保健料が節約できるのです。

又、寝たきり寸前の人が菜食整腸で元気に活動し始める様子を目のあたりにし、この健康法は、医療費削減と寝たきりをつくらぬ介護問題にも役立つと考えました。

夏の暑い最中、何度も兵庫県庁へ行き、やっと申請書を提出したのが2000年5月でした。認可までは4ヶ月かかるということでした。この申請については、公認会計士の妹尾先生にはすっかりお世話になりました。

そして、9月「保健・医療又は福祉の増進を図る活動」として認証されました。

#### 西宮から新大阪へ

当初、西宮市夙川に事業所を置いていましたが、住宅街で不便でもあり次第に手狭になってきました。丁度施術に来られていた上林様が、ご自分のビルの一階が空いているということで見せていただきましたが、とてつもなく広く、私には借りる力がないと言うと、夙川の家賃と同じで良いという大変なご好意で、お借りすることになりました。

02年1月には医学博士松田育三先生のご協力を得ることになり、自信を持ってこの健康法を推進させることができるようにな

りました。

## チカコ健康サロン

何もかも順調にいったようですが、今日までには大きな波が2回押し寄せてきました。もう閉鎖しなければならないというところまでいったこともありました。その都度いろいろな方々に助けをいただきました。

妹尾、松田、上林のお三人様に黒田クロ、昇幹夫先生も加わって、何とか盛り立てようと、「チカコ健康サロン」が生まれました。知識(チ)からだ(カ)こころ(コ)全て健康に、ということでクロ先生が名付けてくださったのです。それまでもセミナーは開いていましたが、それをもっと強化して大勢の方に来ていただこうと、いろいろなジャンルの先生方が、手弁当でセミナー開催にご協力くださり、会員増加にご尽力くださいました。本当にありがたいことでした。

## 梅田に移転

新大阪は申し分のない良い所だったのですが、駅から遠いのが唯一の難点でした。

やっと軌道に乗り、会員も増えてきますと送迎が困難になってきましたので、何とか駅に近い所を考えまして、長年お世話になったココスビルを離れて、昨年暮、梅田

の現在地に移転してまいりました。ココスビルオーナーの上林様には何かとご便宜をはかっていただき感謝しております。

この菜食整腸もかなり周知され、これによって元気になったと喜んで、次々と新しい人をご紹介していただくことはとても嬉しいことです。お問い合わせも、北から南まで広範囲に広がって参りました。宿泊施設がないので、遠方の方にはご不便をおかけしていることが目下の悩みです。

研修を終えて、仕事にして居られる方も増えて来ましたが、もっともっと指導者が増えて全国的にこの健康法の拠点ができたら、どれ程皆さんに喜んでいただけることでしょう。

一人一人が健康になることで医療費削減、介護問題と、知らない内に社会にお役に立っているのですから、こんな素敵なことはありません。

私が菜食整腸を始めて10年目に入りました。この間、病院知らず、薬知らず、疲れ知らずの毎日です。

こうして毎日元気に過ごすことができ、このたび、NPO設立7周年記念行事を催すことができますのも、皆さまのお陰と感謝いたしております。

これから先7年、10年とご恩返しをしながら、皆さんに喜んでいただけるよう工夫を重ねてまいりたいと思っております。

## NPO法人ネイティブヘルス7周年記念

平成19年 10月7日(日) 講演 11時 祝賀会 12時

於 リッツカールトン大阪ホテル

講演 桐島 洋子 氏 「いつでも今日が人生の始まり！」

桐島 洋子 (きりしま ようこ) プロフィール

1937年東京生まれ。文藝春秋に9年間勤務の後、フリーのジャーナリストとして海外各地を放浪。70年に処女作「渚と漣と舵一ふうてんのママの手紙」で作家デビュー。

72年「淋しいアメリカ人」で第3回大宅壮一ノンフィクション賞受賞。以来マスコミの第一線で活躍し、「聡明な女性は料理がうまい」はベストセラーになる。50代からカナダ、バンクーバーに家を持ち、一年の三分の一を暮らす。娘のかれん(モデル)、ノエル(エッセイスト)、息子のローランド(カメラマン)はそれぞれのジャンルで活躍中である。主な著書に「ガール イエスタデイ」(フェリシモ出版)、「林住期が始まる」「見えない海に漕ぎ出して」「林住期を愉しむ」(海竜社)など多数

※ 詳細ご案内状は別紙同封しています。



## 日本のこころにふれる旅

### 「出雲ツアー」に参加して

#### 依藤允子

私は今回で「日本のこころにふれる旅」の参加は四回目である。今までに、第四回「播磨千が峰」、第六回「伊勢神宮神嘗祭」、第七回「那智大社火祭り」、そして今回の第八回「出雲ツアー」である。前三回とも、どれも心の琴線にふれる旅だったので、今回もワクワクする気持ちで参加した。

前学習としてあった満仲先生の、出雲に関する神話や古事記についての講義の会には出席できなくて残念だったけれど、「明日葉 30号」に掲載された先生の講義要約は読んで参加した。

さて、当日バスは八時半に大阪中央郵便局前を出発し、一路出雲に向かった。

#### 「皆美館」の鯛めし

途中、松江宍道湖畔に面した料理旅館「皆美館」の鯛めしで昼食となる。昼食をとるには高級なところだったが、以前、皆川先生が、この皆美館で催された長唄の会に笛で出演されたことがあり、とても素敵なおところなので、是非皆さんにといい心遣いからであった。この鯛めしは、江戸文化文政のころ松江藩七代の領主、不昧公が考案し、愛用されていたもので、皆美館家伝の料理となったそうである。鯛のそぼろ、卵の白身と黄身、おろし大根、海苔、わさびが別皿に彩りよく盛り合わせてあり、一人ずつおひつに入れられた暖かいご飯を三分の一程茶碗に入れ、別皿の具を上に乗せて特製の出し汁をたっぷりかけて、お茶漬けのようにしていただくのである。とても美味しく三回に分けて全部いただいた。食後、宍道湖を借景にしたお庭を特別に案内してくださった。川端康成、司馬遼太郎、松本清張などが滞在して、小説を書かれていたそうで、墨蹟などが展示されていた。

#### 出雲大社

満たされた気持ちでバスに乗ること 40分、今回のメインである出雲大社に到着。石畳を歩いていると、正面に大きな大きなしめ縄が現れびっくりした。



宮司様のお出迎えを受け、神祐殿（お接待所）でお供物のお菓子とお茶を頂いた後、代表者として皆川先生は白衣、私たちは首に輪袈裟をかけ、宮司様の先導で本殿の中へ、そこで祝詞をあげられ、私たちも二礼四拍手（出雲大社は四拍手である）一礼の礼拝をした。その後、お神酒を頂戴する。何か非常に厳かな気分になり、暫くはそこに佇んでいた気持ちだった。

御祭神は大国主命で、縁結びの神様である。これは男女の縁だけではなく、人の縁をいう。古代の本殿は、東大寺大仏殿の十五丈を超える十六丈にも達する建物で、日本最大であった。現在の御本殿は、高さ八丈、六間四面で、延享元年（1744）に造替されたもので、神社建築古様式の「大社造」で、国宝である。

#### 島根県立古代出雲歴史博物館

次は、東隣にある今年三月にオープンした「島根県立古代出雲歴史博物館」。神話回廊、総合展示室、テーマ別展示室があり、いろいろ展示も工夫され、体験工房や体験水田、風土記の庭もあった。出雲大社境内から発掘されたかつての高層神殿の巨大柱や、5メートル近い復元模型、荒神谷遺跡出土の銅剣 358 本、加茂岩倉遺跡出土の銅鐸 39 個など圧倒的な展示群があり、もう一度ゆっくりと訪ねたいと思った。

#### 霊気漂う須佐神社

博物館を後にして 45 分間山道をバスに揺られて、山奥深く鎮座する須佐神社到着。先ほどの出雲大社の賑わいはどこへやら、静かで簡素な中にも何か霊気が漂っているという感じである。御祭神は素盞鳴尊で、尊が生前から自分が死んだらここに祀ってほしいと言われていた場所である。全国に神社は数多くあるが神様自身が自分の葬る

場所を指定された神社はここだけだ、と説明があった。宮司様も他所へ行って帰ってくると、ここの空気は違うことを感じる。また、よく霧がかかるが、これは神様が降りてこられるのだとも言われていた。

そして、小一時間バスにゆられ、今日の宿である湯の川温泉「湯元湯の川」に着く。食後は、24時間いつでも入れるかけ流しの温泉へ入ったり、腸マッサージを受けたり、それぞれくつろいだ時を過ごした。

### 八重垣神社で恋占い

翌朝「湯の川」を九時に出発、「八雲たつ出雲八重垣妻込めに八重垣造るその八重垣を」で知られる八重垣神社へ。八岐大蛇退治の神話で有名な素盞鳴尊と稲田姫を祀り、縁結びの本家本元だそうだ。奥の院、佐久佐女の森（神秘の森）には、縁結び占いの池「鏡池」がある。こんこんと沸き出でる清水の池で恋占いをする。500円で買った占い用の特殊な紙にコインを載せて池に浮かべ、その沈み具合で縁の遅速を占うのだ。早く沈めば良縁早く、遅いと縁が遅いといわれ、私たちもそれぞれ浮かべる。すぐに沈む人、なかなか沈まない人、遠くに流れてしまう人、みんなでワイワイ言いながら鏡池を後にした。

### 大社造最古の神魂神社

そして神魂神社へ。御祭神は伊弉諾大神、（イザナギ）伊弉册大神（イザナミ）で、出雲大社の神事には深い関わりがある神社である。建築としては現存する「大社造」最古のもので、国宝に指定されている。急な石段を昇ると、雨に洗われた森にかこまれたお社はとても簡素で、他に人も居らずここにも又霊気が漂っている感じがした。

### 和紙の里

次は、神々の世界からしばし離れて、紙すきの里「安部榮四郎記念館」へ。安部氏は古来の原料と技法を用いて「雁皮紙」を漉き、昭和43年に人間国宝に指定されている。柳宗悦を中心とした民芸運動にも加わって活動した人である。館内には、伝統の出雲民芸紙や、柳宗悦との書簡、安来出身の河井寛次郎作品などが展示され、「心と技」が伝わってきた。めいめいに和紙のお土産を買い、最後の目的地である「足立美術館」へと向かった。

### 足立美術館

私は三回目の足立美術館だけれど、いつ来ても、ここのスケールの大きい、四季折々の変化ある庭園には魅せられる。横山大観、竹内栖鳳・・・等すばらしい絵画がある。私の好きな、横山大観の「龍図」に今回会えるかしら、と探した。あった！うれしい！じっと観入る ー感謝ー これだけで充分だった。

今回も、旅行社の企画する観光旅行では行けない所に連れて行っていただき「日本の心にふれる旅」を満喫した。この旅を終えて、出雲という土地は「神住める国」ということを実感した。ラフカディオ・ハーンが居住地として選ばれた気持ちがわかる気がした。

それにしても、皆川先生始めスタッフの方々の、いい旅を私たちに、というお気持ちと、周到的な事前準備の心遣いがあったからこそ、こんなにいい旅ができたと思う。心から感謝して筆をおきます。



## 予定表

知識（チ）からだ（カ）こころ（コ）の健康を考える人たち、仲間づくりのサロンです

月・日	時間	講師（敬称略）	演題	会費	備考
9月 6日（木）	13:00～	皆川容子	「あなたの腸は大丈夫？」 於・八尾市:ナチュラルキッチン		
9月 15日（土）	15:00-16:00	馬杉次郎	「私がここまでこれたのは」 95才現役ランナーの足跡	会員 無料 一般 1000円	
22日（土）	15:00-16:30	加藤圭二・富永智子	「今、世界の子どもたちは」 オカリナ&トーク	会員 無料 一般 1000円	
29日（土）	12:00-18:00	皆川容子・白井沩隆・他	「講演と体験会」 皆川講演 15:00-16:30		8頁参照
10月 7日（日）	11:00-14:00	NPO設立7周年講演と祝宴 桐島 洋子	「いつでも今日が人生の始まり！」 ホテル リッツカールトン大阪		2頁参照 別紙案内
20日（土）	15:00-16:30	佐藤 明雄	「万物をつなぐ量子ネット」 意味ある偶然の一致 シンクロニシティ	会員 無料 一般 1000円	
27日（土）	15:00-16:30	皆川容子	「ヘルシークッキング」 火を使わない料理教室	会員 1000円 一般 2000円	定員10名 エプロン 持参
11月 10日（土）	15:00-16:30	東村真理子	「ボランティアを通して生き甲斐作り」	会員 無料 一般 1000円	
17日（土）	13:00-17:00	皆川容子・他	東京講演会（整腸法体験付） 於・東京ボランティア市民活動センター		別紙
18日（日）	11:00-17:00	皆川容子・他	宇都宮講演会（整腸法体験付） 於・宇都宮堀江スクール		別紙
12月 5日（水）	15:00-16:30	中垣哲也	「オーロラに包まれて」 —この地球で最も美しい夜空— お話とスライドショー	会員 無料 一般 1000円	

前日までに必ずご予約してください。

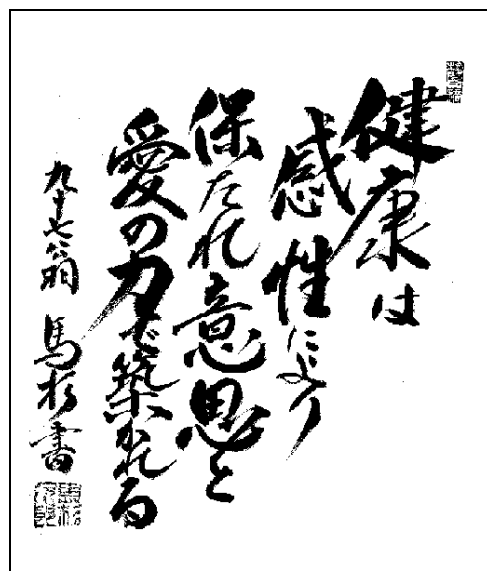
## 講師プロフィール

**馬杉 次郎** (ますぎ じろう)

「私がここまでこれたのは」95才現役ランナーの足跡 9月15日(土) 15:00-16:00

定年後の60才でマラソンを始め、78才の時、ホノルルマラソンを完走。85才では、同マラソンで80才代4位で完走。自分の体の調子は、自分が一番よく知っている。健康を損なえば、感性がこれを治そうとして働く。私は、この自然治癒力を信奉している。

明治43年、大阪府生まれ。昭和3年、旧制高津中学卒業。同6年、幹部候補生として入隊。同13年、支那事変召集。同20年、広島原爆で被爆、召集解除。同28年、野口ゴム工業(株)入社。同42年、東京野口安全(株)社長。同43年、城陽ダイキン空調(株)第二営業部長。同61年以降、ボランティア活動に専念。(王仁塚を守る会会長、バングラディッシュ友好協会名誉会長など)昭和62年、全国健称マラソン会大阪支部相談役に就任し現在に至る。同63年、大阪リバーサイドマラソン大会創設。平成12年、全国ニューシルバーパワーの会会長  
著書「仕事は死ぬまで、寿命はあるまで」



---

**加藤 圭二** (かとう けいじ) オカリナ

「今、世界の子どもたちは」オカリナ&トーク 9月22日(土) 15:00-16:00

小学生の時、偶然手にしたオカリナに惹かれ独学で吹き始める。20代に充実感のある生き方を求めてアメリカなど各地を旅し、1992年インドでマザーテレサと出会ったことをきっかけに、国内外の様々なボランティアに関わる。97年より兵庫県伊丹市にあるバングラデシュなどの途上国の教育と自立を支援するNPO法人「国際エンゼル協会」職員。アジアでの様々な体験談と素朴な音色のオカリナに心癒される人は数多い。兵庫県生まれ。

**富永 智子** (とみなが ともこ) ピアノ

学校や老人施設、会社の研修会などでオカリナの演奏や合唱の伴奏をしている。国際エンゼル協会のボランティア活動として様々なイベントでピアノを演奏し、ポピュラー、童謡、クラシックなどあらゆるジャンルのピアノを弾きこなす。兵庫県生まれ。

**佐藤 明雄** (さとう あきお)

「万物をつなぐ量子ネット」意味ある偶然の一致 シンクロシティ

10月20日(土) 15:00-16:30

思ったことがそのまま実現する共時性(シンクロシティ)とは、いったい何なのか、そして超常現象ともいえる共時性に理論づけができるものなのか、私のもっている多くの共時性体験を通して考えてみたい。

1929年神戸市生まれ。京都大学哲学科を卒業、同大学院を経て、ハイデルベルク大学留学後、甲南大学に勤務。1997年定年退職、現在同名誉教授。戦前の幼少時代を過ごした福州との縁から、中国の教育支援を志し、私費を投じて事業を開始、留学生60数名を招聘し、福州に佐藤教育奨励金を設立。教育・福祉・医療などに約5億円を寄付。

一方、幼少時に日中間の往復に乗った多くの戦没商船への鎮魂と愛情の思いから、「鎮魂の商船模型100隻」を作成、遺族に寄付。その活動はNHKテレビの「にんげんドキュメント」や「こころの時代」で紹介され話題を呼ぶ。

福州市名誉市民。福建省教育功労賞。

NPO法人「日中教育人材交流協会」理事長

**東村 真理子** (ひがしむら まりこ)

「ボランティアを通して生き甲斐作り」

11月10日(土) 15:00-16:30

1952年大阪府生まれ。1982年母親が始めた発展途上国への支援を目的としたボランティア団体(特定非営利活動法人国際エンゼル協会)でボランティア活動を始める。2004年11月の前代表死去に伴い、母親の志を引き継いで同協会の代表理事となる。チャリティーバザーやコンサートの収益金などを生かしバングラデシュにおいて児童養護施設、女性のための農業研修所、職業訓練所、クリニック、今年からは協会独自が運営する私学校等を運営。教育里親制度を実施して発展途上の貧しい子供たちに奨学金を渡している。国内においては福祉施設などへのボランティアをおこなっている。兵庫県伊丹市在住。

**中垣 哲也** (なかがき てつや)

「オーロラにつつまれて」この地球で最も美しい夜空 お話とスライドショー

12月5日(水) 15:00-16:30

地球上で見られるもっとも美しい自然現象、オーロラ。マイナス40℃も遥かに下回るといふ極寒の星空に輝きながら舞う姿は、宇宙の神秘そのもの。当日はスライドショーで、満点の星空や極北の圧倒的な大自然の風景、そこに暮らす動物たち 流れるような動くオーロラの映像をお楽しみ下さい。

星景写真家 1961年札幌生まれ。2001年ニュージーランドにて銀河の撮影中に遭遇した低緯度オーロラに衝撃を受け、オーロラの下に立つことを決意。2002年カナダ極北で運命的にオーロラ爆発に遭遇、志を明確にする。現在、北海道の星景色やアラスカ・カナダ極北のオーロラを求め東奔西走。2004年写真集「AURORA DANCE」(小学館)発表。2007年診療放射線技師を辞し、大宙の感動を伝えるため本格始動する。札幌在住



菜食整腸健康法

## 講演と体験会



平成19年9月29日(土)

- 12:00~14:30 昼食(野菜中心の松花堂弁当)  
13:00~15:00 無料ミニ体験 白井沓隆 他指導員  
(先着順に体験時間の券をお渡しいたします)  
15:00~16:30 講演 皆川容子 NPO法人ネイティブヘルス理事長  
「健やかな毎日のために 一腸と食べもの」  
16:30~18:00 無料ミニ体験

会費	会員無料	一般1,000円
昼食	会員600円	一般900円
申し込み	(当日キャンセルは昼食代を頂戴いたします) 前日までに必ず予約してください。 TEL:06-4802-6880 FAX:06-4802-6881 (日・祝日は定休日)	

- ★ 足湯の無料サービス
- ★ 当日会員登録なさった方には、会費1000円と、食費の差額300円をお返し、いたします。  
会員登録には郵便局の口座番号とお届け印が必要です。当日ご持参ください。

### 編集後記

殊の外厳しかった残暑でしたが、お元気にお過ごしでいらっしゃいますか。ここ六甲山麓では、朝夕の涼風が、秋の近いことを感じさせてくれております

今回もチカコサロンでは、各方面でご活躍の先生方によって、盛り沢山のプログラムをご用意できました。中でも7周年記念では、桐島洋子さんにご講演していただくことになり、今から楽しみにしている、との声が聞こえてきております。ホテルリッツカールトン大阪は、「NPO設立1周年&“あした葉のように”出版記念」をしたところ。同じホテルで7周年を催すことができますことは、とても嬉しいことです。皆さまのお陰と感謝いたします。

会員の方は勿論、会員でない方もお誘い合わせて是非ご参集くださいませ。お待ちしております。

Y. M

「明日葉(あしたば)」第31号2007年8月31日 編集・発行 NPO法人ネイティブヘルス

〒530-0014 大阪市北区鶴野町1-3-403 TEL06-4802-6880 ホームアドレス <http://www.nponh.com> <http://www.nhacademy.co.jp>