

# 奈良日和レター

## 「体温免疫力講座」を開催しました

平成25年12月16日(月)、遠赤外線温浴器の開発者で医学博士の東善彦先生をお招きし「体温免疫力講座」を開催したところ、「奈良日和」の利用者の方をはじめ約30名もの大勢の方が聴講に来所されました。先生からお話のあった「どうして人体から発せられる遠赤外線に近い波長の遠赤外線を浴びると身体の様々な不調が改善するのか」、その科学的なメカニズムについては、次号の奈良日和レターでお伝えしたいと思います。



遠赤外線温浴器の前で東先生と記念撮影

## ご利用者様の声やご様子

- ◆ 骨粗鬆症の数値が改善した。[帝塚山N様・要支援2・延利用回数19回]  
「これまでカルシウムを多く摂るよう食事に気を遣ってきたこともあるが、遠赤外線温浴の効果が大きいと思う。」  
〔人体から発せられる遠赤外線と同じ波長の遠赤外線は体の深部、骨まで届くことから、骨の細胞の活性化、新陳代謝を促進するとのこと。東先生のもとには同様の報告が多く寄せられているそうです。〕
- ◆ 糖尿病の数値が改善した。[法蓮町I様・要支援2・延利用回数30回]  
検査数値が改善し、主治医の先生が驚かれたそうです。
- ◆ 高血圧が改善し主治医の先生からもう薬を止めてもいいと言われた。また、これまでどうしても下がらなかった悪玉コレステロール値も下がった。[帝塚山南T様・要支援1・延利用回数29回]
- ◆ 腰痛が改善した。[青垣台K様・要介護2・延利用回数51回]  
「不思議とここに居ると腰も伸びるし、痛みも感じない。」  
〔ご利用当初(要介護3)はご自宅玄関の階段も介助が必要でしたが、今では手摺も使わずに歩いておられます。介護認定の更新で要介護2になりました。〕
- ◆ 膝痛が改善した。[北市町I様・要支援2・延利用回数17回]  
「毎日1時間の散歩ができるようになった。」  
〔介護認定の更新で要介護から要支援2になりました。〕
- ◆ 体温が上がってきた。[百楽園M様・要支援2・延利用回数10回]  
「これまで長年35.1℃だった体温が、ここに通うようになってから最近では36℃代になることもある。」
- ◆ 下肢や腕の”こわばり”や”痺れ”が改善した。[藤ノ木台I様・要支援1・延利用回数6回]  
「硬直したように動かない足が徐々に動かせるようになったし、上がらなかった右腕も上がるようになった。」
- ◆ 私もまだまだ頑張ってみよう。[阪新屋町H様・要支援2・延利用回数2回]  
体験利用を終えられて、「身体が随分軽く、楽になった。私ももうダメかなあと思っていたが、まだまだ頑張ってみようという気になりました。」

午後の部は各曜日ともほぼ定員となりましたので、午前の部でも機能訓練指導員(マッサージ師、柔道整復士)の体制を強化しました。