

杏林予防医学研究所所長  
山田豊文先生

医師、歯科医師のための  
細胞環境デザイン学ベーシックセミナー

医療の変革が進んでいます。従来型医療からの脱却が必要となり、現場においても何かしなければと感じておられる方は多いと思います。しかしこれをどのようにとらえ、何を学び、どうすればよいかということについてはいろいろ迷われていることでしょう。

そこに明確な回答を持っておられるのが、杏林予防医学研究所の山田豊文先生です。本セミナーでは、現代医療が果たすべき正しい役割とその考え方についての基礎や概念を学んでいただきます。

杏林予防医学研究所所長 山田豊文（やまだとよふみ）先生 プロフィール

米国公益法人ライフサイエンスアカデミー理事長 日本ミネラルファスティング協会会長

日本微量元素学会、日本マグネシウム学会、日本抗加齢医学会、日本臨床環境医学会、日本ビタミン学会、日本絶食療法学会各会員他

細胞の機能を、細胞自身が求める極限にまで高める栄養素（環境）を提供することにより、人は誰でも最高に健康に生きることができる。それこそが予防医学・治療医学のベースとなるという独自の理論【細胞環境デザイン学】を提唱。幼児教育、医療、美容、スポーツなど、様々な分野でもこの理論を展開し、多くの有名アスリートや芸能人、政治家など各界の著名人からも絶大な信頼を得ている。また、その理論を日本に広めていくための人材を育成する「杏林アカデミー」を2013年より開講している。

※本セミナー開催に際し、山田先生からのメッセージを頂戴しております（裏面に掲載）



日 時 平成27年4月12日（日） AM10:00～PM5:30（昼食付き）

会 場 あすか会議室：東京駅前八重洲口会議室  
東京都中央区八重洲2-2-1 ダイヤ八重洲口ビル3階

対 象 医師、歯科医師及びメディカルスタッフ等

受講料 54000円

※セミナー終了後に懇親会（別途費用）を予定しております。セミナーお申し込みの際は、懇親会ご参加の有無についても併せてお知らせください。

主なセミナーテーマ

- ・生命と健康を考える上で基礎となるのが「細胞環境デザイン学」
- ・分子栄養学、分子整合医学を利用していくために必要な考え方とは
- ・3つのパラダイムシフトと新しい栄養学
- ・治療効果が広く、解毒効果も高いファスティングの医療への応用について 他

《受講のお申し込みと問い合わせ先》株式会社すかい21

〒903-0825 沖縄県那覇市首里山川町1-51 TEL 098-887-2012 FAX 098-887-2120 E-mail sky@sky21.co.jp

主催 株式会社すかい21  
協力 杏林予防医学研究所

## セミナー開催に際し

日本は総収が44兆円のうち、なんと40兆円という膨大な金額を医療費につぎ込んでいる異様な国です。しかし、ほんの半世紀程前までは、医療費はその150分の1である2300億円でした。日本の人口は1.5倍ほどにしか増えていないのに、この事態は尋常ではありません。このようにうなぎ上りの医療費に対して、国家レベルで様々な対策が講じられているにも関わらず、なぜこれほどまで増加の一途をたどるのでしょうか。結論から言うと、『現代医学が病気を治すことができていない』に尽きるでしょう。本当に病気を治せてさえすれば、服薬からも通院からも解放され、医療費は自然と下がっていくはずですが。

ここで、考えていただきたいのですが、現代医療が依存する「薬」は病気を治すように作られているのでしょうか。答えは「ノー」です。高血圧に対しては、血圧の数値を下げる薬が処方されますし、アトピーに対しては炎症を抑える薬が処方されます。これは、症状という一部分にしか焦点を定めていません。根本的な治癒を無視し、症状のみを抑えこむのは、懸命に部屋の掃除をしているのに、目の前にゴミを落としている行為に等しいのです。これでは決して部屋は綺麗にはなりませんし、掃除をしている人も徐々に疲労がたまってしまい、働くことができなくなるでしょう。部屋を綺麗にするには、まずは汚さないようにすることがよっぽど近道です。症状に特化した『薬』に頼り切っている現代医学は、病気の本質を何も理解してはいないのです。これでは医療費が下がるわけがありません。

日本は2人に1人ががんになり、認知症は高齢者の4人に1人が、患者数にすると462万人が罹患していて、糖尿病患者は予備軍を含めると2050万人です。なんとも驚異的な罹患数です。多くの人が老後、病院のベッドの上でチューブを通され、自由に動くこともなく、酸素マスクの中で息耐えていきます。人は死ぬ一日前まで笑い、そして死んでいくのが本来の姿ではないのでしょうか。

近年、分子整合医学の研究が進み、病気と生活習慣病、特に食との関連性が密接に解明されてきました。数多の最先端の研究を通じて、今までの医療の手法や、栄養学の考え方や論理は間違っていたのではないかという疑いの目が向けられるようになったのです。そして、多くの国が猛省し、国家レベルで改善しようとする様々な政策を打ち出しています。実際、EUやアメリカではがんは減ってきています。一方で、目を向けない日本は増加し続けているのです。

全ての病気の原因は細胞機能の低下です。その本質を理解しない限り、病気は本当の意味で治癒することはありません。細胞が健康であれば、病気にならないのです。

細胞を健康に導くカギとして、現代栄養学の歴史における「3つのパラダイムシフト (paradigm shift)」があります。パラダイムシフトとは特定の時代や集団に定着していた価値観や考え方などが180度転換することですが、ここではそれぞれのパラダイムシフトについて、かいつまんでお伝えします。

1つめは「脂肪」のパラダイムシフトです。これまで脂肪といえば、貯蔵可能なエネルギー源としての働きくらいでしか認識されていなかったのですが、細胞レベルで働くホルモン様物質の役割を担い、体内環境を一定に保つうえで非常に重要であると認識が改められました。その役割を適切に機能させるためには、必須脂肪酸であるオメガ3とオメガ6の摂取比率が極めて重要な鍵を握るのですが、現代の西洋食では、オメガ6をオメガ3の何百倍も摂取していることも少なくありません。すると、身体のあちこちで炎症が抑えられなくなり暴走し、あらゆる病気へとつながります。

2つめは「マグネシウム・カルシウムのパラダイムシフト」です。カルシウムは骨の材料である、骨粗鬆症や骨折を防ぐためにはカルシウムをたくさん摂ったほうがいい…というのが定説でした。ところが、これによってむしろ骨の健康は低下するのです。カルシウムを正しく働かせるためには、調整役であるマグネシウムの存在が不可欠です。マグネシウム不在でカルシウムだけ過剰に摂ると、細胞内や軟組織・血管に沈着し、石灰化を起こします。そして、そのことがあらゆる病気の原因となるのです。マグネシウムが絶望的に欠乏している現代人が、カルシウムを多く摂ることは極めて危険な行為であるのです。しかし、現代の栄養士はそんなこともつゆ知らず、子どもたちにカルシウムが豊富だからと、マグネシウムをほとんど含まない牛乳を強制しています。こうやって、知らず知らずに病気を量産してしまっているのです。マグネシウムを理解しない人間は医学を論じる資格はないと言えるでしょう。それを理解するだけでもあらゆる病気を減らすことができるのです。

そして3つめは「1日3食のパラダイムシフト」です。朝食、昼食、夕食を毎日きちんと食べることが健康の秘訣だ…と信じて疑わない人が今なお数多くいますが、皮肉にも1日3食に執着することが病気の源となっているのです。摂取エネルギー量の制限と長寿遺伝子の研究をはじめ、近年になって少食や断食の健康効果がどんどん実証されています。食品添加物、農薬、放射能、有害ミネラル…食において毒に溢れる現代社会では、「悪いものを摂らない」ほうがはるかに大切なのです。このことから、「食べない」ことの持つポテンシャルは本当に計り知れないといえるでしょう。

3つのパラダイムシフトを理解するほかに、病気を治すためには全身を視野に入れたアプローチが重要です。栄養、運動、精神、その他生活様式、自然環境や生活環境など、多方面にわたります。このように細胞が理想的あるいは最高に機能することを目標として、総合的な研究を行い、人の健康に還元していく方法を探っていく学問こそが“細胞環境デザイン学”です。医療に携わる医師のみなさんには、本セミナーを通じて「生命とは何か」について、理解を深めていただきたいです。そして、これからの時代を素晴らしいものに変えていくべく、細胞環境をデザインする力をぜひともブラッシュアップしていただければと思います。