

出版ダイジェスト

社団法人 出版協会 出版ダイジェスト

毎月3回(1日・11日・21日)発行 購読料1ヵ年=送料共1,575円(税込)

〒101-0052 東京都千代田区神田小川町3-28-13 ラフィネお茶の水805

電話03-3292-2323 FAX03-3292-2325

http://digest-pub.net

郵便振替00190-3-95516

電話03-3292-2323 FAX03-3292-2325

〈いのち〉を考える

春秋社・農文協二社連合特集版

「歯」から現代病が見えてくる

歯科医療の現場から

丸橋全人 丸橋 賢

昔はなかった
ムシバ、歯周病

歯科疾患としては、ムシバや歯周病、そして歯列不正、つまり歯並びが悪いことなどが、主なものとして知られていますが、これらの疾患はもとより人類にはほとんど見られなかったものです。たとえば縄文時代人の顎の骨などを調べますと、その痕跡は限りなくゼロに近いのです。

これらの疾患がライフスタイル、とくに食の変化とともに出てきた食事由来性疾患であるというのが、私の従来からの主張です。

事実、モンゴルの遊牧民やアフリカのマサイ族など、昔からの伝統的な食生活を維持している人々は、十分な歯磨きなどできる環境になにもかわらず、現在でもこれらの疾患にかかっている人は圧倒的に少ないのです。

とりわけ歯周病などは、現在でも主流を占めているブランク(歯垢)

垢)に含まれる細菌が原因であるとする説に基づいて、いくら口腔内のみの治療をしたり、ブラッシングなどで清潔にしても、それだけで完治するものはわずかです。急激に現代化された食事や、その人の意識・価値観も含めたライフスタイルを根本的に変えていくことによって、初めて完治できることに、多くの臨床例を通して私は気づきました。それが私の全人的なとらえ方の出発点だったのでした。

咬合異常が多くの現代病の原因

環境や人間のライフスタイル、価値観などが変わると並行して、ムシバや歯周病も昔とは比較にならないほど増えているわけですが、とくにごく最近にきつて言いますと、その中で激増してきたのが歯列と咬み合わせの異常です。

八重歯はチャームキングなどと言



若年層に深刻な退化病

この異変による自覚症状の出方には、もちろん個人差もありますが、それ以上に世代による差が認められます。

中高年の人々は、主に第二の小さな歯科治療の結果、咬合を狂わされているケースがほとんどですが、概ね団塊の世代までの人々は、骨格・筋力ともに充分に発達している人が多いため、そういう人たちは多少肩がこる程度で済んでおり、全身にわたる不快症状が出ることは、むしろ少ないと言えます。

それに対し、第一の原因によるものを私は退化型と名づけています。十代、二十代の若年層に多く見られ、いわゆる今流行の小顔に象徴されるものです。こちらはより深刻で、重症の人の中には一人で立ち上がれない人もいます。で、ついには精神に異常を来すこと

食べて遊んで健やかに！

入場無料 「親と子のぐんま食育フェア」開催

9月12日(日)10時～16時半(予定)
会場：高崎サンパレス(高崎市栄町22-30)

主催：丸橋歯科「良い歯の会」、
後援：農文協ほか、事務局・「親と子のぐんま食育フェア」事務局
群馬県高崎市栄町21番1号、
電話027-323-9524
FAX027-322-3139

【体験型展示内容】(予定)
①現代病を防ぐ、世界の食・群馬の食
②ムシバ・噛み合わせ・身体・食の歪みを無料診断
③食材から楽しむ健やか食生活
特選食材展示即売、みそ汁カフェ
(特製みそ汁、おにぎり、うどん)
④食べ比べ！味覚の食育

ともあります。

現代の若年層の不登校やひきこもり、犯罪の増加などの問題は、教育以前にこの身体的退化に起因していると考えられています。

歯科の無限の可能性

現在、原因不明の苦痛や不快症状に悩まされ、病院のあらゆる診療科を回っても、その原因を特定できず、せいぜい対症療法で軽減させるしかない人々が激増しています。これら現代に特有の症状のかなりのものは私の実践する全人的歯科治療により改善・完治できるようになりました。

歯科界全体の現状は、残念ながら、それとはほど遠いのも事実ですが、このように歯科を起点に全人的にとらえていくと、歯科は現代医療の一つの核になりうる無限の可能性を秘めていると言えるのです。



第一回ニッポン食育フェアより

甲子園 高校野球 人名事典

森岡浩編 高校野球史を飾った名選手・監督・審判・解説者まで五三五人を収録。二五二〇円

県別全国高校野球史

森岡浩編 大正四年以来八六年間の各県ごとの歴史と著名選手を解説。二六二五円

日本銘菓事典

山本侯充編著 全国各地の銘菓・郷土菓子一〇〇〇余を都道府県別に収め歴史・特長を解説。三二五〇円

江戸を知る事典

加藤典子編 江戸を知るための必須事項177を当時の生活の様子を具体的に解説。二九四〇円

カラス狂騒曲 不思議

今泉忠明著 カラスの行動と生態の謎を動物学者が解き明かす。一七八五円 価格税込

東京書籍

(http://www.tokyo-shoseki.co.jp)

緑・花文化の知識認定試験
公式全問題集 H16年度版

(財)公園緑地管理財団 定価1995円

塩とニガリがよくわかる本

玉井恵・著 定価1995円

健康学習 一年間

佳田美香「みんなの歯を二〇七〇年に残そう」という目標を掲げた児童たちの一年間の学習を通し、歯の健康を考えたパンフレットを写真・図解入りで詳しく紹介している。定価2310円

「命の大切さ」を
実感する心の教育

福岡県立久留米筑水高等学校 高橋史朗 監修 定価1980円

健康のもと、いのちのもとの梅のはなし

しゅくふく 定価1575円(税込)

宿福の
梅ばなし

乗松祥子 定価1575円(税込)

NHKのTV番組「クロスアップ現代」治癒力

アンダー・ワイル著 上野圭一訳 2450円 人間の「癒し」に潜む謎に、アメリカ心身医学の権威が挑戦。現代医学の限界を示し、統合医療の未来像を考察した名著。

人はなぜ治癒するのか

現代医学と代替医学にみる治癒と健康のメカニズム

日本唱導学会編
誰も気づかなかった
重要な健康について
26人の専門家が平易に解説。
14000円Hプロデューサー 伊藤はるみ氏
★心がつくる体内万能薬
★なぜ七つの薬で治癒するのか? そのメカニズムを明かし、治癒力の発露法を示す。日本教文社 価格税込
東京・港・赤坂9-6 ☎03-3401-9111
http://www.kyobunsha.co.jp/〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷2-33-8
☎03(3470)6565 http://www.soshisha.com/東京都千代田区外神田2-2-3
☎03(3255)5471 FAX03(3255)8854
http://www.gakuji.co.jp東京都北区堀船2-17-1 〒114-8524
TEL 03-5390-7531
FAX 03-5390-7538 (定価税込)東京堂出版
東京神田神保町1-17 ☎03-3233-3741

人はなぜ病にかかるのか― 「生き方」を見つめる新しい医学

現代医療と丸橋賢の『全人歯科革命』

新潟大学大学院 免疫・医動物学教授 安保 徹

現代医学は病気の症状によって起こる」とい

見えてくるというのである。

東洋医学では「冷え」は病気の最大要因として理

解されているが西洋医学の放熱の低下によって起

る。肥満、運動不足、の脱却が必要であろう。

活力の低下、やる気の消

失によってこの副交感神

経優位の状態がつくられ

る。このように「冷え」は

の場場合は軽い運動などで

やる必要があるし、後者

なる。このように「冷え」は

なる。このように「冷え」は

なる。このように「冷え」は

なる。このように「冷え」は

なる。このように「冷え」は

なる。このように「冷え」は

なる。このように「冷え」は

体温免疫学

「冷え」がもたらす多くの病気

過労や心の悩みが続く

神経支配下にある顆粒球

リンパ球はこの時減少

病気の代表がガン、膠原

病、痔、歯槽膿漏などで

ある。

生命の真実を見透す安保先生の

〈癒しの感性〉

丸橋 賢

安保先生も、アトピー

は、そんなことでは動じ

ない。私が「生命の活動

が自然の法則に乗って営

めるように手助けしてや

ると、最も楽々と、うま



は、安保先生に次々と免

疫学における大きな発見

法も、自然に戻ることで

の癒しの感性にはかなら

うまくいったのである。

不快な症状？

実は治療反応

アトピー性皮膚炎や膠

性皮膚炎なら発疹やゆ

原病は治しづらい病気と

みが出るし、膠原病なら

不快な症状？

実は治療反応

アトピー性皮膚炎や膠

性皮膚炎なら発疹やゆ

原病は治しづらい病気と

みが出るし、膠原病なら

アトピー性皮膚炎や膠

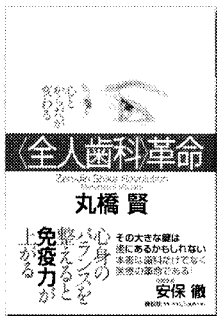
性皮膚炎なら発疹やゆ

原病は治しづらい病気と

みが出るし、膠原病なら

丸橋賢 心とからだが変わる 『全人歯科革命』

安保 徹氏 免疫学者 推薦



心身のバランスを整えると

免疫力が上がる。

忽ち増刷

あなたは良い歯医者」と出会っていますか？ 難治性

全人的治療への道

最新刊

丸橋 賢

身体の一つの器官だけが良好な健康状態、また病ん

1890円

〈気の鍛練 人生は日常にあり

●帯津良一／鎌田茂雄 医療と仏教の達人が生

1890円

私のガンは私が治す

ガンの予防と対策

●I・ゴウラー／帯津良一 監修・小川京子訳

2415円

それでも 人生にイエスと言う

●V・E・フランク／山田邦男・松田美佳訳

1785円

春秋社

〒101-0021 東京都千代田区外神田 2-18-6
(03) 3255-9611 FAX (03) 3253-1384 http://www.shunjusha.co.jp/

(価格は税込)



本物食品を味わう試食会のようす

▼とても興味深く、目が開かれる様なお話でし
た。歯についてのお話か
員)

▼「人生はいかなる時も
意味がある」という言葉
に感動いたしました。将
来どういう状況に置かれ
ても、この言葉を思い出
したいと思います。(千
葉県・四七歳・女性・主
婦)

社員)

まずはお話を聞き、

ある生活を取り戻したい
と思います。人生後半を
迎えて、毎日の生活を見直
し人間的に生きてゆきた
いと思います。試食会
食べ比べた本物のレタス
はドレッシングなしで食
べたほうが野菜本来の味
がわかり美味しい。少し
づつまずは食生活から改
善してゆきます。(滋賀
県・四八歳・女性・会社
員)

▼すばらしい会に参加さ
せていただきありがとうございます。
ごいいます。何だか今日
から変われそうで、新た
な出発点になりそうで
す。学生時代、栄養学を
勉強しましたが、現在の
食生活に何の疑問も感じ
ていませんでした。今日
の参加で本物食品の素晴
らしさを認識でき食生活
改善に努力します。(埼
玉県・三一歳・女性・主
婦)

▼五年前に参加したこと
があります。食の大切さ
をわかっていたつもりで
はなかったのは真の目的
に向かっていたのだった
と気づかされました。
子どもたちと四回続
けて参加したい。(群馬
県・四〇歳・女性・自営
社員)

▼毎日仕事に疲れ、家
ではグッタリ状態です
が、今日はお話を聞き、
まずは畑仕事で生命感の
ある生活を取り戻したい
と思います。人生後半を
迎えて、毎日の生活を見直
し人間的に生きてゆきた
いと思います。試食会
食べ比べた本物のレタス
はドレッシングなしで食
べたほうが野菜本来の味
がわかり美味しい。少し
づつまずは食生活から改
善してゆきます。(滋賀
県・四八歳・女性・会社
員)

▼すばらしい会に参加さ
せていただきありがとうございます。
ごいいます。何だか今日
から変われそうで、新た
な出発点になりそうで
す。学生時代、栄養学を
勉強しましたが、現在の
食生活に何の疑問も感じ
ていませんでした。今日
の参加で本物食品の素晴
らしさを認識でき食生活
改善に努力します。(埼
玉県・三一歳・女性・主
婦)

▼五年前に参加したこと
があります。食の大切さ
をわかっていたつもりで
はなかったのは真の目的
に向かっていたのだった
と気づかされました。
子どもたちと四回続
けて参加したい。(群馬
県・四〇歳・女性・自営
社員)

自分らしい生き方を発見する 健康創造教室 「良い歯の会」 23年の実績

良い歯の会事務局、日本ホリスティック
医学協会、生活習慣病予防指導士

渡辺 浅乃

一九八一年に発足したく認められ、口腔内だけ
丸橋歯科「良い歯の会」を診る治療法に疑問を感じ
は、今年二二周年を迎えたことからでした。歯も、そう簡単に今までの
ました。二〇〇四年五月、丸橋全人歯科と名称を改め、食生活を変えてくれるも
丸橋全人歯科と名称を改め、人の食生活や全身症状にのではありません。人は
め移転後、以前より広くは明らかな違いがあり、知識によって変わるの
なつた会場はさらに熱気に溢れています。歯周病の治療と予防には、知識によ
毎月第二土曜日の午後指導が不可欠であるたう思いに到った時、つま
に開催されていますが、め、総合的な指導の場とり生き方の発見によって
二三年間一度も休まず継続して「良い歯の会」はス変わるものなのです。
例の回数は現在二七回タートしました。

「良い歯の会」を始めます。計一三回の参加で
た動機は、従来の治療法学んだことを生かしてゆいて、少しでも自分を高
では治らない歯周病が多こうと思います。(埼玉めたたいと思ひ参加しまし
県・四三歳・男性・教員)た。いつも印象に残るこ

▼人間らしく生きることと思ひましたら、人とし
が大切だということを変更の生き方など、学生時
めて感じました。そのた代の哲学の授業を思い出
ために受身では流されてしました。(神奈川県・まうので、積極的に自分六〇歳・女性・主婦)

▼繰り返して先生の話を聞
▼五年前に参加したこと
があります。食の大切さ
をわかっていたつもりで
はなかったのは真の目的
に向かっていたのだった
と気づかされました。
子どもたちと四回続
けて参加したい。(群馬
県・四〇歳・女性・自営
社員)

参加者アンケートより



四つのバランス健康法を実体験 参加型イベントと講演会

これらのアンケートか「二二周年を迎えた「良
ら、生き方の発見をした
時にその人の認識がかわ
つてゆくことがわかりま
す。認識を変えられた人
は、食生活も自然と望ま
しい方向へと実現してい
つてくれるので治療効果
は上がり、結果としてよ
く治るといえます。
また、「良い歯の会」
が二三年間継続している
理由もわかります。単な
る知識の押し売りでは人
を感動させることはでき
ません。感動のない話に
人々は参加しないと思ひ
ます。「良い歯の会」に
はリピーターが多く、中
には数十回参加している
人もいます。それだけの
魅力があるのだと自負す
るところです。

全人的治癒を達成するための学びの場 「良い歯の会」にご参加ください

- 日時：毎月第2土曜日 午後1時半～5時
■場所：丸橋全人歯科研修室
■内容：4回連続参加で1シリーズ

①	内 容	開 催 月
①	環境と人間の生き方を考える	1月、5月、9月
②	ムシ歯予防を中心に家族を考える	2月、6月、10月
③	歯周病と生活習慣病を克服しよう	3月、7月、11月
④	退化病と闘う	4月、8月、12月

■定員 50名(入場無料)

ご家族、お友達などお誘い合わせの上、ご参加ください。そのほか、
試食会(本物食品と市販食品の食べ比べやおすすめメニュー紹介など)
も行っています。 群馬県高崎市栄町21の1 電話027 (323) 9524

<http://www.maruhashi.com/>

農文協

ビデオ

子供の退化病と闘う
「良い歯の会」の成果を生かしたビデオ
その1 子供の歯とアゴが危ない(23分)
その2 噛む食生活を取りもどそう(26分)
●各10500円

ほんとうの「治療」がわかった！
感動の声、続々

丸橋賢著 ムシバ、矯正、入れ歯、咬合―あなたの治療は大丈夫？ 歯科医を選ぶ目を養う。 ●15300円

丸橋賢著 食生活に根を持つ生活習慣病との付き合い方をあらゆる角度から解説。 ●12600円

丸橋賢著 抜くしかないといわれた人も、歯から全身を治す視点を提供。 ●14700円

丸橋賢著 頭痛、肩こり、重い疲労感、視力低下、不眠：顎偏位症の実態とその治療の実際を多くの事例をもとに解説。 ●13000円

インプラント
で安心



丸橋賢著 青木博之・辻本仁志・亀井琢正著 年間10000本の手術実績の歯科医がその成果を全公開！豊富な事例でインプラントの威力をわかりやすく解説。 ●16000円

近刊 インプラントの実際(仮)
辻本仁志(丸橋全人歯科)著 9月刊予定

すいせん村の
ねこやしき



丸橋賢・作 剣持宏・剣持奈々絵・絵
水仙の花が咲かない飢饉の年。たくさんねこ暮らしす少女は、わずかな食
べ物もねこに与え、とうとう動けなくなり。傷だらけになりながら食べ物
を集めてきたねこたちが咲かせた、いのちの花。
日本図書館協会選定 発売・星雲社
発行 ストック 千葉県松戸市五香1-13-12
電話047-381-7671 ●14700円

「田舎の本屋さん」
キャラクター「カバ」

からだの癒し、こころの癒し

農文協の本

春秋社の本

春秋社キャラクター
春秋（ハルアキ）くん

食べものが成人病とたたかっている―食品の生理的機能性の研究成果と医食同源の医療の動向を集大成。食物の第三の機能、野菜と果物、お茶の抗ガン・抗アレルギー機能、脂質代謝を改善する食事学、肥満を抑える身近な食べもの等。

医食同源の
最新科学

飯野久栄・堀井正治編

1500円



「食術」再考 動物としてのヒトの食性と、民族の歴史と風土の調和として、初潮年齢の低下など、の食文化を無視し、欧米食文化を普遍とする近代的ヒトの身体、自然の調和としての「健康」を核に、その確立の道を探る。

食とからだの
エコロジー

島田彰夫 1740円



動物としてのヒトをみつめる 動物としてのヒトをみつめる。動物としてのヒトをみつめる。動物としてのヒトをみつめる。

動物としての
ヒトをみつめる

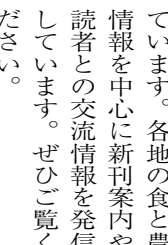
島田彰夫 1740円



「緑の海」たなびく群馬のおいしい特産野菜を、たっぷり使ったレシピを満載。コンニャクのずんだ和え、キャベツと手羽先の煮物など、新しい発想で満喫する。他にネギ、レタス、カボチャ、ホウレンソウなどオールカラー・レシピ集。

日出山みなみの
新野菜料理

群馬 日出山みなみ 1800円



「田舎の本屋さん」通信 shop.rurinet.or.jp 農文協では、広告でみた本を売りたい方や、なかなか書店に行く時間がない方のために、読みたい本を取り寄せ、ご自宅まで届ける通販書店「田舎の本屋さん」を運営しています。しかも、会員になれば送料無料。

「田舎の本屋さん」通信 shop.rurinet.or.jp 農文協では、広告でみた本を売りたい方や、なかなか書店に行く時間がない方のために、読みたい本を取り寄せ、ご自宅まで届ける通販書店「田舎の本屋さん」を運営しています。しかも、会員になれば送料無料。

家族という
暴力

芹沢俊介 1785円

野口体操
ことばに貞く

野口三千三語録 1680円

野口整体
病むことは力

金井省蒼 1890円

一日の
簡単気功レシピ

鶴沼宏樹 1575円



虐待はなぜ止められないのか。母と子が愛着関係を築けないのはなぜか。ベストセラー『母という暴力』の刊行から二年、子どもが向きあう過酷な現状の根源に迫り、へ家族であることが孕む暴力から遠ざかるための一つの方法を探る。



創始者・野口三千三の「からだに関する教え」の中から、特に重要な言葉を弟子の羽鳥操が選り出し、それに懇切丁寧な解説を加えた、野口体操の画期的な入門書。



深い呼吸や体をゆるめることで心と体を「整体」に保ち、〈活元運動〉によって自分本来の力（天賦の心）を取り戻す。野口晴哉に師事した著者が患者との三十年間のかかわりを通して日本独自の身体文化に迫る。生きた身体智と出会うための一冊。



実践は簡単、効果は絶大。副作用もなし！特別な道具や着替えもいらず、お金もかかりません。本書で取り上げている〈小功法〉は、日常的なごく普通の行動を少しだけ変化させ、気功にした誰にでも実践でき多忙な現代人に最適な健康法。

春秋社
営業部だより

本紙で紹介されている『〈全人歯科〉革命』は、たちまち増刷となりました。歯科医師が書いた本が多数出ているなか、なぜ本書が多くの読者に支持されているのでしょうか。実は筆者も本書がきっかけで著者の丸橋全人歯科に通院しており、歯科に矯正に始まり、咬合調整に始まり、複数の医師による治療の検討など目からウロコの連続です。現在自分のからだ全体が改善されている〜という満足感進行中です。歯が気になる方には是非一読をお勧めしたい一冊です。

聞き書

ふるさとの家庭料理



日本人の食卓と暮らしの原風景

昭和の初めの料理をカラー写真で再現。その地ならではの一品一品を、暮らしの「物語」とともに全国の古老から細やかに聞き書き。

解説・奥村彪生 各巻ごとに各料理を全国的・歴史的視点から解説。料理が生まれた背景や、地域特有の食文化への理解を深める。

料理別編

- ①すし なれずし
- ②混ぜごはん かてめし
- ③雑炊 おこわ 変わりごはん
- ④そば うどん
- ⑤もち 雑煮
- ⑥だんご ちまき
- ⑦まんじゅう おやき おはぎ
- ⑧漬けもの
- ⑨あえもの
- ⑩鍋もの 汁もの

テーマ別編

- ⑪春のおかず
- ⑫夏のおかず
- ⑬秋のおかず
- ⑭冬のおかず
- ⑮乾物のおかず
- ⑯味噌 豆腐 納豆
- ⑰魚の漬込み 干もの 佃煮 塩辛
- ⑱日本の朝ごはん
- ⑲日本のお弁当
- ⑳日本の正月料理

【別巻】祭りと行事のごちそう ●A 5判・上製、各2500円、別巻3000円、揃価53000円

たのしくたべよう たべもの絵本



たべものと仲良くなる食育絵本

ふだん何気なく食べているごはんや野菜、魚などがどうやって育ち、作られ、食卓にあがるか。栄養、歴史、食文化までやさしく描く。

●幼保・小低向け、各1890円、揃価11340円

- ①ごはんのはなし
- ②やさしいのはなし
- ③おいしいのはなし
- ④おまめのはなし
- ⑤さかなのはなし
- ⑥かいそうのはなし

農文協

〒107-8668 東京都港区赤坂7-6-1 ※価格は税込
TEL. 03-3585-1141 FAX. 03-3589-1387 http://www.rurinet.or.jp

福岡正信の本

待望の復刊！

現代の老子の名著復活！ 世界中に広がる自然農法の待望のコレクション、満を持して登場。

自然農法
わら一本の革命

一切が空しいことを知れば一切が蘇る。無為の自然に還る以外に道はない。田も耕さず、肥料もやらず、農薬も使わず、草もとらず、しかも驚異的に稔る稲が実証する緑の哲学。 1260円

無 I 神の革命

「価値あるものは何もない」、「人は何も知りえない」、「人は何を為しえたのでもない」。常識に挑戦し、人為・文明の空しさを語り、無為・自然への還帰をうながす現代の老子。 2625円

〈自然〉を生きる ◆金光寿郎（聞き手）

1982年から94年にかけて放映されたテレビ番組の中で、著者が語った内容を単著にまとめたもの。人智を捨て「無為自然」に還る必要性を平易に説いた、福岡哲学の決定版。 1575円

各紙誌絶賛！ 忍ち増刷

奇想、宇宙をゆく

最先端物理学12の物語
●M. チャウン／長尾 力訳 2415円

ここからはじまる倫理

A. ウェストン／野矢茂樹
高村夏輝／法野谷俊哉訳 1680円

統合心理学への道

「知」の眼から「観想」の眼へ
●K. ウィルバー／松永太郎訳 4935円

般若心経とは何か

ブッダから大乘へ ●宮元啓一 1785円

ドライ・ラマ 般若心経入門

●宮坂宥洪訳 1995円

ヴェーベルン

西洋音楽史のプリズム ●岡部真一郎 3990円

春秋社

〒101-0021 東京都千代田区外神田2-18-6 ☎(03)3255-9611 FAX (03)3253-1384
http://www.shunjusha.co.jp/ ※価格は税込