

(この1, 2年で世の中を席卷する情報となるかもしれません。誰もがメリットを享受できる、それもタダでいくらかでもというおまけつきです)

簡単にできる電磁波対策、『アーシング』

アーシングが有効な一例として、歯の詰め物+電磁波の害を被っている方が挙げられます。この例を根本的に解決するには、歯の詰め物を変えるしかありませんが、近所に頼れる歯科院がない、あるいは、今、お金をかけられないなど、諸事情により簡単に根本策を取れない場合が多いかと思えます。

であるなら、冷蔵庫や洗濯機と同じように、単純に“人体”もアースすれば、電磁波起因の影響は大幅に減らせるはずですが(ガルバニック電流、酸蝕要因は残りますが、とりあえず無視)。

そこで関連書籍がないか検索した所、下記本が出版されていました(上記、歯の詰め物+電磁波のケースは一例として挙げただけです。アーシングで、誰もが色々なメリットを享受できるが可能性あります)。

「不調を癒す《地球大地の未解明》パワーアーシング すべての人が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) 2015年8月31日

上記書籍内容の詳細については、追伸①をご覧くださいと思いますが、簡単に紹介しますと、人体もアースすれば、病院・治療院は、今の5分の1、10分の1で事足りるようになるかも、そういう可能性を感じる内容です(お金をかけずにやるなら、一日30分裸足で土の上を歩くだけ。できれば一日2, 3回。それだけで自然治癒力が超アップ、正確には、本来の実力を発揮できる身体環境を取り戻せる。なお、アーシングには、抗凝結効果が考えられ、血液の状態を変化させる可能性があるそうです。ですので、ワルファリンや他の製薬会社の抗凝結剤を飲んでいる場合は、アーシングを始める前に主治医とご相談下さいとのこと)。

ちなみに、世の中にはいくつかすごい治療法があり、癒道整体、十字式健康法、バイオレゾナンス、ホメオパシーなど、どれもすごい潜在力があり(実績も)、世の中に広く普及していくと、今の医療費を激減させられますが、アーシングも同じ潜在力を感じます。

ただ一つ違うとしたら、世の中への普及速度が、全く違う、つまり、あっという間かもと感じるところです(なぜなら、実行が簡単すぎるということは書くまでもありませんが、電磁波の潜在的影響は大きいと考えられるにも関わらず、既に今の生活環境は電磁波スモッグ状態。今後もICタグやスマートメーターなど電磁波環境は悪化の一途を辿り、閾値を超えていく人が増えていくと予想されます。そこに、アーシングという解が示されれば、状況は一変するかもと感じる次第です)。

本当にそうなるかはここ1, 2年の普及スピード次第ですが、以下を用いて実際に検証してみました(当院検証結果は、<http://www.btmv.ne.jp/~energy-seitai/earthing%20effect.pdf> をご覧ください)。

【手首式でアーシング(ダイソーで手に入る部材で作製)】

◆部材

- ・ ステンレス針金(φ0.55mm×14m)・・・アルミ材はコンタクトが取れなかった。
針金径は、この太さが強度・加工性的にいい感じ。
- ・ ファンシー抜型3P丸(大)・・・手首にはまるぐらいの輪っか(これはセリアで購入)
- ・ シートピン4本入り・・・園芸で使うシート固定部品
- ・ アルミテープ

◆作成方法(手首タイプの一例)

①手首にはめる輪っか(抜型セット)は、一端が鋭利なので、アルミテープを貼る。

②シートピンを2本重ねて、それにステンレス針金を複数回巻きつける

(錆びても長持ちするように、抵抗が高くならないようにという意味合いできつく5~10巻ぐらい。その後、シートピンとそこから引き出された針金の間の抵抗が数オームであることを確認する。ほぼ低抵抗状態にあるはずなので、抵抗を測るテスターがなければ、測らなくてもOK)。

③針金を巻きつけたシートピンを土に挿し込み、針金を部屋に引き入れ、十分に余裕を持って針金を切断し(サッシを閉めてもカギはかかります)、手首にはめる輪っかにきつく巻きつける(針金の切断部が輪っかの外側にくるように3~5巻程。その後、輪っかとそこから引出された針金の間の抵抗を測り、数オームであることを確認する。ほぼ低抵抗状態にあるはずなので、テスターがなければ測らなくてもOK。最後にその針金の切断部でケガしないように、アルミテープを貼り付ける)。

* 針金は、家電製品等(水道管も)に接触にしないように設置する。

* 手首タイプ外観等は、<http://www.btmv.ne.jp/~energy-seitai/earthing-wrist.pdf>

足首タイプ外観等は、<http://www.btmv.ne.jp/~energy-seitai/earthing-ankle.pdf>

枕カバータイプ外観等は、<http://www.btmv.ne.jp/~energy-seitai/earthing-pillowcase.pdf>

◆使用方法

寝るとき、地肌に触れるように輪っかをはめ就寝。

* シートピンに落雷して感電死することはほぼないと思いますが、危険性がありそうなら、あるいは気になる方は、雷がなりそうなときの使用を控える。

* 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は、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。

【シーツでアーシング】

エコロガ(<http://www.emf110.com/goodsList/67.html>)で商品購入。

* このシーツを敷くことで、睡眠中に体内電圧が下がり(体内に蓄積した電場を地表に落とす)、電磁波環境下でも理想的な睡眠が取れる。

(追伸①) アーシング書籍内容

アーシングとは、アース(接地)のことです。電化製品をお持ちの方でしたら誰もが知っている、あの「アース」のことです(アースがある理由は、ご存じのとおり感電の危険を防ぐためのもの)。

この本は404ページにも及ぶ膨大なもので、内容も濃く、ポイントを網羅なくご紹介することは困難ですが、以下気になった文章をいくつかご紹介。

- ・アーシングは人体を最も自然な電気状態に回復させ、それを維持させます。
- ・近代の絶縁素材で作られている靴底によって地面と遮断されると健康上の問題につながる。
- ・この本の中心テーマは、様々な周波数で頻繁に変動を繰返しながら形成される自由電子の電氣的なエネルギーを、私たちが足から導き入れるということです。それらの周波数が私たちの体内時計をリセット

し、電氣的なエネルギーを体に供給しているのです。その電子自体は、地球の電位に等しく維持されていて、それが私たちの体に流れ込みます。

アースを引いて安定させることによって正常に機能する一般家電と同じように、ちゃんと身体が機能するためには安定したアーシングで基盤を作る必要があるのです。

- ・地球との接触によって、有益な電子ソースが供給され、同時に体に有害な環境電磁場を妨げるシールドが提供されることが研究の一端として得られました。
- ・30分にも満たないアーシングによって、脳と筋肉の電位活動（電圧）に著しい影響を与える。
- ・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ので、よく注意してください。
- ・自然と触れあったりする事の多かった我々より前の世代の人々には、ほとんど心疾患は見られなかった。
- ・たいていの場合、アーシングで炎症は治まります。グルテンアレルギーと過敏性腸症候群に著しい改善が見られました。完治しないにしても、グルテンアレルギーや腸の問題はよくなって痛みや心配が減りました。自己免疫疾患に私はアーシングをすすめます。
- ・運動中のグラウンディングは、肝臓と腎臓の働きを通して尿素レベルをかなり下げることができ、よいタンパク質バランスを促すことが明らかになりました。
- ・動物は特に何らかのストレスを受けると、土に穴を掘ります。動物がストレスを受けたり、病気をしたりすると、家の床やカーペットを掻きまくるのは、動物がグラウンディングをしたいが為によく見られる光景です。動物はコンクリートの床や地面に近づきたがります。外に出すと地面で同じことをします。
- ・体はアーシングによってほぼ即座に保護されます。
- ・人がいったんグラウンディングされると、治癒反応が起きるまでに、およそ20~30分かかります。
- ・最も効果的なアーシングは、地面の中に挿し込んだアース棒につながったアース線を家の中に引きこみ、アーシングシートやマットなどに直接接続させる方法であるということが研究で明らかになりました。
- ・ESD（静電放電）もある程度実験しましたが、アーシングと同じような電氣生理学的変化は見られませんでした。ESD製品もいくつかの利点はあるでしょうが、アーシング製品と同じような経験や結果を生み出さなかった。
- ・すべてのESDアースコードには、1メガオームの抵抗器が含まれています。その抵抗器は、身体への60ヘルツの電磁場誘発性電圧を90%低下させます。アーシング製品のすべてのコードには、安全性のために100キロオームの抵抗が内蔵されており、身体への60ヘルツの電磁場誘発性電圧を99%低下させることができます。身体に地球の電位を引きこんで、体の自然な電氣的状態を保持できるアーシングの力によって炎症を容易に軽減させます。
- ・「地面につながってグラウンディングをしているときに、雷に注意する必要がありますか？」というのがアーシングに関する最もよくある専門的な質問です。雷から、完全に身を守ることは不可能で、予測不可能な大自然の大きな現象です。十分に理解されていないことも確かです。

以下アマゾン内容紹介からの転載。

- ◎ 無料・無限のこの力 EARTHING を使って、健康を取り戻そう！ 病気をなくそう！
- ◎ その方法はいたってシンプル——あなたを大地につなげるだけです！
- ◎ 慢性病のデパートと化した現代人/地球とつながっていない症候群
- ◎ 地球の表面から何かが出ている.....地球から電子をもらおう！
- ◎ 地球は自由電子の宝庫/人間をアースする方法
- ◎ アーシングで熟睡できる/アーシングは心臓病に対するツールになる！
- ◎ すべて病気のもととは炎症/炎症のメカニズム=現代人は電子欠乏状態
- ◎ アーシングの抗炎症作用/寝たきりの老人がなぜ？
- ◎ 電磁場対策はアーシングにかぎる/体内の電氣的な安定状態を回復させよう！
- ◎ アーシングでストレス解消/電磁場過敏症からの回復

- ◎ アーシングは神経系にも影響を与える/免疫反応を正常化/傷をはやく治す
- ◎ 心血管・呼吸系・神経系の機能アップ！/アーシングはすればするほどいい
- ◎ メタボリックシンドロームのリスクが減る？/健康に長生きしよう！
- ◎ 体内時計をリセットしよう！/時差ボケにも効果バツグン！
- ◎ アーシングと薬 /アーシングとデトックス/アーシングは遺伝子にも影響する
- ◎ こんなに簡単に地球とつながれる！ さあ 裸足になろう
- ◎ アーシングシートで寝るだけで痛みが消えた/やけどが治る！？
- ◎ 魔法の鎮痛パッチの正体は？/こんな症状が改善される！
- ◎ 夜中にトイレに行く回数が減る /睡眠時無呼吸症候群にも効いた！
- ◎ アーシングが心臓病に効く/地球は血液をサラサラにする
- ◎ 心房細動がやわらいだ！ アーシングで心臓が元気になる！
- ◎ アーシングは自律神経をなだめてくれる！/糖尿病にも希望の光が……
- ◎ アーシングは高血圧にも効く！/アーシングは不整脈にも効く！
- ◎ アーシングで顎関節症・歯ぎしり・歯周病改善 不治の病もよくなる！？
- ◎ アレルギー症状にも効く！？ /関節リウマチの痛みが消えた！
- ◎ 自閉症などの発達障害にも効果あり？/腰痛が治った！ /ベーチェット症候群のケース
- ◎ ループス（全身性エリテマトーデス/自己免疫疾患）のケース
- ◎ ライム病には徐々にアーシングを/男性の健康維持にも効果あり！
- ◎ 女性をきれいに健康にするアーシング/アンチエイジングとアーシング
- ◎ ストレスホルモンの正常化/月経と更年期が楽になる/妊娠性蕁麻疹が消えた！
- ◎ 妊娠に対する衝撃的な影響とは？/アーシングと受精は関係あるのか？
- ◎ 大事なペットもアーシングで健康になる/ペット用アーシングマット
- ◎ 野生動物はなぜ自然に治るのか？ 動物は土に触れる必要がある
- ◎ 痛みが軽くなる/筋破壊を抑制！ /アーシングをツール・ド・フランス競技に導入

（追伸②）アーシング関連サイト

- フェイスブック <https://www.facebook.com/earthingjapan?ref=hl>
- アーシングジャパン（商品販売） <http://earthing.jp/password>
- エハン塾の講義（約1時間半） <http://ameblo.jp/akima91/entry-11940523182.html>
- エコロガ <http://www.emf110.com/>
- アーシング研究所 <http://www.earthinginstitute.net/>
- アーシングショップ（アメリカ） <https://www.earthing.com/>

（追伸③）その他の電気を排出する方法

私達の体は、電気を通す導電性があり、電磁波の多い所ではアンテナとして働き、身体に電気を溜めてしまうのです。そんな時は重曹と塩を2カップ（400cc）ずつ、バスタブに入れて入浴するとよい。塩や重曹を入れると水が電解液になり、身体にたまった電気が水中に流れ出します。帯電していた電気が出ていくと、「身体が軽くなった」、「筋肉の緊張が解けた」、「目のかすみが取れた」など、症状が改善するケースが報告されています。

* 重曹を入れると、皮膚から水分が発散しやすくなる。夏にはぴったりですが、冬は湯上りに寒く感じられる。冬場は塩を増やし、重曹の分量を減らして入るといいかもしれません（風呂釜で沸かすお風呂の場合、釜を傷つける可能性あり）

- * 熱いお湯に重曹を入れると肌が乾燥しやすくなるので、湯温は少し低めの 39-40 度程度にする。
- * 重曹と塩を使った入浴法は、足湯等でも効果がある。被曝量が多い時は、何度かお湯を変えた方がいい。

(追伸④) その他参考書籍

●体内静電気を抜けば病気は怖くない (堀泰典著) 2009 年

この本から、アーシングに関わる情報をいくつかピックアップ。

- ・ ストレスがかかり続けると、血管内は非常に大きい摩擦に晒され続けますから、リラックスしている時とは比べものにならないほどの静電気が発生する。
- ・ 脂肪やグリセリンというのは電気を通しません。こういう物質を絶縁体といいます。だから、体内で発生した静電気は、脂肪やグリセリンに溜めこまれていくのです。お腹周りの脂肪、特に内臓に溜まった脂肪はとても危険なのです (脳は 60%が脂肪で出来ているので、同じく問題)。
- ・ 特に、脳は最も血流の多い場所であり、心臓の近くは、血液が押し出される場所ですから、血液の流れも速いはずで、静電気が最も多く起こり易い所です。そこで、むくみ現象が起こって、血管が細くなったり詰まったりすると、脳梗塞、狭心症、心筋梗塞が起こってもおかしくありません。
- ・ 細胞膜は脂肪とグリセリンでできており、食べ物により静電気が細胞膜上にプラスに帯電したり、マイナスに帯電します。
- ・ 血管壁に溜まった体内静電気はカルシウムを引き寄せて動脈硬化の原因となり、さらにはシアル酸の作用を妨害して、それが認知症などの原因になるという二重の悪影響を与えているのです。
- ・ ミネラルを取ることは、体内静電気をとるのにも、とても重要です。ミネラルがなぜ重要かという点、体内に入って見ずに溶けてイオンになり、静電気を中和するからです。
- ・ 静電気が溜まることで、細胞にどんな影響を及ぼしているかを見ていくと、ふぐやサソリの毒の作用と酷似しています。ふぐやサソリの毒のように急性毒性があるわけではありませんが、じわじわと細胞を弱らせていくという点では、慢性的な毒性があるという考え方もできます。
- ・ 布団の上というのは体が絶縁された状態ですから、体内静電気は抜けようがない。
- ・ アースが有効かどうかは、帯電しているものが導体か絶縁体かで全く違います。導体に対しては有効なアースも、絶縁体には即効力がないということを入れて、静電気対策を行う必要があります。つまり、表面の静電気は簡単に抜けるが、体内静電気は簡単には抜けないということです。ですから、波打ち際を歩いたからといって、翌日には体調が良くなるということはありません。継続してやる必要があります。体内静電気は、徐々にしか抜けていきません。
- ・ 静電気が多くなると、このカルシウムイオンが筋小胞体に戻れなくなり、筋肉が縮んだままになる。

(追伸⑤)

記述するまでもないことですが、現代生活では日常的に過剰な電気が人体に溜まります (顕著な例は冬季、ドアノブなどを触った時にバチッと来る、あの静電気)。

ということは、人体は電気で動いているのですから、何らかの悪影響を受けるのは当然の帰結です。

ですので、そういう対策商品を 8 年ほど前、私自身も自力商品化しようと考えたこともありますし、この仕事を始めた時も施術ベッドのアースを取りたいなと考えていました。

話は飛びますが、衣類も綿 100%を選んで購入しています (綿花が高騰している影響もありますけど、ポリエステル比率を徐々に高め、見せかけ同等価格で販売されています。特にこの 3, 4 年顕著な変化を示していますが、綿 100%衣類が結構減ってきています)。どうしても天然素材 100%がない時は、60~70%に妥協することもあります (静電気の発生しやすいポリエステル 10%は論外として)。