

手首・足首タイプ、シーツタイプ、枕カバータイプの4種類で実施。

\* 枕カバー生地は、ポリエステル基材に炭素繊維が織り込まれたMS500を使用（綿基材に銀繊維が織り込まれたGD 500 Xの方が肌触り、耐久性共によさそうだが価格の関係でMS 500を選択）。尚、生地は裏表なしとHPに記載されているが、抵抗測定すると若干の差がある。格子パターンが明瞭な面を表にして使用（テスターで簡易測定しただけだが、土壤抵抗は数百kΩ、MS 500は数百kΩ~数千kΩ、GD 500 Xは数オーム。GD 500 Xは、アース端子付きコンセントを利用する場合、安全性を考慮して100kΩ抵抗を内蔵して使用。屋外金属ピンの場合は未定）。

【注意事項】（[疑似アースタイプ]の“平屋での使い方”（ポンチ絵）の注意点もご覧ください）

◆寝る前に天気予報を確認して、雷注意報が出ていれば、アーシングなしで就寝（夏は午後から夕方にかけて、冬は昼夜を問わず雷が発生する傾向にあるので、主に冬季は要注意）。

補足⑤に追加情報あり。

◆慢性的な炎症や繊維筋痛症、慢性疲労、不安症、鬱病などの症状によって様々な製剤を複合摂取している場合、アーシングを始めた最初の夜に痛みを感じたり、気分が優れなかったり、あるいはインフルエンザのかかり始めのような兆候が出るかもしれません。

このようなアーシングを始めた初期の不快感、治癒過程において、体に溜まっていた毒素が出るのを促す一種の好転反応です。

このようなことが起きるのであれば、通常より多めに水を摂取することで老廃物を押し出すのを促してくれます。もう一つの方法として、アーシングを一日に1時間程度に減らしてみることです。それから徐々に時間を増やしていきます。このアプローチは、地球のエネルギーにあなたがゆっくりと適合できるチャンスを与えます。

◆アーシングによって今まで服用していた薬が効きすぎる可能性があるため、よく注意してください。一例として、「不調を癒す《地球大地の未解明》パワーアーシング すべての人知っておくべき重大な医学的真相!」（クリントン・オーバー著）に取り上げられていた、血液をサラサラにする薬（代表的なバイアスピリン、ワーファリン）を、「安保徹のやさしい解体新書」（安保徹著）からの引用を加えて記載しておきます。

まず、基本の話です。

「血液をサラサラにする薬」には、「抗血小板薬」と「抗凝固薬」の2種類があります。

代表的な薬剤、『バイアスピリン（一般名：アスピリン）』は「抗血小板薬」、『ワーファリン（一般名：ワルファリン）』は「抗凝固薬」に分類されます。

バイアスピリンは、アメリカ白人の超肥満者の肥満進行を止めたり痩せさせたりするために使われている特有の薬です。バイアスピリンには、交感神経を緊張状態にして運動した時と同じように脈を増やし、血圧を上げて代謝を亢進させる効果があります。

そのため、“超太っていると起こる血液濃縮や粘稠度の高まりが解消され”、超肥満が解消されてきます。

この一面的な都合のよい結果だけをみて、アメリカでは血小板凝集抑制の働きがあると一人歩きしています。しかし、そんな経緯が考慮されることもなく、アメリカ人ほど太れない日本人が使えば、当然のことながら交感神経緊張状態が起こって心臓に負担がかかり、冠動脈の閉そくが起こります。

ちなみに、もともとバイアスピリンはバファリンと同じ痛み止め剤です。

体を冷やし血流を止めて高血圧や糖尿病を発症させる薬と全く同じですから、痩せている人や普通の人に使くと、実際は【血液濃縮作用】が起こります（血液はドロドロになります）。当然、心臓に負担がかかります。

お医者さんはそんな歴史的な流れを知らないため、血液サラサラになるといいますが、本当はドロドロになる薬なわけです。

ワーファリンも同じで、本当にサラサラになっているかは誰も調べていません。

ちなみに、書くまでもありませんが、いずれの薬も長期間とり続けていくと、当然、副作用が出ます。血栓塞栓症予防と治療に用いられるバイアスピリンは腎臓の調子が悪くなり、お腹にガスが溜まり抜けきらず、便秘になり下半身の血流が悪くなっていきます。

ワーファリンは、肝障害や腎臓外の原因になります。

以上で基本の話は終わりですが、日本人が血液をサラサラにする薬を使うと逆に血液がドロドロになるので、アメリカ人のクリントン・オーバー氏書籍で記載されている抗凝固薬服用者がアーシング実施で懸念されるリスクは、日本人の場合ほとんどないと思われます。しかし、服用者は、常にストレス下にある交感神経優位状態にあるので、油断できません。

ですので、服用している方がアーシングをされる場合、いきなり就寝時に実施するのではなくて、夜、テレビを観ている時、1時間くらい試す。問題なければ、2時間、3時間まで試し、何も支障が出なくて、かつ2~3週間くらい慣らして何もなければ、就寝時に実施するというようにします（問題が発生するとしたら、薬が効きすぎる状態になる可能性があるわけですから、例えば、動悸がするなど交感神経優位の症状が発生しないか観察します）。

いずれにしても多剤服用されているような高齢者に試す場合、薬が効きすぎて減薬の必要性が生じることもあります。ですので、そのような方に試す時は、いきなり就寝時ではなくて、起きている間に少しずつ慣らして、それから就寝時の実行に移行します。

#### 【アーシングの結果抽出（一部考察含む）】（2016年2月中旬時点）

- ◆身体のだこかヶ所でもアースをとれば、全て同じ結果が出ると単純に思っていました。しかし、アーシンググッズを身に着ける部位によって効果が異なるという意外な結果。手首がよい人もいれば、足首がよい人、頭部がよい人と様々。手首でも左より右手首が圧倒的によいという方もいる。総じて、頭部で大きな変化が出る方が多かった。その原因として考えられることは、脳の60%は脂質。脂質に脂溶性薬物は溜まりやすく、また電気も溜まりやすいことに起因すると考えている（メタボの腹部、肝臓部等もアーシングすると特徴的な変化が出るかもしれない。また血液の流れの大きい所は電気が発生しやすいので、腎相当部等もアーシングすると面白いかもしれない。肌が白くなった方もいることなので）。
- ◆電磁波強度は、携帯基地局アンテナからの距離依存性なしというデータもあるが（例えば補足③）、アンテナに近い方がより強い影響を受けている感じ。
- ◆歯の詰め物に金属が多く使われていると、影響を強く受ける傾向が認められる（自然治癒力も低下）。  
\* 一名の結果だけなので俎上に載せられる段階にないが、インプラントだと2, 3本でも大きな影響を受けるかもしれない（材質、埋め込み位置等条件が重なった時に閾値が下がるのかもしれない）。
- ◆携帯基地局アンテナだけでなく、枕元に置いている携帯電話、高額な電位治療器などでいつの間にか身体にダメージが蓄積されてしまったと思われる方々がいる（全員が明らかな被害を受けているとなっていないのは、例えば、銀歯本数、インプラントの場所・本数・材質、摂取脂質の量・質、生活習慣などいくつかの条件が重なった時にはじめて自覚できるレベルの症状が発現するためと考えている。もっとズバリ書けば、そもそも日本では電磁波の影響はないことにされているので、追及されることはなきに等しいですし、診断できる人材も皆無に近いため、顕在化しにくいというのが実状）。
- ◆常時電磁波の影響を受けていても、体内電気を抜くことである程度の対策になる。
- ◆睡眠の質を変化させるなどの結果から、自律神経を変動させる要因の一つとして、電磁波は外せない。
- ◆過去発症して治った症状が、全く同じ場所に再発し、消えていくという現象が起こる（②⑧⑧友人）。
- ◆精神的な変化、記憶力にまで影響を与えている感じ（本当に本当に根が深い問題なのでは？）。
- ◆土に埋設する金属ピンの寿命は、雨ざらし日ざらしで半年程度

(錆びてなければ場所を5cmほどずらせば再び使えるが、1年半くらいで錆びて使えなくなる)。  
以上要約すると、電磁波と口内金属物、体内脂質、体内残留薬剤の相乗作用により様々な症状が生み出されているが、アーシングは一つの対策となりうる(条件が重なると、より大きな影響を受けるというだけで、メカニズム上、口内金属、体内残留薬剤の因子がない方でも影響を受けていると考えている)。

#### 【アーシング臨床結果】 (2016年2月中旬時点)

##### ①自分(近視、鼻炎) 金歯14本・・・アーシング効果所感(右手首<両足首・頭部)

【携帯基地局アンテナは、鉄塔タイプが600m・1.1km地点に1基ずつ】現住所居住期間(5年)  
右手首でアーシング。疲労感が減る。熟睡感がある。就寝直前まで頭を使っていると寝付くのに1時間前後かかるが、アーシングするといつも通り数十秒で寝つける(意識してしまうと数分かかる)。手首にはめると若干ストレスを感じるのを足首に変更。すると、全くストレスを感じなくなる。しかし、接触面積が少ない為か効果が落ちる(足首には、内径80mmのカードリングを使用 <http://emitsuya.co.jp/item/cr-350-ba.html>)。そこで手首レベルの接触面積を確保できる足首用に改善し、両足首でアーシング(ファンシー抜型を切断し穴を4ヶ所開けて紐で調整可能にしたもの)。最初、効果が小さくなったと感じていたが、1週間を過ぎたあたりから右手首の時より、少し効果が強く感じられるようになる(疲労感がさらに少なくなる)。最近、目が一回覚める時もあるが、ほとんどは明け方でトイレに行く必要もなく、非常に身体はすっきりした状態。1/31から枕カバー実施(素材的に肌触りが気になっていたが全く気にならない。但し、夏は分からない)。特に変化は感じられないが、短時間睡眠でも疲れが全く残ってなくて、すっきりした感じはする。20年以上に及ぶ鼻炎はいつの間にかほとんど気にならないぐらいになっている。アーシングの効果か、ココナッツオイルによる効果(オイルリング)なのか判別不可。近視に関しては全く変化なし。

\*口内に14本のアマルガム(水銀50%含有)が入っていた時であれば、極度の肩こり・全身性疲労等色々抱えていたので様々な変化が出た可能性あり。しかし、10年前、金合金に総入れ替えしている為か変化らしい変化は出なかった(あまりよくない銅が入っているが、私の口内の金合金詰め物の主組成は金銀銅。詰め替え後2,3年は絶不調でしたが、現在は何ものなし。ゆえに、少なくとも14K以上ものが入っていると思われる。ちなみに、私の口内に入っている金合金は電磁波を考慮した組成にされている。金合金だからといって、全ての金合金が大丈夫とは限りませんので要注意)。

##### ②70代女性(蕁麻疹残り10~20%) 銀歯1本残り

###### 【鉄塔タイプが600m・1.1km地点に1基ずつ】居住期間(40年以上)

毎日のように土に触れているため(農作業)変化しないだろうと思ったが、そういう場合でも変化するか見ていく。シーツタイプでアーシング開始二日目時点、熟睡感があるだけ。  
2週間経過後確認すると、夜中目覚める回数が2,3回から0~1回に減。3週間目ぐらいから0回になる(夫がいびきをかいた時でも全く目覚めないレベル。シーツを使わなければやはり目覚める)。4週間経過時点で、通じが悪くなることもなくなる。蕁麻疹に対しては、5ヶ月経過時点でも変化なし。  
途中、シーツ使用を2週間中断したところ、夜中目覚めるようになってしまった。使用再開したところ、目覚めなくなり熟睡感もアップ(再現性あり)。しかし、途中から、一回、目が覚める時もある。枕カバータイプ開始一、二日目と突然、全く眠れなくなる(過去極度の不眠症でしたが、全く同じ日照不足タイプの不眠発現)。三日目の晩、自律神経調整と後頭部コリ取り実施。更に、就寝時「あずきのチカラ」で目を温めても、結局眠れずじまい(1時頃枕カバーを外したが駄目だった)。四日目の朝、起床前ブルーライト照射(20分)をした所、晩はすんなりと眠れた。しかし、途中覚醒すると、その後寝付けず。五日目の朝も起床前ブルーライト照射(25分に増やす)した所、就寝前からあくび

が出る状態になり朝までぐっすり。元の状態に戻る。以後1ヶ月経過するが、同じ状態が維持されている。

③ 30代女性（腸疾患、アレルギーなど多数）銀歯4本・・・アーシング効果所感（片手首<両足首）

【鉄塔タイプが500m・1.2km地点に2基・1基、電柱取付タイプが150m地点に1つ】居住期間（30年以上）

片手首でアーシングを始めて二日間は身体がだるかった。三日目以降の変化は、以下通り。

日に日に朝起きた時のだるさがなくなり、スッキリ目覚めるようになってきた。

熟睡感があり、途中目が覚めない。便通がよくなる。顔が細くなった。傷の治りが早い感じがする。

開始10日目以降安定して体温0.5度アップ（この方だけ、毎日同じ時間帯に体温測定を依頼。5ヶ月後の現在も維持されている）。物事を後回しにしていたのが、それがなくなってきた。頭がスッキリ

している。集中力が出てきた（例えば、勉強していて理解しやすくなった。4、5回繰返しても全く頭

に入ってこなかったのが、一、二度で理解できるようになるし、記憶にも残るようになった。中学時

代のいい状態の時にだんだん近づいている。10/21時点談）。著しく運動不足なので散歩するようにと

年単位で話していても中々実行してもらえなかったが、アーシングを始めて散歩できるようになった。

ここ2~3週間くらい時々感じていたが、甘いものを以前ほど必要としなくなった（11月中旬談）。

12月中旬から、足首、枕カバータイプでのアーシングを開始（他、両足首、片足首、片手首、枕カ

バー、両足首+枕カバーと色々比較してもらった）。結果、手首より足首の方が効果を高く感じる。

頭部だけ、足首だけの時、共にだるさがあるので、同レベルの効果があるのかもしれない。

④ 30代男性（顔面麻痺、電磁波過敏症に伴う諸症状など）銀歯14本。

・・・アーシング効果所感（手・足首<<頭部）

【鉄塔タイプが400m地点に1つ、建物屋上タイプが1km地点に1つ、電柱タイプが400m地点に1つ（街中なので他にもある可能性あり）。実家周りにアンテナなく2015年4月に引っ越したばかり】居住期間（1年）

土がないということでしたので水道管に接続して実施してもらおうと思ったのですが、リスクがあるので中止（集合住宅）。エアコンのアースにも接続できる状態にない。畳の部屋はないかと聞いたら、床下収納庫があるということで、そこからアースをとる。

右手首でアーシング開始後二日間は何も変化なかったが、3、4日目に日中経験のないレベルの全身疲労感を覚える。同時に、貧血症状も出て、仕事中、20、30分横になるほど。また3日目夜から頭痛（5段階で4）が出て、次の日の夜まで続く。アーシングの影響としか考えられない変化なので、5日目から就寝前数時間の実施だけに留めてもらう。8日目から一晩中に戻す。

片手首でアーシングすると、ソワソワ感が減ると共に、顔面麻痺部を治してくれているような反応が出る。夜中目覚める回数が2~3回から、0~1回に減り、熟睡感アップ。起床時の疲労感激減。尚、

8月初旬から高圧送電線下（作業場所は、鉄塔直下から100~200m離れた所）での仕事が続いており

（11月いっぱい）、仕事中のイライラ感、ソワソワ感、まぶしさがひどい（電磁波の影響がない環

境なら、まぶしさ以外の症状は出ない）。顔面麻痺部もひどくなる。時々キレてしまい、人に当るわ

けにはいかないので物にあたって何とか凌いでいる。電磁波の影響を強く受ける身体状態であるにも関わらず（就寝時コンセントを抜く、携帯を3m以上離す対応を取ることで状態が良くなることからの判断）、仕事場環境（仕事道具の測量機器も無線化されている）・自宅が電磁波だらけなので、

アーシング効果も力及ばず。他に改善手段がないか検討したところ、頭部に対してアーシングすれば

更なる改善を見込めるのではと予想し、12月末から足首にプラスして、枕カバータイプのアーシ

ングを開始（脳の60%は脂質とのことで、脂質に電気は溜まりやすいことなどに着目）。1週間後確認

すると、イライラ、ソワソワ感が40%減。かなりいい感じとの談（電気が抜けていくスピードが手首・

足首よりずっと速く感じるとのこと。⑧の女性の好転反応がひどかったので心配していたが、今回全

く好転反応はなかったとのこと。この違いの原因として考えられることは、ミニレヨックス（補足④

参照)を2個置いて就寝されていたので、その差も気になるが、おそらく過去の薬服用量の差と判断している。ちなみに、この患者さんはほとんど薬を飲むことはない)。電磁波過敏症状が大幅軽減されたので、施術開始から1年半目にして初めて2週間に一度の施術に変更。その後、最初の施術前確認では、イライラ、ソワソワ、まぶしさいずれも20-30%残りより更に減り、仕事上支障のない程度になったとのこと。すぐ銀歯を詰め変えなくてもいいレベルにまで改善されたので、電磁波要因症状に対する私の役目は終了。

\*顔面麻痺(電磁波過敏症状含めて)を完治させるには、銀歯除去が根治策と判断している。

#### ⑤ 60代女性(立位時、腰、膝、肩、背中等常に5以上の痛み。糖尿病等)銀歯数本

【電柱取付タイプが1.1km地点に1つのみ】居住期間(30年以上)

胸椎手術後、左下肢感覚麻痺(腰椎も手術されている)。ワーファリン服用中のため、実施不可。

#### ⑥ 30代女性(多嚢胞性卵巣症候群など複数)アマルガム3本

【鉄塔タイプが700m・1km地点に1基ずつ(ミニ鉄塔が400m地点に1基)、電柱取付タイプは300m地点に1つ(街中なので他にもある可能性あり)。職場150m地点にも鉄塔タイプが1基】居住期間(30年以上)

片手首でアーシング開始。1週間後時点で確認すると、めまいがなくなったのみとのこと。残念ながら、それ以外の変化はないが、手首にはめるのがストレスに感じる為か、いつの間にか外しているとのこと。12月末からストレスなしの足首タイプでアーシング中(ご両親とも、つまり家族全員色々な不調があり、念の為もう少し確認していく)。1/25から枕カバー開始。年末から突然発症した全身性のひどい痒みが数日後半減する(アーシング、免疫施術それぞれの寄与度判別は不可)。また、生理が多少楽になったとの事(3、4ヶ月に一回の生理が2ヶ月に一回になり、そこから1年近く変化しなかった。アーシング開始してから、1.7~1.8ヶ月間隔と僅かだが変化しはじめる。まだ2回のことなので変化とっていきっていいかどうかは分からない)。他の方とは逆に眠りが浅くなった気がするとのこと。心なしか全体的に各症状は軽減されていると感じているが明確さに欠ける為、もうしばらく経過をみていく。

2/25から20日間の予定でシーツタイプも使用開始。

\*3月中旬からアマルガムを除去してセラミックに詰め替える(1ヶ月に1本のペース)。

並行して、コリアンダー摂取により脳内含めた水銀の排毒を始める予定。

#### ⑦ 30代女性(腰痛、免疫疾患など多数)銀歯、金属を含んだ二重構造のセラミック多数

・・・アーシング効果所感(手・足首<頭部)

【鉄塔タイプが500m地点に2基】居住期間(5年以上)

手首にはめるのがストレスに感じ、いつの間にか外しているとのこと。ストレスに感じるものを続けてもらうわけにはいかないので終了。足首タイプが用意できたので、12月末からアーシング開始。ストレスなく毎晩実施。1週間後時点で変化なし。1/8から枕カバータイプ開始。アーシングに関係なくドライアイはほどほど改善してきていましたが(20~30%残り)、ドライマウスは未だ50%前後の残存量(時々100%)。しかし、枕カバーアーシング後明らかにドライマウスが改善する。現在20~30%残り(あいうべ体操を怠っていると就寝中口が空く傾向にあるようで、その時最大50%になることがある)。枕カバーに赤ちゃんが寄ってくる傾向があるとのこと(犬猫でも寄ってくるという話があるので、十分あり得る事)。枕カバー開始から2週間後の確認でまぶしくなくなったとのこと(サングラスが不要になった)。それから1ヶ月経過してもまぶしくない状態が維持されている。

なお、ドライマウス、ドライアイのこれ以上の改善は見られない感じ。一旦アーシングを中止して(2週間程)、何がどれくらい戻るかで電磁波の影響度を見積もり、明らかな戻りが認められれば、もう少し電磁波要因という視点で追究。その後別要因を探していく。

\* 極度のドライアイ、ドライマウスの主原因が歯周疾患と判断していたが、1年かかった歯科治療が完了したにも関わらず、未だ残り量が多い（明らかな改善がみられたので、一つの原因は口の中にあったことはほぼ間違いない）。他にも原因があるということを示しており、その一つが電磁波の影響であったという変化を示しているが、まだ他にも隠れている原因があるのかもしれない。

⑧ 30代女性（頭痛、極度の便秘症、電磁波過敏症など）銀歯残り2本。年中、静電気がビリッとくる

・・・アーシング“影響”所感（足首<手首 [左<<右] <<頭部）

【鉄塔タイプが650m・1.2km地点に1基ずつ、建物屋上タイプが100m地点に1つ、電柱タイプが200m・700m地点に1つずつ（街中なので他にもある可能性あり）】居住期間（2年）。その前2年間の住居未確認。

右手首でアーシング開始後三日間、体がだるかった。

生理時の頭痛は、毎回整体に駆け込まざるをえない、耐え難い痛みだったが、耐えられるレベルに軽減した（5段階で10月は4、11月は2、12月は1）。また、低気圧が近づいても頭痛になるが、5段階で2と軽くなっており、寝て目が覚めると頭痛が解消するようになった（いつもは、目が覚めても引きずっている）。水をチビチビしか飲めなかったのが、ゴクゴク飲めるようになった。血行がよくなった。熟睡感がある。起床後すぐエンジン全開（アーシングをする前までは、毎朝1、2時間ボツとしていた）。

悪夢見た後も寝つけるようになった。周りのみんなに色が白くなったと言われる。

長年、起床時首の後ろが痛かったが（5段階で2~4。1時間程で消失）、全く痛みがなくなる。黒豆茶の影響でおしっこが近くなったままなので、下記の友人と同様アーシングの影響でおしっこが近くなっているかは判断不可。手首から足首タイプ（カードリング）に変更して1週間試したが、効果が落ちた。

右手首から左手首に変えたところ、右手首の快適度を100%としたとき、20%程に低下する。また、遠方の祖母宅に向かう時、2ルートあるうちの一方を通ると頭痛がひどくなっていた。そのルートには、多数の携帯基地局アンテナ・高圧送電性があるので、これも電磁波の影響と推測される。

両足首12/16スタート。比較すると、足首より手首の方が高い効果。

12月末より枕カバータイプで頭部に対してのアーシングを一週間の予定で実施。

始めると様々な好転反応が出る。微熱、頭痛、鼻水が止まらないなど風邪様諸症状。背中・腰のジリジリしたひどい痛み、まぶしい、日中両目が見えづらい（左目<右目の差あり）。平熱35度後半が36.8~37度にアップ。全身疲労も激しくアーシング継続困難なレベルで中止（右手首+枕カバーも試すが継続困難）。すると、すぐに好転反応諸症状は消失。好転反応を軽減させる為、アーシング間隔を設けて再実施。2日に一晚、3日に一晚と実施間隔を空けても厳しく、就寝前枕カバー30分、その後手首だけで就寝に変更する。しかし、それでも半分くらいの好転反応が出てくる。昔痛かった所に同じレベルの症状も出てくる。過去の悪いものが総出という状態で耐えがたい状況となり、枕カバー使用は完全中止（当面、最も好結果が出ていた右手首だけにする）。

ところで、過去精神科で数年にわたり致死量に近い薬を処方されている（例えばサイレースを限界量まで服用させられており、幻覚、ろれつが回らない、健忘症状など多数の副作用が出る。通勤途中に高校生を車で引いたのも全く気づかなかったほどのひどさ。通院先病院に勤めていた薬剤師が高校時代の同級生で、家で死んでいるのではないかと心配していたと後から聞かされたとのこと。一言で言うと、3回ぐらい死んでいるのではという程の医療被害に遭っている）。その時に出ていた様々な症状も出ている（腰痛、疲労感、目がかすむ、甘いものが無性に欲しくなる、鼻水などの風邪様症状、眠りが浅い、尿量減少・・・）。1ヶ月経過しても諸症状が治まらなかったため枕カバーアーシングを一旦中止とした次第。

ここで推測談ですが、過去致死量に相当する服用で、脳の脂質に多量の薬が溶け込んだままになっている。それが枕カバーアーシングで排出されるようになった。しかし、未だ週に2回の便秘（たまに3

回)にまでしか改善していなく(手作り甘酒と黒豆茶による効果)、頭部から排出されたとしてもほとんど再吸収されてしまっていると仮定(根っこの冷え解消をと思ったが手段が思い当たらないため、強度の便秘を解消しようと腸機能回復を最優先することを考える。しかし、脂溶性物質は肝臓・腎臓に運ばれる感じ。実際のところ、肝機能、腎機能共に低下している症状が出ているので、肝・腎臓器に着目した対処策に変更すべきだが、後述のスープは、偶然そこまでカバーしており、根っこの冷え解消効果もあるとのことなのでそのままスープを選択)。そこで堀田医師のたまねぎ皮スープでのデトックスを数週間実施。その後頭部アーシングして未だ好転反応がひどければ、10日間の玄米デトックス「7号食」でさらに排毒を重ね、その後頭部アーシングしていく(便秘を治して排毒しやすい環境を整え、その後枕カバーアーシングで更に頭部の排毒を進める)。その予定だったのですが、待てず玄米食も同時進行で実施される。すると、お腹がおそろしく張って背中など苦しいので(強度の便秘の方の典型のようです)、自分で調べて水溶性・不溶性繊維の摂取バランスをとって凌ごうとされるも、結局無理で玄米食は一時断念。スープのみ続行中。尚、冷えも強く、長いこと半身浴をやってもらっていますが、他の冷えの強い患者さん同様、あまり改善は見られずじまい。強度の便秘と冷えを改善させることが必須の状況となので、当面そこに注力する(現在、足湯と不思議樹液シートとマグネシウムを調査中で、直近、足湯を予定している。天然塩を入れ、三陰交より上まで浸した足湯を一日2回実施。温冷交互浴、足湯の時に一緒にする体操によっても効果が変わるそうで、その体操の絞り込みができたところで紹介し、状況によっては、足湯→スープ→玄米という順番で、少しずつ改善させていく)。

<友人の変化>1週間遅れで又聞きしてスタート(銀歯多数)。

ニンテンドーDS大好き人間で眼精疲労がひどい。プレイ後就寝すると目がジンジンして寝つきが悪かった。アーシングにより、プレイ中の眼精疲労、及び就寝時の目のジンジン感消失。非常に寝つきもよくなった。ドライアイ・肩こりも改善。おしっこが近くなっている。体がホカホカになった。周りのみんなに色が白くなったと言われる。常に眠たそうな目をしていると言われていたが、パッチリ目になり(プチ整形したの?と突っ込まれたとのこと)、何をやっても良くならなかった目の下のクマが軽減してきており、2/22時点40%残り(顔全体の血色がよくなっている)。昔痛かった所に同じレベルの痛みが出てくる。そしていつの間にか消えていく。

両足首12/16スタート。何事も段取りが悪かったけれども、てきぱき段取りできるようになっている(第三者談)。枕カバーをはじめたら、仰向けで寝たはずなのにクルクル回っている感覚になり、上下左右が分からなくなる。ある夜からは、首が左右にローリングし出す。日によってローリングの程度は異なる(実際にローリングはしていなくて、意識上そう感じているものという観察者談。ローリングだけでなく、頭頂・足方向の上下動をする時もあるとのこと)。足は、ストレッチングするように底屈・背屈を繰り返すとのこと(実際に動かしている)。なお、変な感じはなく、目覚めも大変スッキリしているとのことなので継続アーシング中。

## ⑨ 70代女性(腰が重い、肩痛)インプラント3本。銀歯本数未確認

・・・アーシング効果所感(手首<足首<<頭部)

【鉄塔タイプが600m・1km地点に1基ずつ、電柱取付タイプが40m地点に1つ】居住期間(10年以上)

1年以上続く肩の夜間痛で来院され、それがよくなったことをきっかけに通院される(夜間痛は、10回以上の施術で全く変化なし。就寝時使用されていたマット式電位治療器の使用を中止してもらって数日後に完全消失。おそらくインプラントとの相乗作用が原因で、残念ながら施術による改善ではない)。

ところで、この方の圧痛は、その場で減らせたことはありません。なぜ全身こんなに疲労物質が溜まっているのだろうと感じていて、おそらくインプラントの影響で24時間常に交感神経優位状態になっているためであろうと推測しアーシングを実施してもらう。1週間後時点で自覚的に何も変化なし

とのことでしたが、圧痛は、その場で少し減るようになりました。その後の施術でも、確実にその場で取れる痛み量が増えてきている。

他、夜中2、3度目が覚めていたのが、0~1回に減少し、熟睡感があるとのこと。

右手首でアーシングしている影響が分からないが、右肩の調子だけよくなってきている（5段階で3だったのが1になっている。数ヶ月の施術で全く減らせなかった）。アーシングの効果が見極めるために、左手首でのアーシングに変更してもらったところ3から2に減る（そこから2週間程経過するが、それ以上には減らない。右肩は2へと悪化。明らかにアーシングと連動している変化）。なお、同時にベッド近くの電気製品のコンセントも全て抜いて就寝してもらう（娘さん来院時、母親は常にイライラしているとおっしゃっていたことから、ベッド周りにまだ他の電気機器があるのでは思い至り確認を取ると、ベッド1m以内に24時間つけっぱなしのPC、CDプレーヤー、ラジオ、携帯電話がありました）。12/3、IHクッキングヒーターからガスコンロに切り替える。12月下旬より両足首をスタート。1/10より枕カバースタート。手首→足首→枕カバーの順に目覚める回数が減少し、枕カバーでは、寝つきも非常によくなった（考え事をする目覚めが冴えて寝つきが悪かったが、考え事をする間もなくサッと寝つける）。全く減らなかった腰の重さもだんだん減少し1カ月ぐらいでゼロになった（これまた施術で全く改善させられなかった）。関係しているか不明だが、そういえば風邪もひかないとの事。圧痛も速やかに取れるようになった（他患者さんの取れるスピードの比較から、明らかにアーシングによる変化）。

<娘さん>

20年以上の海外生活から戻ってきて3年程（カナダ、フランス、イタリア）。日本に帰ってきたら、なぜか体がきついし、冷えて冷えてしょうがないとの談。色々不調を抱えられており、12月末より足首でアーシング中。余談ですが、海外生活時、技術に関わる方々は特にシビアな電磁波対応をされていたとの事でした（例えば、必ずコンセントは抜くなど、うるさいほどに言われていたとのこと）。

<妹さん>

数十m離れた所に住んでおり、手首でアーシングしたところ、10分ぐらいで寝つけるようになった（それまでは1、2時間を要していた）。足首タイプができたタイミングだったのでそちらに取り換えて使用してもらったところ、寝つきだけでなく眠りも深くなった。枕カバータイプも試してもらい、頭皮全体のブヨブヨレベルのむくみが1週間で半減以下（20~50%の範囲で場所によって異なった）。その2週間後、均一に20%程残り。脳梗塞前兆症状的なものが出ていたが（検査したら、過去その形跡があったとのこと）、予防も兼ねて枕カバーの使用を継続してもらう。

#### ⑩ 40代女性（腰痛、コルセット依存症など）銀歯10本前後。年中、静電気がビリッとくる

・・・アーシング効果所感（片手首<両手首、足首<手首<手首+足首、頭部？）

【鉄塔タイプが70m地点に1基、電柱取付タイプもあると思うが未確認】居住期間（10年）

初日、アーシンググッズを手を取った瞬間、ビリビリと来た（放電？）。同時に、患部（腰）がピクピクと反応した（患部を治してくれているような感じ；本人談）。

就寝時以外、コルセットを外せない状態にあったが（\*1）、右手首でアーシング開始2、3日後には外しても全くギクッと来ることなく、少しずつ外す時間を増やしてみようという気持ちが出てきて外せるようになった（家の中、あるいは散歩の時から外しはじめ、今では外出時も外せるようになっている）。痛くなくても、寝れば回復する体が変わってきたとのこと（アーシングを忘れると、やはり回復しきれないとの談）。また、初日からの顕著な変化に、二人のお子さんも実施したいと、手首式2セットを持って帰られる。しかし、寝返り等激しく、残念ながらアーシングできなかった。

両手首でアーシングした所、片手だけより高い効果を感じた。しかし一緒に寝ている子供の関係でほとんど実施できずじまい。足首タイプが用意できたので左足首で試して頂いたところ、最初の一晩、左脚だけ動かさない程の重たさが出る（翌日からはなし）。なお、足首だけではあまり効果を感じら



れないが、手首＋足首だと、手首だけの時より更に効果を感じられる。四肢及び頭部の5か所でアーシング中。

\*1) 2年程前から(初診から16ヶ月経過)、コルセットを外すとギクッと来て怖さがあり外せなかった。その原因は、交通事故ダメージ、首ロッキングだけでなく、病院での牽引ダメージ(この時以降ひどくなったとの事)、捻挫後遺症、合わない枕、誤った履き物(土踏まず部が凸になったインソールも含めて)……。増幅させた要因・回復阻害要因として、片噛み、小麦摂取過多、極端な運動不足(痛みで無理ですが)、極端な食事制限によるダイエット、コルセット依存状態、間違ったストレッチ(マッケンジー体操など)、足を上げて寝ている睡眠姿勢……。そして最後に見つかった電磁波の影響と複合要因。

#### <ご主人>

以前から疲労感がひどいと聞いていたのですが、普通の疲労感程度と思い聞き流していました。しかし、尋常ではないものを感じて詳しく確認(銀歯多数。今の家に12年程住んでいて、数年前から周りの方たちが奇異に感じるほど物忘れもひどくなってきている……)。詳細は省略しますが、電磁波の影響を受けていると推測されたので、手首、足首、シーツタイプでアーシング開始。しかし、手首、足首にはめるのを忘れてたり、寝相が悪くてシーツに肌が触れていないことが多々あり(シーツを固定していなかったとのこと)。継続的なアーシングをしないことには正確なアーシング効果を判断できないので、12月末から枕カバータイプに変更。結果、熟睡できるようになり、イライラ感、疲労感が明らかに減り出す。物忘れは変化なしとのことでしたが、ここしばらく首が痛くて枕をしていなかったことが判明。枕なしの状態でもOKだから、頭部アーシングを継続的に実施してもらうようお願いした(奥さんも時々言葉が出なくなってきたとのこと、ご家族全員、大なり小なりの電磁波被害を受けている可能性がある。しかし、ご主人の電磁波影響度を正確に見積もらないことには、次の提案、あるいはアクションを決定できない。余計なお節介と重々承知しているのですが、無視していい状況にあるとは思えないので、アーシングすることを強くお勧めした)。

#### <5歳、7歳の2人のお子さん>

同様に気になる点あり。シーツのサイズ上、長男の方だけシーツでアーシング。しかし、ご主人同様寝相が悪くてシーツに肌がほとんど触れていない状況で中止。ご主人の頭部アーシングの結果を待つて、癩癩、アレルギーの対処策を決める(二人とも、毎晩2、3回も目が覚めるとのこと。ちなみに、実家では、みんな熟睡できるので不思議に思っていたとのこと)。

#### (補足①) 電磁波過敏症の症状例

頭痛、慢性的感染症、めまい、関節炎、頻脈、筋肉痛、花粉症、消化不良、湿疹、蕁麻疹、下痢、便秘、大腸炎、疲労感、息切れ、むくみ、喘息、うつ、血管炎、気管支炎、不整脈、学習障害、記憶力低下、不眠症、知覚障害、目の痛み、麻痺、胃痛、皮膚障害、心因性のあざなど

#### (補足②) 携帯／PHS基地局の形態

<http://dennjiha.org/antena/antena.html>

<http://d.hatena.ne.jp/isogame/20120918>

<https://ja.wikipedia.org/wiki/%E5%9F%BA%E5%9C%B0%E5%B1%80>

#### (補足③) 携帯基地局アンテナからの距離と症状との関係

基地局からの電磁波強度は、基地局からの出力、基地局の高さ、構造、アンテナの位置と傾斜、基地局からの距離などによって異なります。例えば、電磁波強度は、基地局が数十メートルと高い場合は、真下の方が弱く、100～150メートル離れた所で一番強いのが一般的でした。しかし、最近では300～

500メートル離れた場所で最大値が測定されたりしています（「健康を脅かす電磁波」萩野晃也著（2007年）より引用）。従って、どの距離にあるアンテナがどの症状にどれだけの影響を及ぼしているか見極めることは簡単ではありません。しかし、参考程度までに少しだけ情報を集めました。

- ・ 基地局の健康リスクに関する疫学証拠 [http://dennjiha.org/?page\\_id=8428](http://dennjiha.org/?page_id=8428)
- ・ 延岡現地ルポ 延岡で何が起きているのか（上・下）  
[http://dennjiha.org/?page\\_id=8439](http://dennjiha.org/?page_id=8439) [http://dennjiha.org/?page\\_id=8370](http://dennjiha.org/?page_id=8370)
- ・ 基地局アンテナからの距離によらずほぼ一定の強さ  
データは500mまでしかないが、ほとんど減衰していない  
<http://homepage3.nifty.com/~bemsj/RF5.htm#RF20> 電界実例  
データは700mまでしかないが、ほとんど減衰していない（総務省報告データ）  
<http://homepage3.nifty.com/~bemsj/RF5.htm#RF10> 中継塔電波強度
- ・ 東京スカイツリー周辺における電磁波測定調査 [http://dennjiha.org/?page\\_id=6195](http://dennjiha.org/?page_id=6195)
- ・ 携帯電話基地局の電磁波でホルモンが変化 [http://dennjiha.org/?page\\_id=9750](http://dennjiha.org/?page_id=9750)
- ・ 2003年、フランスの王立応用科学院によるアンケート調査結果  
（「見えない汚染 電磁波から身を守る」（古庄弘枝著）2010年より引用）
  - 1) 報告された症状は、基地局に近づくにつれて増加する。そして、基地局のごく近い位置（10m未満）でだけ、「吐き気」「食欲不振」「視覚障害」「運動困難」のような症状があった。
  - 2) 基地局から離れた所でも「疲労」「頭痛」「睡眠障害」といった症状は感じられる。特に100m以内では、「興奮性」「うつ傾向」「性欲の減退」、200m以内では「頭痛」「睡眠障害」「不快感」が多かった。
  - 3) 200~300mの間でも、「非特異的な健康症状」を訴える人々はいる。対照群（300m以上離れているか、あるいは、被曝を受けていない人達）に比べて、特に「倦怠感」の訴えは、「統計的に有意」となっている。
  - 4) 調査された「睡眠障害」など7つの「兆候」については、300m以内の範囲に居住する被検者では、男性に比べて女性の方が、「より強い感受性」を示した。
  - 5) 被検者の年齢によって、「訴えられている症状」について、有意な差が見出せた。この調査は、20歳以上が対象だったが、「電磁波に対する感受性」は60歳以上が際立って高かった。

（補足④）電磁波対策商品（35万円以下の商品のみピックアップ）

低周波だけ、高周波だけ、電場だけ、磁場だけと商品により異なることがありますので、何が除去できるのか低減できるのかご確認ください（購入して検証したわけではないので、参考情報として記載するだけです。購入される際は、別途調査の上購入判断されてください）。

●寝る時だけ（2~30万円）・・・蚊帳・テント・カーテン・寝袋・シーツ

[http://www.emf110.com/goodsList/category\\_3.html#shieldtent](http://www.emf110.com/goodsList/category_3.html#shieldtent)

[http://www.emf110.com/goodsList/category\\_2.html](http://www.emf110.com/goodsList/category_2.html)（MS500、GD500Xの洗濯耐久性は、20~30回）

●一部屋丸ごと（17~26万円）

組合せ例：【デュープレックス III M】+【E-Smog レヨネータ】+【パルス変調レヨネータ II】

<http://www.rayonex.co.jp/item/231/>

<http://www.rayonex.co.jp/item/32701/>

<http://www.rayonex.co.jp/item/32717/>

\*購入したことのあるミニレヨックスは、それなりの効果があります。しかし、上記商品は未購入のため効果のほどは不明です。ご興味のある方は、まずは「ドイツ振動医学が生んだ新しい波動健康法—日本に上陸したバイオレゾナンス・メソッドのすべて」（野呂瀬民知雄著）2003年を讀

まれるといいかと思えます。尚、この商品の利点は、外から強い衝撃を与えない限り、故障することはないことです。

\* 商品レビュー [http://review.rakuten.co.jp/item/1/294847\\_10000000/1.1/](http://review.rakuten.co.jp/item/1/294847_10000000/1.1/)

## ●住宅丸ごと（34万円）・・・有効範囲は直径約75m（水平方向）

テクノ A0 エネルギーバランサー（広域用）（TAEB） <http://tecnoao.shop-pro.jp/?pid=3059668>

\* 10年ぐらい前からあるロングセラー商品。しかし、レビューが見当たらないのが気になる所。

使用期限10年というのもネック。以下問い合わせに対して頂いた回答。

1台設置していただけましたら、家全体の人工電磁波の影響を軽減できる商品です。『エネルギーバランサー』からはアルファ波に近い磁気が発信されています。アルファ波を増幅させることで、生体の防御能力を高めます。さらにその増幅したアルファ波は、電磁波を取り込んで、人に影響の少ない波に補正する働きがあります。

なお、電磁波量を物理的にカットする商品ではございませんので、数値であらわすことは難しいかと存じます。ただその作用については、世界各国の大学研究所・病院で数年にわたって生物学的実験が重ねられ、その研究・臨床結果は国際的学術会議で報告される他、科学ジャーナル誌にも発表されて正式に承認されている商品でもあります。

## ●いつでもどこでも

当院で開発中。

## ●その他

海外ではいつでもどこでも（例えば、通勤時も）裸足の生活スタイルを実践されている方もいらっしゃるようです（現実生活では、例えば、靴の裏に金属部を設けて導電性靴下を履いてアースを取る形になると思います）。また、患者さんの中にいらっしゃいますが、ダイソーで準備できるもので（3セットで約1000円）、寝ている時だけでなく、パソコンしている時、リビングでくつろいでいる時も手首にはめてアーシングをしている方もいらっしゃいます。

その他身の回りの環境を整える方法はいくらでもあります（効果はそれぞれ）、以下いくつか思いつくままに書きます。

口内に金属があれば除去する（簡単ではないケースもありますが）。風呂水を電解液にする。摂取脂質の改善を図る（エキストラバージンオリーブオイルなど）。天然素材の衣料品を身に着ける。ミネラルを食事から摂る。寝床周りのコンセントは全部抜く（携帯は3m以上離して、目覚ましは置時計にする）。金属製のメガネフレーム・ワイヤー入りのブラジャーは避ける。携帯電話の使用を最小限にする。スマートメーター（電力メーターなど）の設置を拒否する。引っ越し先は電磁波環境を考慮して決める（送電線、基地局、地下電力設備など）。・・・

### （補足⑤）

雷の種類には、直撃雷、誘導雷、逆流雷とあり、各々対策を取っても、現時点完璧な対策は難しい。例えば、近所の配電線に落雷が起きると、雷の異常電圧が電灯線を伝わって建物の中に進入し、電気製品の近くにいる人体に放電して、死傷事故を起こすことがある。その為、雷が激しい状態で、電気製品のプラグをコンセントに差したままの場合では、全ての電気製品から1m以上離れる必要がある。

つまり、アーシング時リスク低減対策云々以前に自分の近くに落雷してしまったら、被害の大小は運次第という所がある。従って、現実的な一番の対策は、寝る前に天気予報を確認して、雷注意報が出たら、アーシングなしで就寝する、となる。

とはいえ、少しでも落雷被害リスクを下げるための話しを書いております（私の知識の範囲内）。アースを取っている針金に外部から電流が流れ込まない限り危険性はない。つまり、できるだけ電流が流れ込まない環境を整えておけばよい。具体的には、全ての電気製品から1m以上離して針金を設置す

る。また、アースを屋外の金属ピンから取る場合、そのピンの近くに避雷針・アンテナ・電柱・高い木などがない所を選んで設置する（保護範囲の角度という考え方もあるが、必ずしもそれで被害ゼロというわけではないとのこと。ですから、離せるだけ離すしかない。ちなみに、床下収納庫、あるいは畳の下の土にピン設置できれば、かなり安全だと思う）。

もし、アース端子付きコンセントがあれば、アース線のもう一方をアース端子付きコンセントのアース端子に接続すればアース可能だが、電気機器からの漏電電流、アースから入り込む逆流雷など雷起因の弊害もあり、絶対安全というわけではない（対策商品があるかと思っていたが（下記エルマクリーンのこと）、調べたらそうではなかった）。

◇エルマクリーン <http://item.rakuten.co.jp/kenkoumeister/0040-00-0020/>

家庭用二口コンセントのアースラインを特定し、そのアースラインを使用するという商品。電場97%カットだが、漏電電流などの問題を抱える。

◇アースの必要性 <http://www.denjiha.com/action/earth.html>

◇GD X 500の未確認事項

土壤抵抗は、土壤の質・状態によって抵抗が変わるが、ここではとりあえず数百kΩを基準として話をすると、GD X 500が常に身体に好影響を与えるかどうか不明。例えば、人の背中はプラス電圧で、手先の指ではマイナス10mV程度の電圧になっている。つまり、身体全体としては僅かな電場がかかっている。ここで仮に、その途中の上腕で骨折したとする。そうすると、マイナス数mVであったその骨折場所の電圧がプラス10mV程度にまで急激に増加し、それから骨の修復を始める。10日もするとマイナスになり、ゆっくりと骨折前の電圧に戻る。この修復作業が行われるとき、土壤抵抗値とかけ離れたGD X 500使用効果がどちらに転ぶか、現時点不明。

（補足⑥）アース+炭でさらに効果アップ <2016. 9. 17. 追記>

電磁波に敏感と思われる方（5名）で実施。狙いは、空間の電磁波を炭の方に吸収させて頭部（特に歯科金属に）に集まる電磁波量を減らせないかという単純なもの。

実施方法は、就寝時、頭の上（上空も面白いかもしれませんが未実施）に段ボールに入れた炭2~3kgを置いておくだけ。結果は以下通り（できるだけ安価な炭を選択しています）。

---

### 黒炭（オガ炭、木炭）<活性炭（水処理用）<白炭（オガ備長炭）

---

全員、アースだけの時よりさらに熟睡度が上がる。

顕著な変化は、ロングスリーパーだったのがショートスリーパーになったという方もいらっしゃいました（2ヶ月近く経過しますが、維持されている）。

鉄塔タイプの携帯基地局アンテナから50m程の所に住んでいる方のお子さん（9歳）の例ですが、夜中に毎晩パンツを3回履き替えていたのがなくなった（お子さんはアースなしで備長炭10kgだけの効果。同じく2ヶ月経過していますが維持されています）。

また、一名の方が（ショートスリーパーになった方）、炭だけの時と、アース+炭で比較したところ、炭だけでは効果が小さいということでした。

他、上記効果を聞いて試された方の結果を一例。

今のマンション（8階建ての4階）に住みだしてからひどくなったイライラ感、眠りを妨げるほどのアトピーは近くにある携帯基地局アンテナの影響では？と当院患者さんに指摘され炭を試されたとのこと。

アースができる環境になかったため“備長炭”だけでトライ。

結果、20kgに増やしたところで、頭を締め付けられるような症状がなくなり、40kgでアトピーまでかなり解消されたとのこと。電磁波の悪影響を実感され、引っ越しされたとのことでした。

以上ですが、2, 3kgで効果が出ない時は、少なくとも10~20kgくらいにまで増やして、炭の効果を判断されるとよいのではと考えています（うまくいけば、とても安価にメリットを享受できる可能性があります）。

ちなみに、以下の文章を読んで炭を評価する気になった次第です。

1972年、中国の湖南省長沙の郊外で、馬王堆古墳が発掘されました。

その時世界の注目を集めたのが、死後2000年も経っていたのに、ミイラ化もせず、ほんの数日前に亡くなったような婦人の遺体でした。遺体を分析した学者は、「死後四日の状態」と発表しました。

いったい、どうしてこんな奇跡が起こったのでしょうか。

その秘密は木炭でした。墓の周囲は5トンもの木炭でぎっしりと囲まれていたのです。木炭というのは、腐敗をさせない力が充ち満ちているものだったのです。

なお、木炭にすごい腐敗防止力があるのは、木炭がいろんな性質を持っているからですが、その主なものは以下の通りです。

吸着性、ミネラルの宝庫、電磁波カット、マイナスイオン電子を供給。

木炭の威力はこのように半端でない力を持っています。

（「食養生で病気を防ぐ 焙煎玄米粉の作用と効果」（鶴見隆史著）2013年）