

# 帯津良一先生「いのち学」

2012年テーマ：いまから始める養生訓

## 同志の皆さんへ 帯津良一



まだ、長い道程を残しているとはいえ、  
私たちはやがて統合医学の時代を迎えます。統合医学とは、西洋医学と代替療法の寄せ集めではありません。双方がそれぞれの過去を捨て、一体となって新しい体系を築いてこそ

の統合医学です。考えただけでも大変な話ですが、その先兵こそ、西洋医学に立脚しながら代替療法の本質を理解し、実践していく皆さんです。

期待ついでに少し言わせていただくと、代替療法を行使する者、すべからず誇りと謙虚さを忘れないでほしい、ということです。代替療法は多かれ少なかれ、こころといのちに働きかける方法です。からだに働きかける西洋医学に比べて、より本来的な医療であるという誇りと、科学的根拠については劣るという謙虚さです。

そして、いかに代替療法にのめり込んでも、西洋医学の研鑽は続けて欲しいということです。20世紀の西洋医学の目覚ましい進歩は、伊達や酔狂じゃありません。昨今の西洋医学への不満は、西洋医学そのものに対する不満ではなく、西洋医学を担う医療者の人間性に向けられたものだからです。西洋医学あつての統合医学です。ゆめゆめ西洋医学を軽視してはなりません。

最後に、私たちが代替療法の世界に足を踏み入れた幸せを、皆さんと共に噛みしめたいと思います。このことによって、私たちは輝けるいのちの場に目を開かされたのですから。

## 「いまから始める養生訓」について

養生といっても、今までの養生のように体をいたわって病を未然に防ぎ、天寿を全うする、そういう消極的な養生では不十分なのです。これは守りの養生と言って、いのちのエネルギーを高めるためには少し足りないのです。それにかわって攻めの養生というのは、いのちの場に注目して、いのちのエネルギーを高めていきます。死に向かって高めていって、死ぬ日を最高のエネルギーに持っていくのです。これが攻めの養生です。攻めの養生を学ぶ「いまから始める養生訓」。

## 帯津良一先生プロフィール

医学博士。帯津三敬病院名誉院長。日本ホリスティック医学協会会長。日本ホメオパシー医学会理事長、いのちの森文化財団理事、水輪の会特別顧問。東京大学医学部卒業。東京大学医学部第三外科、都立駒込病院勤務を経て1982年埼玉県川越市に帯津三敬病院を設立、院長となる。医療の東西融合という新機軸を基に、ガン患者などの治療に当たっている。また、代替療法への造詣が深く、治療に積極的に取り入れるほか、講演や大学での講義なども行っている。著書『心と体を強くする養生365日』（三笠書房）『健康問答』（平凡社/五木寛之共著）他。

2012年

- 第1回 3月23日(金)～27日(火) 第4回 11月2日(金)～6日(火)  
第2回 5月18日(金)～22日(火) 第5回 2013年  
第3回 8月24日(金)～28日(火) 3月29日(金)～4月2日(火)

対象 医師、看護師、医療従事者、医学生、いのち学を学びたい方

## 自然治癒力を高める講座メニュー（Aコース）

### ① 車座交流会臨床体験Q&A 何でも質問OK

帯津先生の患者さんとのやり取りを通し、患者さんを敬い接する医療本来のあり方を学んでいきます。いのちの視点から見た医療のあり方、現場での悩み、医療従事者の心の持ち方、死生観などについても、帯津先生の49年間の体験の中からお答え頂きます。帯津先生にたっぷり質問できます。

### ② 帯津先生講演（各回テーマ）

2011年度 第5回「虚空について」  
2012年度 第1回「ホメオパシー」 第2回「養生食」  
第3回「生と死の統合」 第4回「白隠禅師と呼吸法」

### ③ 帯津三敬病院の早期優先予約もできます

帯津三敬病院へ診察予約の場合、数ヶ月予約待ちですが、長野養生塾にご参加の方は優先的に病院予約の枠を帯津先生に直接お取り頂けます。

### ④ 帯津先生によるホメオパシーのDr. カウンセリングも可能

帯津先生よりホメオパシーをその日に処方。（別途料金・希望者のみ）

### ⑤ 帯津先生気功講座

誰でもできる新呼吸法・気功「時空」 帯津先生直接指導

### ⑥ 癒しと気づきの養生セッション

帯津先生の病院、講演ビデオ上映 健康養生食のお話 酵素玄米

### ⑦ いのち学特別講義 いまから始める養生訓講義

第1回「代替療法各論」 第2回「ホリスティック医学と養生」  
第3回「攻めの養生と青雲の志」 第5回「ひらめきとときめき」  
第4回「養生の先達たち 貝原益軒 白隠慧鶴 佐藤一斎」

## <選べる3つのいのち学参加コース>

毎日温泉送迎有

### A/2泊3日ショートコース

帯津先生とたっぷり過ごせます。自然治癒力を上げる養生食もご用意。

### B/3泊4日ベーシックコース

2泊3日のAコースに加え、さらに一泊のんびり大自然にひたり、おいしいお食事を楽しまします。3泊以上の方が参加できる安心できる心の持ち方講座も人気です。気功・時空も毎日あります。

### C/4泊5日養生リフレッシュコース

2泊3日のAコースに加え、免疫力を上げ心身共に癒される足裏リフレクソロジーか玄武岩ホットストーンセラピーをセット。毎食人参ジュース付。4泊5日間、無農薬野菜の食事と気功で自然治癒力を上げ、全身リフレッシュ。

## ファシリテーター 塩沢みどり

公益財団法人いのちの森文化財団代表理事。出生時に重度の脳損傷を受けた娘・早穂理との生活の中で、様々な葛藤を体験。人々の意識の進化と成長のための水輪を開設。いのち輝く医学、哲学、衣食住、芸術などの講座を開催。帯津先生と養生塾を推進。水輪の会代表理事、日本ホリスティック医学協会専門会員、心理カウンセラー、日本トランスパーソナル心理学/精神医学会。伝統医療連合会会員。盛和塾長野代表世話人。監修書「早穂理。ひとしずくの愛」「ナナカマドの咲く頃」原書房・「現代人の伝記2」致知出版他。





帯津先生気功講座



養生塾車座交流会臨床体験



水輪名物にんじんジュース



帯津先生に何でも質問OK

## 「いのち学」スケジュール (変更になることもあります。)

- 1日目** 12:00 ~ 受付開始  
 13:00 ~ オリエンテーション・自己紹介 15:00 ~ 入浴・温泉  
 18:00 ~ 夕食(特製健康養生食・レシピ付き)  
 19:00 ~ 帯津先生基調講演  
 20:00 ~ 帯津先生「がんになっても安心テレビ」ビデオ学習
- 2日目** 8:45 ~ 帯津良一先生気功・呼吸法  
 10:00 ~ 朝食(特製健康養生食)  
 11:00 ~ 養生塾車座交流会臨床体験「主に治療法について」  
 健康・免疫・自然治癒力・手術・サプリメント・  
 リラックス呼吸法・イメージ療法・ホメオパシーなど  
 14:15 ~ **いまから始める養生訓講義**  
 16:00 ~ 入浴・温泉 18:00 ~ 夕食(特製健康養生食)
- 3日目** 8:45 ~ 帯津良一先生気功・呼吸法  
 10:00 ~ 朝食(特製健康養生食)  
 11:00 ~ 養生塾車座交流会臨床体験「主に心の面について」  
 患者さん同僚との信頼関係・死生観・職場での悩み・  
 医療従事者の心の持ち方・生きがいなど  
 14:10 終了・乗り合いタクシー出発  
 ※4日目以後スケジュールは当日お知らせ致します。

### 参加者の声

西洋医学だけでなく、様々な療法を取り入れていらっしゃる先生の病院のお話を聞かせて頂きながら、このような病院がもっともっと増えてほしいとつくづく思いました。将来医療、福祉関係の仕事に就くことを目指しておりますが、その心がまえとして「患者さんと、とことんつきあう覚悟が必要」と言うお言葉が印象的でした。医療だけでなく、人としての生き方で大切なこと等、多々学ばせて頂き、感謝しております。(W.Kさん)

### 会場・食事について

飯綱高原。大自然のエネルギーは自然治癒力を高め、館内寝具類は清潔を保ち、建物には和紙の照明、天然木の檜や杉材を使用し、大自然のもっている澄んだ気を人工的な建材によって遮断されることなく存分に味わうことができます。厳選された無添加の食材・調味料、隣接する自然農園の無農薬野菜を中心にした心のこもった美味しい食事は、心身をリフレッシュしてくれます。



自然農園そば畑と飯綱山



緑に囲まれた清潔な客室



畑の無農薬野菜のお食事



セラピーでのんびり

## 参加要項 (定員各回20名)

- 会場 信州飯綱高原 心と体といのちのセンター「水輪」
- と き 日程は表面を参照下さい。
- 参加費 Aコース年5回一括申込み 230,000円(各回2泊3日・特別割引価格)  
 各回単独申込み (A)2泊3日 48,000円 / (B)3泊4日 60,000円  
 (C)4泊5日 73,000円(セラピー60分6千円相当&毎食人参ジュース付)  
 (講師費、会場費、宿泊と食事とおやつ等の委託費含む)
- 申込み 下記の「申し込み書」でFAX・郵送・E-mailにて「公益財団法人いのちの森文化財団」までお申込後、一週間以内に参加費をお振込ください。  
 定員になり次第締め切りとさせていただきます。前泊・延泊は可能です。  
 \*希望の方には当日長野駅から会場へ直行の乗合タクシーを手配します。
- 振込先 参加費振込確認後、順次正式受け付けとなります。乗合タクシー希望の方は4人以上1人当たり①片道1,100円・往復2,200円を合わせてお振り込み下さい。(申込受付後詳細資料送付)  
 振込先：公益財団法人 いのちの森文化財団  
 ◎みずほ銀行 長野支店(普)1991794  
 ◎ゆうちょ銀行(口座番号)00520-3-42181  
 \*キャンセルの場合、参加費の返金は致しませんので御了承ください。(代理参加はお申込みの回のみ可)  
 \*洗面用品・タオル・バジャマは各自で御用意下さい。\*会場は全館禁煙です。\*詳細は問合わせ下さい。  
 \*部屋は男女別の相部屋。個室希望も承ります。(個室料別途、希望に添えない場合もございます。)  
 \*会場をカーナビで検索する場合は水織音(みおりね) (026-239-3908)で検索して下さい。

## 日本で一番信頼されている医者 帯津先生推薦の養生塾とレシピの本



帯津良一著  
1,365円税込  
三笠書房

左「心と体を強くする 養生365日」は養生塾11年間の記録をまとめた帯津先生の著書。右「いのちにやさしい野菜のレシピ」は養生塾の免疫力を高めるレシピが満載。共に帯津先生ご推薦の著書。本に関する質問も受付。



塩澤研一著  
帯津良一監修  
1,680円税込  
PHP研究所

本の注文方法 ①アマゾンで注文※送料無料 ②養生塾に注文※送料別途150円(本の注文冊数、お名前、ご住所、電話番号をファックス、メール、電話にてご連絡下さい。)



黒木雄也 著

ファシリテーター塩沢みどり監修の本「早稲理、ひとしずくの愛」1500円 中川奈美著 原書房  
 脳障害をもつ娘を持った母が、様々な出来事の中で見つけた事。自己に逃げずに見続けて得た、輝いた自分。依存もなく、常に安らいでいる自分。日々の日常の中に、自分を成長させる大きな学びと、気づきがある。

## 2012年いのちの大学の講座「いのち学」申し込み書

\*後日詳しい資料をお送りします。

TEL 026-239-0010  
FAX 026-239-0011

氏名 男 女 年齢 ご職業 申込日 月 日

住所 〒 e-mail

TEL FAX 携帯電話

お申込の日程に月日を、該当項目に○をご記入ください。(乗合タクシーに乘車する 「行き」 / 「帰り」 )

■第 回 月 日 ~ 日 (A)2泊 / (B)3泊 / (C)4泊 (前泊する ・ 延泊する )

参加費 + ① - 振込日 月 日 (振込済み 振込予定 )

◎お申し込みのきっかけ ちらし 紹介: 紹介者 ( ) インターネット 新聞・雑誌 ( )