楽しく学ぶ生命科学

長寿世界ベスト３（２０２３年現在）

１位はフランス女性１２２歳１１６日・２位は日本女性１１９歳１０７日・３位はアメリカ女性の１１９歳９７日。・・・以下１１８歳～１１５歳が続きます。世界の長寿記録に名を残すには１１５歳への到達が必要です。

人はどの様に年を取り老いて行くのか？　なぜ若さ・健康・寿命に個人差が生れるのか？これらの仕組みについて【元素原子と生物生命の関係についての研究】よりかいつまんでご紹介致します。是非１２２歳を超え１５０歳を目指して下さい。

健康維持方法に思わず嘆息・史上最高齢１２２歳まで生きたフランス人女性の奔放で前向きな人生
インターネット・・・ジャンヌカルマンで検索可

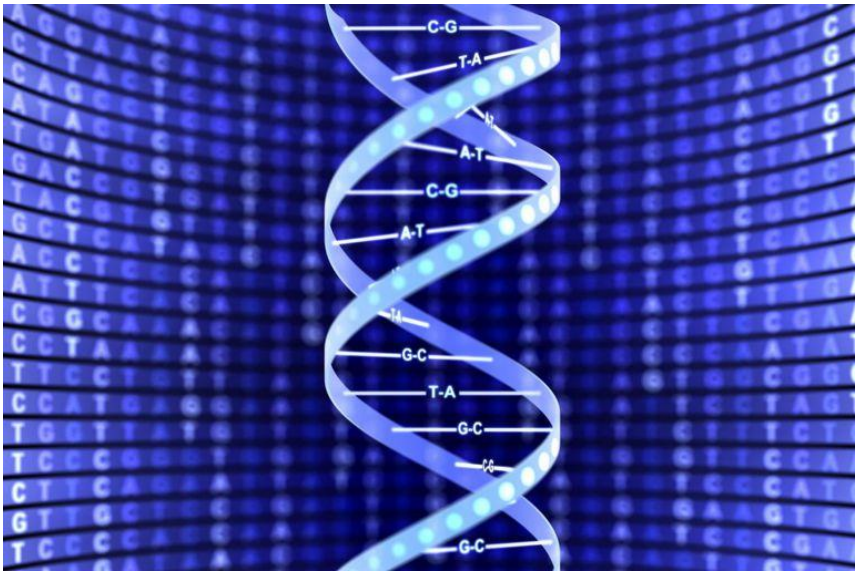
次の御質問の科学的理由は？

■子孫を残すには動植物を問わずなぜ受精や受粉が必要なのか・・・
その理由は？
答え＝例えば人間の細胞が持つ染色体数は２対×２３本の計４６本です。

・・・・・・・・・№23

これらは排卵や射精前では組織圧に抑えられて細胞内では対で存在しますが、排卵や射精後には組織圧が解かれるためそれぞが単体（２３本）に分離します。通常染色体は単体では重量不足のため分裂する事が出来ないためこれを２対４６本に戻すのが受精です。更に細胞は２対×２個の重さに達しないと重量不足で分裂ができない仕組みになっています。

■遺伝子（ＤＮＡ）はなぜ二重らせんの鎖なのか・・・その理由は？
同様にお考え下さい。



■遺伝子（ＤＮＡ）の複製にはＲＮＡの助けが必要です・・・その役割は？
同様にお考え下さい。

これらは生命科学の基本ですので是非考えてみてはいかがでしょうか。

目　次

はじめに・・・知っておきたい生命の基礎・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ４
健康維持の三大条件・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ４
リンパ管の役割・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ４
熟成について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ４
高機能ミネラル水【WMW：ワイズミネラルウォーター】の紹介】・・・・・・Ｐ５
知っておきたいワイズミネラル水の飲用効果・・・・・・・・・・・・・・Ｐ６～Ｐ８
ワイズミネラル水と世界の三大漁場・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ９
ワカメを使用した海での生育実験・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ10
WMW・老化減速の働き・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ11
基本編・・・地球に生きる・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ12
原核細胞と真核細胞・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ12
人の若さ・健康・寿命は次の３条件の満足度で決まる・・・・・・・・・・・・Ｐ12
若さ・健康・長寿３条件の解説・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ13
　1　活動に見合ったミネラル（主に金属元素）の摂取・・・・・・・・・・・Ｐ13
　2　胸式呼吸と腹式呼吸について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ14
　3　第二の心臓と言われる「ふくらはぎ＋足」の健康維持・・・・・・・・・Ｐ15
誕生～成長～老化～寿命の繰り返しは万物の宿命・・・・・・・・・・・・・・Ｐ16
地球の公転・四季と微小ウイルスの関係について・・・・・・・・・・・・・・Ｐ17
地球温暖化の考察・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ18
世界の天然昆布生息地・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ19
水素について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ20
有機栽培の有益性について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ21
応用編・・・ガンとコロナについて・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ22
遺伝子（ＤＮＡ）について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ22
ガン発症のしくみ・・・ガンば簡単に消し去る事が出来る・・・・・・・・・・Ｐ22
原核細胞とコロナ菌について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ23
朝～昼～晩の食事間隔は６時間を超え無い事・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ24

はじめに・・・知っておきたい生命の基礎

健康維持の三大条件

1　血を造る

2　造った血を届ける⇔動脈毛細血管

3　余った血と不要物（新旧入れ替わった細胞の残骸）の回収⇔静脈毛細血管＋リンパ管

この維持力の高い人ほど健康長寿と成ります。

リンパ管の役割と血液の関係

①白血球は使い古した血液や細胞の残骸物（ゴミ）の集りです。

②リンパ液の主成分は白血球です。

③ゴミを取り込むリンパ管は毛細血管より太い。

④取り込まれたゴミはリンパ節の出入りを繰返す事で磨滅微小化が進む。

⑤小さくなって静脈に取り込まれたリンパ液は呼吸や尿を介して体外に排出されます。

⑥従って健康は赤血球数ＲＢＣと白血球数ＷＢＣを知る事で容易に判断ができます。

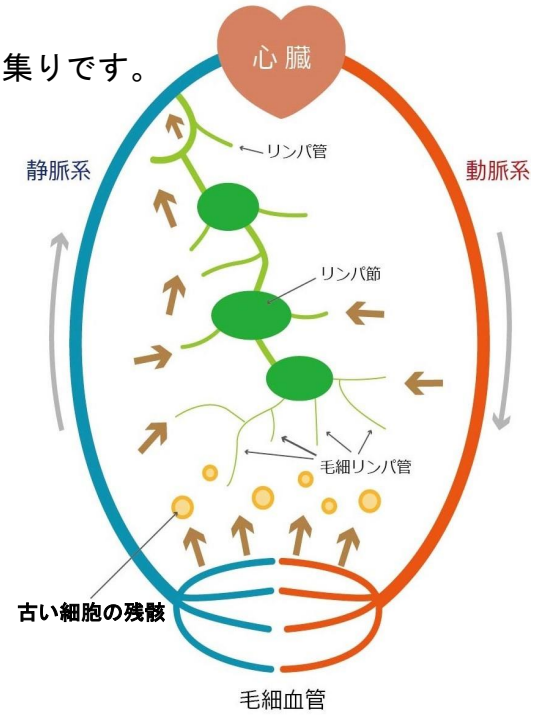
◇健　康＝ＲＢＣとＷＢＣのバランスが良好

◆不健康＝ＲＢＣとＷＢＣのバランスが不良

不良１＝ＲＢＣが低くＷＢＣが高い

不良２＝ＲＢＣが高くＷＢＣが低い

不良３＝ＲＢＣもＷＢＣも共に低い



熟成について

①熟成とは陽子・電子・中性子を形成している素粒子の数を時間をかけて減らし次第に小さくして行く事です。

②これらの分散・縮小化の進行に合わせて物質の色の変化や味覚・吸収力・消化力などの働きも変化して行きます。ワインやウイスキーの熟成も原理は同じです。

③惑星にも生物にも万物に老化～寿命の流れが有るのはこの為です。

高機能ミネラル水【WMW：ワイズミネラルウォーター】の紹介

当ミネラル水はナチュナルミネラルウォーターを主に鉄・アルミニウム・ナトリウム・マグネシウム・リン・カリウム・カルシウム・チタン・珪素・マンガンなど１５年以上熟成した２０数種類の調整用元素を加えて作っています。なぜなら熟成不足のミネラルは全身の毛細血管に詰まって血液の流れを妨げ脳や全身の老化を速める危険が有るからです。
本水は十分な熟成によってこうした危険を除くと共に体熱が加わる事で水素の核破壊作用が高まり❶健康な細胞であれば分裂力の強化を図って老化を遅らせ健康寿命を延ばし❷逆にガンやコロナ菌などの不要な細胞で有れば迅速正確に消し去るよう機能の調整を図っています。この様に細胞の強弱に合せて分裂や消去の分別機能を有する高機能ミネラル水をワイズ（賢明な）ミネラルウォーターと称しています。皮膚や腸壁の透過率を高めて細胞への到達率を向上させているため健康の維持改善に優れた効果を発揮します。

商品は【１回１ｍｌ×１日２回×４ヶ月（血液が入替る１２０日分）＝２５０ｍｌ】でお届け致します。日々飲用する事で赤血球の生産力を高めて（１μｌ当り約５０万個）老化を遅らせ健康寿命を延ばします。血液は骨髄で造られます。従って血液の増量変化を見る事で細胞や体調の改善効果が簡単正確に読み取れます。

特許は申請しておりません。そもそも元素やナチュナルミネラルウォーターは地球の所有物であるため特許対象物には成らないからです。但し使用している原料は全て使用許可を得ています。なお理論詳細等は企業秘密のため公開は致しませんのでご了承下さい。

▣当ミネラル水の飲用方法と連絡先電話番号

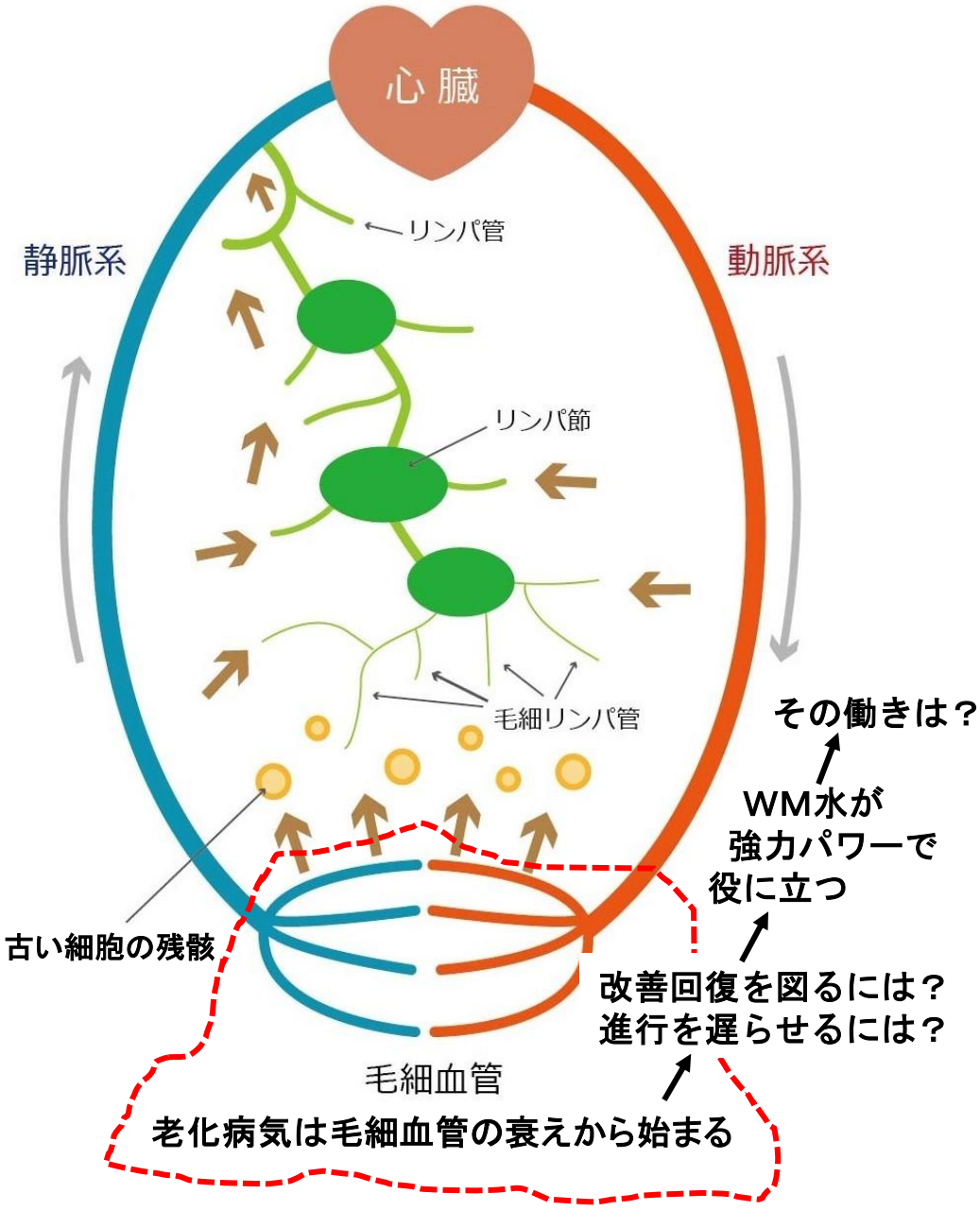
①コップに水５０ｍｌ～１００ｍｌを入れます。
②当ミネラル水ワンプッシュ（１ｍｌ）を入れます。
③これを１日２回・朝夕の食前（又は食後）に飲みます。
④ガンの大小に関係無く１ヶ月～２ヶ月で綺麗に消え去ります。
⑤飲用４ヶ月後の赤血球数が４８０万あれば再発は有りません。
⑥これ以下の時は２年～３年後に再発の危険が有ります。
⑦継続飲用で再発は完全阻止が可能と成ります。
⑧妊娠中のガンには必需品。母子ともに健康アップが図れます。
⑨生活スタイルを変える必要は有りません。現状を維持します。
⑩飲用には赤血球数３５０万個以上ある事が望まれます。

ろご注文・ご質問は【０８０−９９７０−０８０８】担当：樋口までお願いします。
なおご愛用には白血球（ＷＢＣ）と赤血球（ＲＢＣ）の診断書をご用意頂くと基本的な健康状態の予測が出来るのでとても助かります。よろしくお願い致します。

知っておきたいワイズミネラル水の飲用効果

◎４ヶ月飲用の役割と効果の推移。

◎老化を遅らせ健康長寿を目指すには？



◎ワイズミネラル水４ヶ月飲用の基本的効果です。この方は胃ガンのため胃の３分の２を切除しています。赤血球数に対し白血球数が過少なのは下半身静脈毛細血管の衰えを現わしています。こうした場合は適度な足運動をする事でより良い改善効果が得られます。

≪検査詳細情報≫

患者ID：8003797076　ヤマシタ　氏名：山下
生年月日：1954/09/17　年齢：68歳10ヶ月　性別：男性　依頼科：消外
依頼医：野村　栄治　採取日時：2023/08/16 09:05:31　オーダ番号：54028369　オーダ日：2023/07/10

◎飲用前：2023年8月16日・白血球数3200・赤血球数358万

No	検査項目	結果		下限値	上限値	コメント	コメント2	単位名称
1	血算							
2	白血球数	3.2	L	4.0	8.0			10**3/ul
3	赤血球数	3.58	L	4.10	6.30			10**6/ul
4	ヘモグロビン	12.2	L	13.5	17.5			g/dl
5	ヘマトクリット	36.6	L	40.0	48.0			%
6	MCV	102.8	H	84.0	99.0			fl
7	MCH	34.1	H	27.0	32.0			pg

≪検査詳細情報≫

患者ID：8003797076　ヤマシタ　氏名：山下
生年月日：1954/09/17　年齢：68歳11ヶ月　性別：男性　依頼科：消外
依頼医：野村　栄治　採取日時：2023/09/06 09:46:23　オーダ番号：54367572　オーダ日：2023/08/16

◎飲用10日後：2023年9月 6日・白血球数3900・赤血球数382万（＋24万）

No	検査項目	結果		下限値	上限値	コメント	コメント2	単位名称
1	血算							
2	白血球数	3.9	L	4.0	8.0			10**3/ul
3	赤血球数	3.82	L	4.10	6.30			10**6/ul
4	ヘモグロビン	12.6	L	13.5	17.5			g/dl
5	ヘマトクリット	38.1	L	40.0	48.0			%
6	MCV	99.7	H	84.0	99.0			fl
7	MCH	33.0	H	27.0	32.0			pg
8	MCHC							g/dl

≪検査詳細情報≫

患者ID：8003797076　ヤマシタ　氏名：山下
生年月日：1954/09/17　年齢：69歳1ヶ月　性別：男性　依頼科：消外
依頼医：野村　栄治　採取日時：2023/10/18 09:46:44　オーダ番号：54560903　オーダ日：2023/09/06

◎（飲用1ヶ月半後：2023年10月18日・白血球数3800・赤血球数425万（＋77万）

No	検査項目	結果		下限値	上限値	コメント	コメント2	単位名称
1	血算							
2	白血球数	3.8	L	4.0	8.0			10**3/ul
3	赤血球数	4.35		4.10	6.30			10**6/ul
4	ヘモグロビン	13.4	L	13.5	17.5			g/dl
5	ヘマトクリット	40.9		40.0	48.0			%
6	MCV	94.0		84.0	99.0	再検済		fl
7	MCH	30.8		27.0	32.0			pg
8	MCHC							g/dl

患者ID：8003797076　ヤマシタ　氏名：山下
生年月日：1954/09/17　年齢：69歳2ヶ月　性別：男性　依頼科：消外
依頼医：野村　栄治　採取日時：2023/11/29 09:56:17　オーダ番号：54952399　オーダ日：2023/10/18

◎飲用3ヶ月半後：2023年11月29日・白血球数4400・赤血球数478万（＋120万）

No	検査項目	結果	下限値	上限値	コメント	コメント2	単位名称
1	血算						
2	白血球数	4.4	4.0	8.0			10**3/ul
3	赤血球数	4.78	4.10	6.30			10**6/ul
4	ヘモグロビン	14.2	13.5	17.5			g/dl
5	ヘマトクリット	44.0	40.0	48.0			%
6	MCV	92.1	84.0	99.0			fl
7	MCH	29.7	27.0	32.0			pg
8	MCHC	32.3	32.0	36.0			g/dl
9	血小板数	24.6	14.0	40.0			10**4/ul

◎ワイズミネラル水４ヶ月飲用の基本的効果です。

いわき市立総合磐城共立病院　循環器内科
担当医　　高木　祐介

患者：　中野 [　　] 様
診断：　＃1 陳旧性心筋梗塞　＃2 冠動脈三枝病変　ほか

□心臓は、体中に血液を送るポンプの役割をしています．
そのために、3本の血管（冠動脈・かんどうみゃく）で栄養されています．

全４ヶ所に
ステントを
投入・・・

心臓は、全身に血液を絶え間なく送り続けているポンプです。
そのため、常に栄養補給を必要とします．
心臓の筋肉（心筋）を栄養する血管を**冠動脈（かんどうみゃく）**と呼びます．

8/27

冠動脈は**左冠動脈**と**右冠動脈**の2本の血管からなり、
さらに左冠動脈は**左前下行枝**と**回旋枝**に分かれます。
冠動脈は通常、3本の血管からなっています．

◎手術当日 →

13/08/27　15:54
ID 20832　0001
SAMPLE TYPE : Normal

○WBC	95H	10^2/uL
●RBC	424	10^4/uL
HGB	13.3	g/dL
HCT	40.9	%

分	α_2	
画	β	β
	γ	γ
総ビリルビン	T-Bill	
直接ビリルビン	D-Bill	
T T T	TTT	
Z T T	ZTT	
AST（GOT）	GOT	113

トロップT
陽性

◎１ヶ月後 →

血液 / 尿

350-68　95182・00　山内クリニック　様
受付日／受付No.　'13/ 9/24 035-1483
氏名　ナカノ [　　]
カルテNo.　20832　男性　64歳
採取日　'13 年 9 月 24 日 時 分
診療科　外来　先生
備考　病棟

項目名	結果	単位	基準値
○ 白血球数	WBC 6170	/μL	3500～9700
● 赤血球数	RBC 439	x10⁴/μL	M 438～577 F 376～516
血色素量	Hb 13.2↓	g/dL	M 13.6～18.3 F 11.2～15.2
ヘマトクリット	Ht 39.7↓	%	M 40.4～51.9 F 34.3～45.2

生化学

B M L
350-68　95182・00　山内クリニック
受付日／受付No.　'13/ 9/24 035-1483
氏名　ナカノ [　　]
カルテNo.　20832　男性
採取日　'13 年 9 月 24 日 時 分
診療科　外来
備考

項目名	結果
総蛋白（TP）	TP 6.5
A / G 比	A/G
アルブミン（Alb）	Alb
A/G比	A/G

◎４ヶ月後 →

血液 / 尿

350-68　95182・00　山内クリニック　様
受付日／受付No.　'13/12/ 3 035-1449
氏名　ナカノ [　　]
カルテNo.　20832　男性　65歳
採取日　'13 年 12 月 3 日 時 分
診療科　外来　先生
備考　病棟

項目名	結果	単位	基準値
○ 白血球数	WBC 7260	/μL	3500～9700
● 赤血球数	RBC 484	x10⁴/μL	M 438～577 F 376～516
血色素量	Hb 14.5	g/dL	M 13.6～18.3 F 11.2～15.2
			M 40.4～51.9

生化学　報

B M L
350-68　95182・00　山内クリニック
受付日／受付No.　'13/12/ 3 035-1449
氏名　ナカノ [　　]　患
カルテNo.　20832　男性　65
採取日　'13 年 12 月 3 日 時 分
診療科　外来
備考

項目名	結果	単位
総蛋白（TP）	TP 7.2	g/d
A / G 比	A/G	
アルブミン（Alb）	Alb	g/d
A/G比	A/G	

ワイズミネラル水と世界の三大漁場

世界の三大漁場➡北東大西洋海域～ノルウェー沖➡北西大西洋海域～カナダ東海岸グランドバンク沖➡北西太平洋海域～日本三陸金華山沖・・・その訳は？

①北大西洋・北極海には深い海溝が無い。

②北東太平洋先端には８０００ｍを超える千島海溝～日本海溝がつながる。

③この段落差によって大西洋の豊かな栄養を持った海水が北東太平洋に大量に流れ込む。

④このためカムチャッカ～北海道～東北に至る北東太平洋海溝に沿いに海洋生物において地球で最も優れた生育環境（水温＋栄養）がもたらされる。このため最も美味で栄養価の優れた海産物の収穫が可能となります。

⑤また地球の七海はこの出入口を通過した流れを介してつながっています。

２つ流れが作り出す
世界最強のミネラルウォーターから
ワイズミネラルウォーターが生まれます。
世界の長生き巨樹木の根回りにもミネラル＋水素の
優れた生育環境が備わっています。

ワカメを使用した海での生育実験

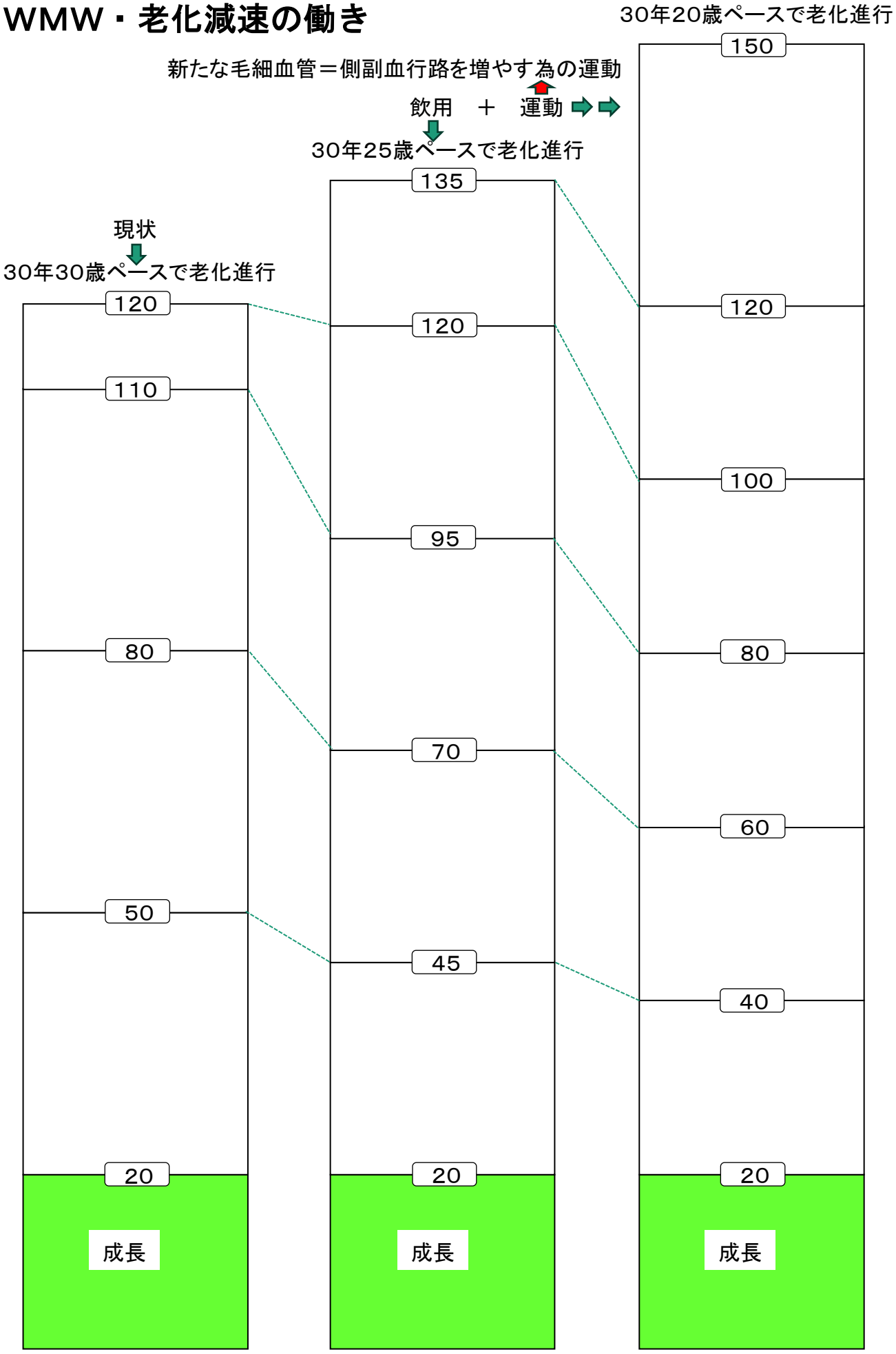
◇巨大に成長したワカメ◇

陸でも海でも生育理屈は変わらない。

必要なのはそれぞれに適した生育環境の提供です。

人間も同様に健康条件を満たし続けなければ長生きは出来ない。

WMW・老化減速の働き


30年20歳ペースで老化進行
新たな毛細血管＝側副血行路を増やす為の運動
飲用　＋　運動
30年25歳ペースで老化進行
現状
30年30歳ペースで老化進行
150
120
100
80
60
40
20
135
120
95
70
45
20
120
110
80
50
20
成長
成長
成長

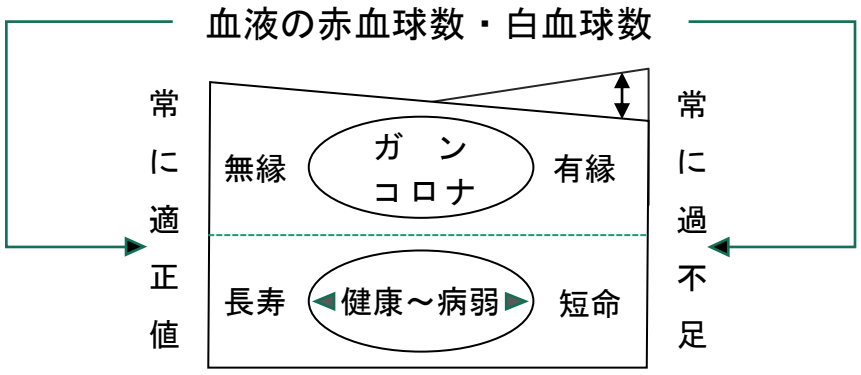
基本編・・・・・地球に生きる

原核細胞と真核細胞

生物の細胞には❶一本の染色体から成る原核細胞と❷複数本の染色体から成る真核細胞とが有り、人間は真核細胞ですがコロナ菌などの微小ウイルスは原核細胞となります。口も根も持たない原核生物は棘を持ち蚊の様に餌に刺しては毒を吐き血を吸いこれを糧に繁殖を繰り返します。こうした微小菌はミネラル＋水素に対する抵抗力が格段に弱いため血中にこれら養分の不足者を狙って襲います。更にコロナワクチンは微小菌にとっては進化増殖を助ける有益な働きをしますが人間にとっては健康を害し寿命を縮めて行く有害な働きをします。・・・コロナの詳細は応用編をご覧下さい。

人の若さ・健康・寿命は次の３条件の満足度で決まる

1　活動に見合ったミネラル（主に血を作る金属元素）の摂取。



地球には１００種類を超える元素原子が有り、人の体もこれら数十種類から維持されています。その中でも若さ・健康・寿命に深く関与するのがミネラル＋水素の摂取量です。これらを支える六大食品に肉・魚・野菜・果物・生卵・牛乳が有ります。しかし人類は体が抱えるミネラル＋水素の測定手段を持っていません。そこでこれらが主力成分と成る赤血球数と白血球数を知る事で摂取量の満足度と体の健康度が予測できます。

2　腹式呼吸をする:呼吸には胸式と腹式とが有る。

3　第二の心臓と言われる「ふくらはぎ＋足」の健康維持。

長生きにつながる健康習慣は是非続けたいですね。

若さ・健康・寿命３条件の解説

1　活動に見合ったミネラル（主に金属元素）の摂取

生物は種を問わずに水素の核破壊を活用して生命維持を図りますが、いずれの細胞にも核破壊に対する許容限界値が有ります。限界値は細胞が大きく抱える遺伝子数が多いほど高く成るので人も動物もこの違いの活用で新旧細胞を入替えます。

①まず活動力が低下した細胞は構成原子の粒子数が減ります。この隙間から水素が核内に押入り核を破壊します。この破壊エネルギーによって細胞が消え去り、その後にすぐ上の細胞が子細胞を作って分列し新旧を入替えます。健康な人はこの働きでガンや侵入してきたコロナ菌などの不要細胞を抹消します。

②限界値は赤血球数（血をつくる鉄などのミネラル類と水素・炭素・窒素・酸素などの混合物。白血球は血液循環でミネラル類が磨り減った赤血球が核破壊によって小元素類に分散した血の残骸物から成る塊。白血球が多く赤血球が少ないはミネラルの摂取不足。白血球・赤血球が共に少ないは老人体）を知る事で予測できます。

③成人の場合は血液１μｌ（マイクロリットル）当り
赤血球４８０万個～６００万個・・・（女性は２０万～３０万ほど低い）
白血球４８００個～６５００個＋５００個の範囲を保ち適正血圧を維持していれば概ね健康は保てます。

④これを逸脱すると様々な健康不満が近寄って来ます。

⑤ガンは赤血球４７０万以下が続くと年齢を問わず発症し易く成ります。

⑥コロナは正確な情報が無いため予防限界値の正確判断は出来ませんが原核細胞で有る事からガンよりも低い４５０万以下に成ると感染リスクが高まると予測されます。簡単に言えば血中のミネラル＋水素の過剰不足によって赤血球数が減り低血圧状態に陥いると菌の殺傷力が低下するため感染率がアップすると言う事です。スポーツなど激しい活動後は概ねこの状態に陥ります。感染しても赤血球数が戻れば菌は抹消されるため大事には至りませんがそれなりに体力は低下します。１００％の復活は有り得ません。

⑦血液は骨髄で造られます。お肉や筋肉を増やしても骨は太くは成りません。逆に血液の消費量を増やし老化を速めてしまいます。統計によると日本成人男性の３０％強・女性の６０％強が赤血球数不足状態に有るそうです。子供は大人より更に多くの血液を必要とします。この事を忘れないで下さい。

2　胸式呼吸と腹式呼吸について

◎胸式呼吸◇◇◇

①お腹を凹ませて胸を押し上げながら息を吸い、吸い終えたら力を緩めて息を吐く。この繰返しが胸式呼吸です。

②パワフルな反面❶吸っても吐いてもお腹を凹ませ腹部血管を抑圧するため横隔膜以下組織の血液循環量が低下❷特に静脈は血管内に沢山の弁を持つため不要物蓄積による狭窄の進みも速く長い間には外見健康・内側ボロボロの特徴的健康状態が訪れる。

◎腹式呼吸◇◇◇

①声をア～～と出し続けるとヘソが大きく凹みます。この要領で背筋を伸ばしヘソを軽く凹ませながらゆっくり息を吐き、吐き終えたらヘソ凹みを軽く押し上げながらゆっくり息を吸います。この様にヘソの凹凸を繰返して息をするのが腹式呼吸です。

②ヘソは押し上げる事で周囲の血を膨らみに呼び込み、凹ます事でこれを送り出します。この繰返しで全身の血液循環量が増えて老化が遅れ、健康寿命が延びて行きます。

3　第二の心臓と言われる「ふくらはぎ＋足」の健康維持について

老いは足からと言われています。血液は静脈～右心臓～肺～左心臓～動脈の循環を繰り返し細胞が吸収可能な微小栄養物や原子レベルに分解されます。分解未達成で血液に残る栄養物の個別名を人間は蛋白質・糖質・脂質・免疫・抗体などと呼んでいます。これらが血液に残り過ぎると❶軽いは最上部の脳内から❷重いは最下部の足指から順次に溜まって行きます。なぜなら静脈は沢山の弁を持つため溜り易い特徴を持つからです。この溜まり過ぎから起こるのが「頭痛」や足・ふくらはぎの「むくみや痛み」です。

①足・ふくらはぎに血液を含む組織液が溜まり過ぎると、その重さに押されて静脈の血液回収量が低下します。すると心臓は未回収の分だけ負担が軽く成るため血液をより高い圧力で送り出します。

②この影響を受け易いのが心臓の上に有って血液を高圧押上げから受け取る頭や脳（他は高圧押下げから受け取る）です。血液に加え活性酸素や希ガスの不要物が血管や組織内に溜まって膨らむ事で頭痛や発熱が起こります。この繰返しから脳神経が傷つき数が増える事で物忘れ～認知症へと進み、最悪時には血管破裂の危険も待ち受けます。これらを　防ぐには足・ふくらはぎの血液循環を高め過剰蓄積を防ぐ事です。

③その方法の一例をご紹介します。

❶椅子に腰を掛け、ふくらはぎ全体をゆっくり優しく揉みほぐします。

❷次に足指一本一本を優しくしっかりと揉みほぐします。

❸次に両膝を軽く伸ばしてかかとを着け両足指の曲げては伸ばすを繰返します。

❹次に両膝を曲げて手を乗せ軽く駈足を繰返します。

❺次に両膝を曲げて手を乗せ、かかとを着けたまゝ両足先の上げ下げを繰返します。

❻次に両膝を曲げて手を乗せ、足先を着けたまゝかかとの上げ下げを繰返します。

❼最後は両膝を曲げて手を乗せ膝の開く・戻すを繰返します。

④回数に決まりは無いので体力に合わせて繰返します。これに毛細血管を柔らげる長生き運動を加えると更に寿命が延びます。

誕生～成長～老化～寿命の繰り返しは万物の宿命

惑星も人間も全ての万物には誕生～成長～老化～寿命の流れを繰り返します。なぜなら万物を作り出す元素原子にも寿命が有るからです。

①万物は元素原子の集まりから成ります。

②全ての元素原子は陽子・中性子・電子の集まりから成ります。

③陽子・中性子・電子は更に素粒子の集まりから成ります。

④素粒子は低温高圧では安定して存在しますが熱が作用する事で次第に磨滅分散して行きます。このため陽子・電子・中性子には大きさの違いが生まれいずれは消え去ります。

⑤こうした熱を生み出し素粒子の磨滅分散を引き起こしているのが水素が他の原子核内に侵入し核をぶち壊す『核破壊』と呼ぶ活動です。このため万物には必ず経年劣化の定めが有りいずれは全てが消え去り消滅します。

⑥簡単に言えば空気です。空気は重いほど下へ軽いほど上へ、更に軽く成り過ぎると宇宙へと拡散して行きます。原子や素粒子が宇宙から消え去る訳では無いのでいずれは何処かでこれらが集まり新たな惑星が誕生します。

⑦人の場合はこうした流れに沿って１７歳～１８歳をピークに成長が止まり以後は順次に日々休む事なく老化が進んで行きます。中でも経年劣化が比較的に早いのが細動静脈から枝分れの毛細血管出入口です。

⑧血液は心臓～動脈～細動脈～動脈毛細血管出口を経て組織液に届きます。使い残した血液や組織液は静脈毛細血管入口～細静脈～静脈～心臓へと戻ります。

⑨当然ながら微細径の毛細血管はそれだけ摩耗が速く耐圧力も落ちて行くため、やがては圧力に押しつぶされ狭窄壊死して行きます。

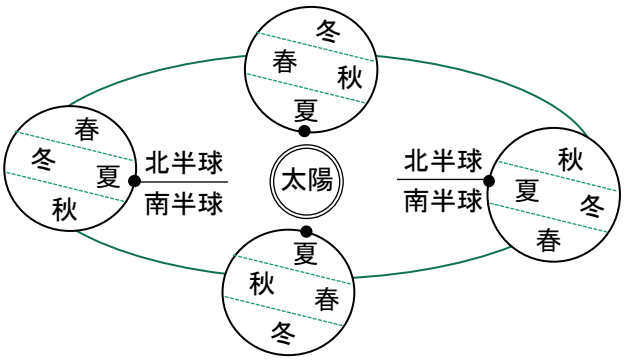
⑩通常こうした閉塞壊死した血管は閉塞上部から新たな毛細血管（側副血行路）が延びてカバーしますがその力の衰え併せ閉塞数が次第に増えて行きます。その数に応じて血液の流れが悪く成り血液の生産力の低下に併せ老いて行きます。

⑪一般的に毛細血管総数は女性より体形や活動力が勝る男性の方がやや多くそれだけ生涯抱える壊死閉塞の進行も数もより速く多く成ります。これが男女の平均寿命の違いとなって現われます。

⑫これらの進行を止める事は出来ませんが遅らせる事は出来ます。この対抗手段の上手・下手が人それぞれの若さ・健康・寿命に深く関わって来ます。

地球の公転・四季と微小ウイルスの関係について

1　地球は約２３度の傾斜角度を持った自転を繰り返しながら楕円形の公転をするために何れの国でも３ヶ月周期で春夏秋冬の気候変化が訪れます。更に夏・冬の表裏の間には夏の熱い空気が蒸発するとその後に冬の冷たい空気が流れ込む事で強い上昇下降の周回気流と多方向の風が生まれます。



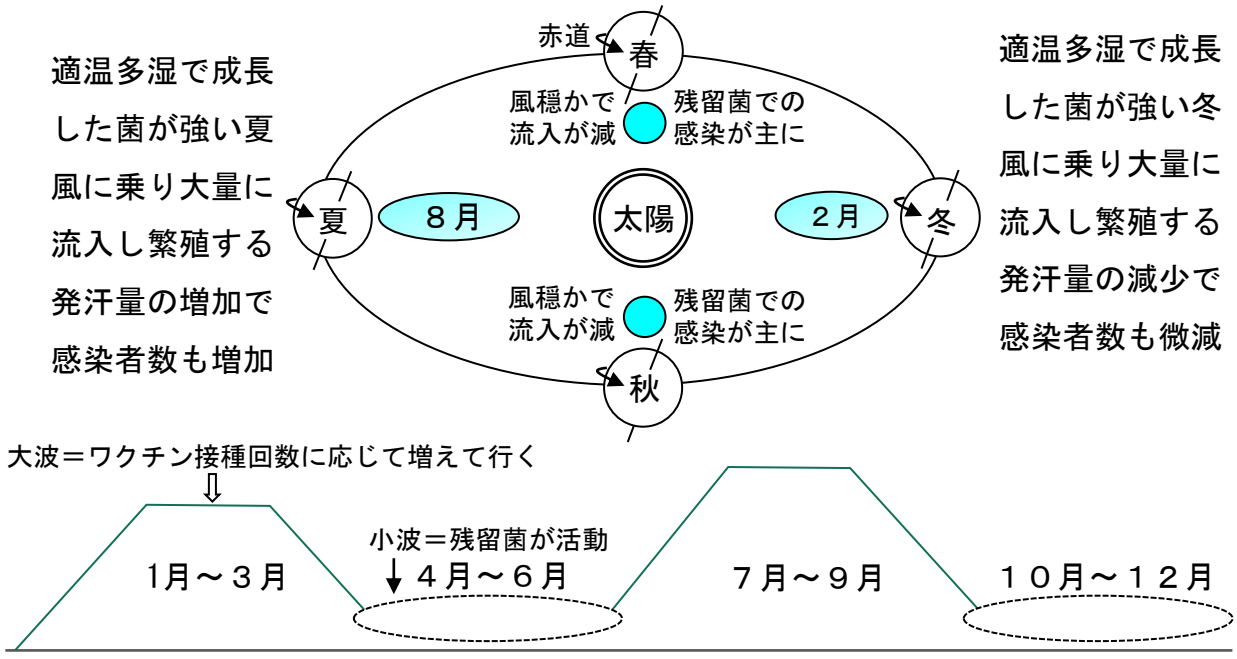
2　また生物の細胞には染色体が一本の原核細胞と複数本の真核細胞とが有りコロナ菌などの微小ウイルスはキノコ菌と同じ原核細胞で夏冬の大きな温度差から引き起こる周回気流に導かれ潤い豊かな適温多湿地帯を駆け巡りビルなどの風の吹き溜まりに集まり大小の集団を形成して餌を襲い誕生～成長～繁殖～死の一生を終えます。寿命は約２ヶ月、活動期間は早生まれ～遅生まれを合わせ概ね３ヶ月で次の様に推移します。

①菌は呼吸によって肺に侵入しますが天敵と成る赤血球数（正確には血液中のミネラル＋水素の量）が十分に満たされていると血管圧に押されて侵入が阻止されます。このため血圧正常者や高血圧者（免疫や抗体圧の異常圧者を含む）は感染リスクが激減します。

②逆に赤血球数が少なく低血圧状態になると細胞間の隙間が広がるため呼吸器官に沢山の菌が侵入し、細胞の組織液（血）を吸い繁殖を繰り返します。

③更に繁殖したての子菌は呼吸によって体外に排出されますが、煙より軽い子菌の多くは上昇気流に乗って（乗遅れが残る）適温多湿地帯の新たな繁殖地へと向かいます。

④このためコロナなどの微小ウイルス病はいずれの国でも夏と冬の６ヶ月周期て大量発生し、春と秋には減少します。日本では次の様に変化します。



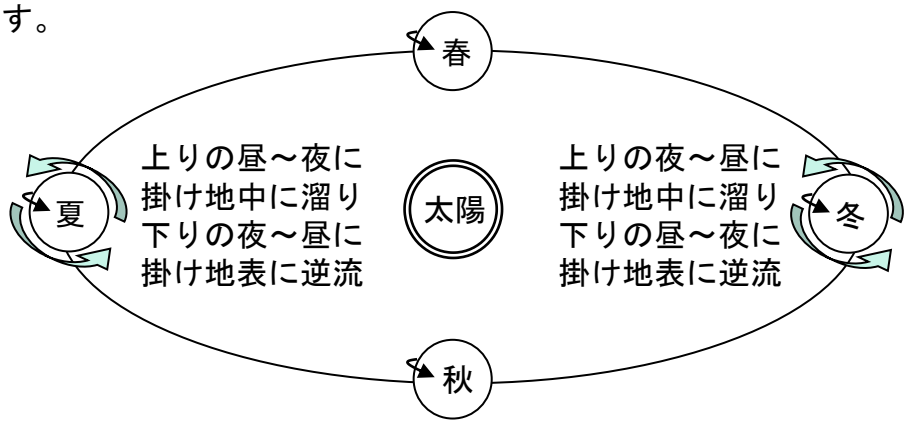
地球温暖化の考察

地球温暖化の原因は生涯に於いて地球最多量の水を使用する樹木の過剰伐採による水の増え過ぎ＋水の蒸発を妨げる舗装道路やコンクリート建造物の増え過ぎと推定されます。
この為に増加した水が海や地下資源採取後の地下空洞に流れ込んで溜まり、やがて地球温度を次第に高めて行きます。そのしくみは次の様に成ります。

①地球に存在する水の流れは傾斜角度を持った自転で起こる地表位置の高低差の変化に合わせて流れが変わります。

②例えば地球が太陽と向き合う時間が長い夏期では夜～昼の下りに掛けて海や地下空洞に溜った水が地表に向かって逆流し、昼～夜の上りに掛けては海や地下空洞へ流れ込んで溜まります。

③逆に地球が太陽と向き合う時間が短い冬期では夜～昼の上りに掛けて海や地下空洞へ流れ込んで溜まり、昼～夜の下りに掛けては海や地下空洞に溜った水が地表に向かって逆流します。



④地殻内流動の摩擦熱で温められた水が地表に戻り、更に太陽熱が加わると水温が更に高まり水を蒸発させて熱や雨を産み出します。これが有るから地下も地表も共に潤いますが、度を越えた樹木の過剰伐採で増え過ぎた水に加え舗装道路やコンクリート建造物が水の蒸発を妨げるため地上温度が年々高まって行きます。

⑤特に日本の夏期前後は日照力が強くて長く且つ四方が海に囲まれているため高温多湿の日が続きます。肺が高温多湿の空気を吸うと血液の水分蒸発量が増えて行きます。このため血液の粘りが増し流れが悪く成ると「だるい」が起こり、度が過ぎると熱中症へ向かいます。更に蒸発した水は再び地上に戻るため常に大雨の危険も待ち受けます。

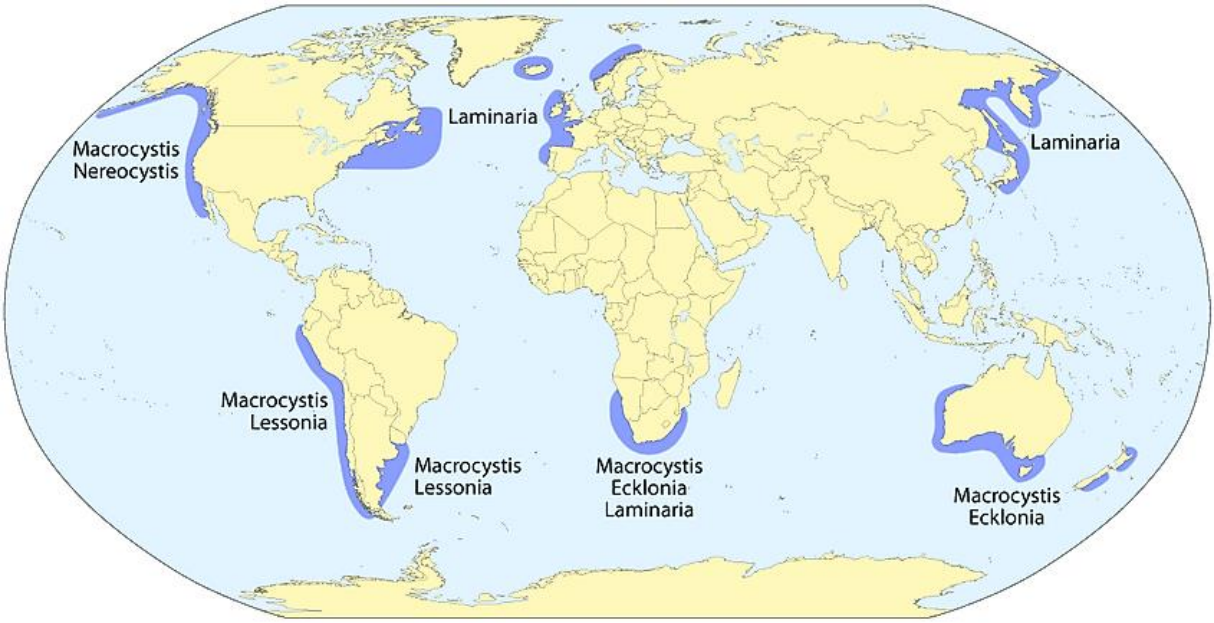
⑥対して冬期前後は日照力も弱くて短いため、時には強風豪雪も起こりますが平均的には暖冬レベルで推移します。

⑦人間は樹木伐採も地下資源採取も止める事は出来ないでしょうから更なる地球温暖化の上昇傾向は永遠に続く事は明らかです。

⑧ちなみに恐竜の滅亡もこのメカニズムによって緩やかな気温上昇が進み、皮膚が分厚く新陳代謝が劣る事で熱中症に陥り、涼を求めて北上しながら衰退したと思われます。

世界の天然昆布生息地

昆布生産量は【１位＝中国・２位＝韓国・３位＝北朝鮮です】・・・これらの国には天然昆布が生息していないのでいずれも養殖昆布と成ります・・・４位＝日本。



南半球の天然昆布は地球温暖化の影響で壊滅的状態に有ります。

①水Ｈ２Ｏに熱が作用するとＨＨＯに分離する水素が増えて来ます。

②全ての生物はこの水素を使用して他種種元素の核の破壊を行う事で細胞形成に必要な元素原子を作り出します。

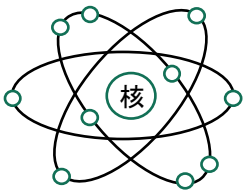
③当然これらの水素（Ｄ・Ｔ水素を含む）が適正量で有れば生物は効率良く成長しますが多過ぎると逆に細胞が破壊され次第に消滅して行きます。

④南半球の海は北極海～北太平洋にまたがる様な強い海流の流れが少ない分、赤道に近い海洋生物ほどは温暖化の影響を受けやすく成ります。

⑤地球の温暖化は足早に進んでいます。人類は今後一億年持つのでしょうか。

水素について

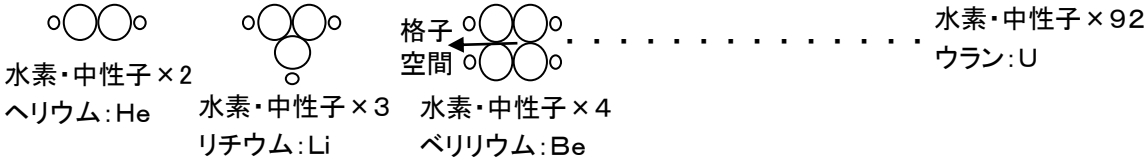
1　電子について



電子は＋・－の磁界を持ち、核の周囲を自転・公転しながら近づく・離れるを繰り返しながら周回します。簡単に言えば核が太陽で惑星が電子です。その役割は他の原子の侵入を身を挺して衝突破壊し核を守る事です。

2　水素原子について

水素＝陽子１個・自由電子１個の最小原子【◯∘】



①水素は他にも重水素（デューテリウム：Ｄ：水素＋中性子１個）と三重水素（トリチウム：Ｔ：水素＋中性子２個）の２種類の同位体が有り、共に海水にも含まれています。

②Ｄ＋Ｄの結合でヘリウムＨｅが生まれ、Ｔ＋Ｈの結合でもヘリウムＨｅが生まれます。ヘリウムを吸い過ぎると窒息死が起こる危険は周知の事実。Ｄ・Ｔの海への投機は大きヘリウムの集りを作り出すため魚にとっては大きな迷惑。

③水素の核破壊について

水素は小さな原子です。仲間との接近衝突で生じる反発力で他の原子格子内にも容易に入り込む事が出来ます。こうして水素が沢山入り込むと互いの摩擦熱で大きく膨らみ核の破壊を引き起こします。これが水素の核破壊です。

④核破壊から生じた熱と圧力で核融合や原子結合が起こり万物が産み出されます。

⑤動植物の細胞や活動エネルギーも水素による核破壊から生まれます。例えば水素と酸素が化合すると爆発的な燃焼と共に副産物として水素と酸素の化合物＝水が産まれます。当然、大きな元素原子ほど破壊エネルギーの生産力も増します。

⑥原子力発電は身近な核破壊ですが水素は使用しません。ウランに高熱を加えて中性子を膨張破裂させて核を破壊します。使用ウラン２３５や２３８は陽子が９２個で残りは中性子と成ります。生物の細胞は高熱に弱いため必ず水素を使用します。

有機栽培の有益性について

1有機物とは・・・炭素を含む物質のこと。

2生物細胞を作る主要四元素は「水素・炭素・窒素・酸素」です。中で細胞形成に不可なのが石炭やダイヤモンドを作っている固体非金属元素の炭素です。他の三元素は気体元素のため形を有する固体物質にはなれません。よって炭素を含む物質を有機物と称しています。

3有機栽培とは「化学的に合成された肥料や農薬を使用しない栽培」です。簡単に言えば有機物から誕生した動植物の生成物を原料とした肥料を使用して農作物を栽培するのが有機栽培と成ります。その最大の特徴は①農作物が柔らかく美味である②胃や腸の負担軽減が図れ健康寿命が延びます。その理由を説明します。

①全ての元素原子は「陽子・電子・中性子」から成ります。

②更にこれらは多数の素粒子の集りから成りますが、個々の陽子・電子・中性子が抱える素粒子の大きさや数は全てが同じには成りません。なぜなら素粒子自身も使う程に磨滅分散し小さく成って行くからです。これが化学肥料栽培と有機肥料栽培の農作物に次の様な違いを生み出します。

化学肥料＝肥料原子の陽子・中性子は素粒子の過剰な磨滅が無いので大きい

有機肥料＝肥料原子の陽子・中性子は素粒子の磨滅分散で次第に小さくなる

◆陽子・中性子の大きい原子ほど成長は早いがそれだけ作物品質も粗くて固くなる
◆粗くて固いほど味覚も消化吸収力も劣る
◆よって人の若さや健康維持には課題有り
◆無機肥料を要する水耕栽培も品質は類似

◆陽子・中性子の小さい原子ほど成長が遅いがそれだけ作物品質も繊細で柔らかい
◆繊細で柔いほど味覚も消化吸収力も勝る
◆よって人の若さや健康維持にも良い効果
◆地球を汚さず環境維持にも良い効果

◎味覚は大切ですが胃や腸の求める好みは更に大切・・・適度な運動もお忘れなく。

応用編・・・ガンとコロナについて

遺伝子（ＤＮＡ）について

①遺伝子は細胞が分裂をする為の「重り」の役割をしています。

②また遺伝子がつながる染色体の鎖は生物の種を問わず、リン酸・デオキシリボース・塩基・デオキシリボース・リン酸が連結した二重らせん構造の鎖で繋がり、一定の条件の基に二重らせんの鎖の一部が開き複製起点が生まれます。

③細胞は周囲に競合相手が居なければ全ての遺伝子を複製して分裂し、競合相手が居る時はその度合に応じて分裂スペースが狭く成るため複製遺伝子も減少します。

④従って生物の器官細胞は中心部が最も大きく末端部へ広がるほど小さく成ります。動物はこの仕組みで種に応じた姿・形・個性が決まって行きます。

⑤細胞は数が増え互いの競合が厳しく成ると分裂が制限され成長から老化へと向います。

⑥遺伝子治療とは特定細胞に遺伝子を加えて重量を増やし分裂力を高める事です。

ガン発症のしくみ・・・ガンは簡単に消し去る事が出来る

①活動力が低下した細胞は構成原子の粒子密着度が粗く成ります。この隙間から水素が核内に押し入り核を破壊します。この破壊エネルギーによって劣化細胞が消え去り、その後にすぐ上の細胞が子細胞を作って分列し新旧を入替えます。

②ところがミネラル＋水素の不足で赤血球の生産数が４７０万以下が続くと消える去るべき劣化細胞が生き残り意味不明の遺伝子を抱えて皮膚上層部に分裂を繰り返し増えて行きます。これがガンです。逆に組織内部で劣化細胞が圧死て行くのがガン以外の病気で有り老化です。

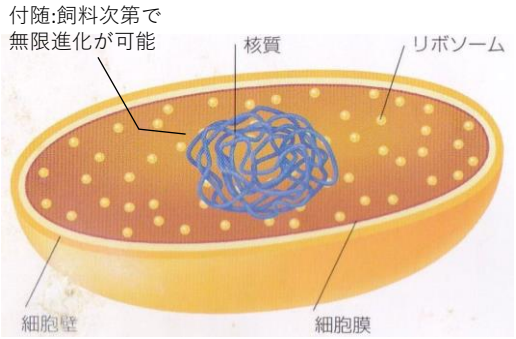
③ガン細胞は正常な細胞より水素の核破壊に対する限界値が低いためこの弱点を突く事でガンが何所にどれだけ有ろうとも全てを一網打尽に消し去る事が出来ます。

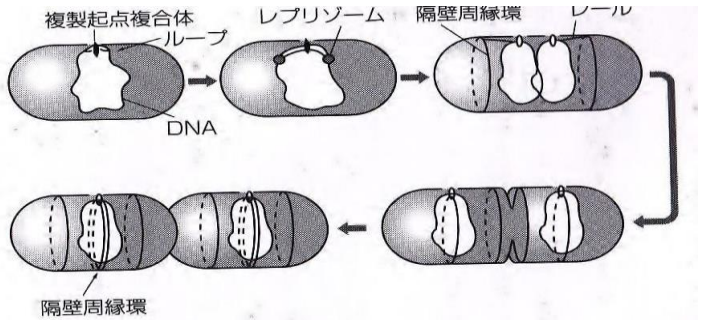
④逆にこの不足を解消しないと一生ガンに追い回されます。

⑤強酸性温泉水を適度に薄めて飲用する事で消え去るガンも有りますが、含まれる元素類の陽子や中性子が未熟成で大きいためこれらが目や脳の組織内に詰まって来ると緑内障や認知症を招く危険がある為お薦めは出来ませんが知識としてお持ち下さ。

原核細胞とコロナ菌について

1　原核細胞の構造（１９９９年ＮＨＫ出版書・人体第４巻より抜粋





①誰もが知る原核細胞に「キノコ菌」が有ります。キノコ菌は菌糸なる根を持ち分裂成長しますが、根も口も持たないコロナ菌は棘を持ち、蚊の様に餌に刺しては毒を吐き、血を吸い繁殖を繰返します。赤血球４５０万以下状態に成ると感染リスクがアップか？

②当然ながら菌も生き物で有るため肥料を与えれば野菜・果物同様により大きく強く成長します。面白い事に人間はコロナ菌に来るな寄るなと言いながら実際にはワクチンと言う肥料を与えています。その成果が尽きる事の無い新型コロナ誕生の背景です。ちなみに新型コロナは進化増殖栄養が豊富と成るワクチン接種者＋感染者から誕生します。ワクチンが更に怖いのは毛細血管に詰まって壊死閉塞させ健康寿命を縮める事です。

2　劇薬コロナワクチンの怖さ

①注射液とは腸が吸収できない高分子の薬液を強制的に体内に打ち込む手段です。このため静脈に取り込まれた高分子の薬液は肺圧や血管圧に押されて他の化合物と結合し更に大きく成って動脈毛細血管出口に詰まり、血液の流れを弱める事で役目を果たします。

②これらの詰まりは自然消滅するものと毛細血管を壊死閉塞させて流れを止めるものとが有り、止まる数が多いほど血の流れも悪く成るため健康寿命が縮んで行きます。

③コロナワクチンは度を越える高分子化合物のため１回目のワクチン液が残っているにも関わらず２回目を接種をすると詰まりの数が更に増え次の異常が起こります。

❶血液循環悪化で静脈の血・栄養・老廃物の回収量が低下する。

❷回収量低下で負担軽減した心臓は動きが楽になり血液をより高い圧力で送り出す。

❸結果、心臓上位の頭や腕の血管に血に加え活性酸素や希ガスの不要蓄積物が増える。

❹この不要物蓄積で血管が膨らみ頭や腕に痛みなどの副作用が起こる。

④この膨らみのため４週間×２回目で脳血管破裂で死ぬ人も、４週間×３回目では更に多くの人が、４週間×４回目では大半の人が死に至ります。この危険に気付いた開発者は急激な死者や重症者を抑えるため３回目、またそれ以降の接種は体内からワクチン液が完全に消え去り、更に低下した赤血球生産力の回復が期待できる８ヶ月後としている訳です。しかし実際は接種前には戻りませんし戻す手段も有りません。

⑤ワクチンの予防効果は毛細血管に詰まって高血圧状態を作り出す数日間で、その後は打てば打つほど毛細血管の壊死閉塞数を増やして行くため血液循環の低下～赤血球生産力の低下が順次に進み、老化を速め寿命を縮めて行きます。コロナ感染の多くがワクチン接種者が占めているのはこの為です。時には接種数日後の感染や死も起こります。

⑥また血圧が低い高齢者や持病持ち者へのワクチン接種は肺を更に劣化狭窄させて呼吸の質を大きく落とし菌の侵入数を激減させて重症化を防ぎますが、呼吸力の衰えに併せて生きる力も急速に衰えて行きます。早く消え去れ金食い虫よ。その意図の有無は存じません結果的には満たしています。このためうかつな反対は出来ません。

⑦実際にワクチンでコロナ好みに落ち込んだ体が再び元に戻る事は無いのでコロナとの鬼ごっこは死ぬまで続きます。また赤血球４７０万以下が続くと接種数年後には更に怖いガンが待ち受けます。ガンが健康を脅かす大きさに成るには時間が掛かるからです。

⑧又、ワクチンはコロナに限らずあらゆるウイルスの進化増殖を助長します。遠からず新たな多種進化ウイルスが登場して来るのは確実でしょう。後戻りはできません。

朝～昼～晩の食事間隔は６時間を超え無い事

食事の役割は満腹感を満たす事では有りません。刻々と消費して行く血中のネラル＋水素の量を健康維持レベルに戻す事です。一度の食事から得られるこれらの量は６時間が限度でこれを超えての活動は健康上良いとは言えません。感染リクスが急速に高まります。

①肺は呼吸によって細胞の膨らむ縮むを繰り返すために細胞間に隙間が生まれます。隙間は肺血管が抱える赤血球数と深く関係します。

②血中に赤血球が十分に満たされていれば肺細胞の膨張・収縮も活性化します。これに合わせて細胞間の隙間も狭く成るため如何なるウイルスも侵入が阻止されます。但し鼻とノドにはこうした防御機能が無いので菌が活発に飛び交う期間はマスクが必要です。

③逆に不足状態に成ると細胞の動きが落ち細胞間隔が広く成るため菌の侵入が容易に成ります。ウイルスにも好みの体がある事を理解しましょう。

④特にお酒好きの方は昼食後６時間を超えても酒に有りつくまで何も補いません。このためミネラル＋水素不足に陥りコロナ菌好みの体に成ってしまいます。お酒が悪いのでは無くて食事間隔が良くないのです。

以上で終わります。