アールエフ
東北事業所，須賀川越久工業団地 長野本社 026-225-7700(代表)

発行所 福島市柳町4-29
郵便番号 960-8648
福島民友新聞社
電話代表(024)523-1191
編 集 局(024)523-1390
販 売 局(024)523-1472
振替口座 02180-8-5070

©福島民友新聞社 2013

福島民友
THE FUKUSHIMA MINYU

第39071号（日刊）
2013年（平成25年）
3月31日（日曜日）
昭和21年3月15日第三種郵便物認可

きょうの紙面 NEWS LINE

――大震災・原発関連ニュース

村民の心の復興課題 2
汚染水設備を試運転 2
各地の放射線情報 23
第1原発付近の天気と風向き 26

郡山市長選まで1週間 3

任期満了に伴う郡山市長選は告示まで1週間。現職、新人2氏の選挙戦が確実だが、両陣営は選挙ムードの盛り上げに苦心。

鉱物資源開発で協力 5

安倍晋三首相はモンゴル首相とウランバートルで会談し、鉱物資源開発や環境分野での協力、経済連携協定交渉加速などで一致。

聖光4強入りへ決戦 18

選抜高校野球準々決勝で聖光学院は31日、敦賀気比（福井）と対戦。県勢42年ぶりの4強入りを目指し、選手は打撃練習などに汗を流した。

飯舘の地酒が〝復活〟 26

飯舘村の地酒「純米大吟醸飯舘」が2年ぶりに完成。福島市でお披露目会が開かれ、関係者が同村のブランド日本酒の復活を祝った。

【社説】公立学校の備蓄 5
【特集】楽楽サンデー 11
ありがとうの手紙 16
追想ふくしま人 22

ふくしまの今を伝え
明日をみつめる福島民友

災害公営住宅が完成

相馬で46棟

自立に向け家賃負担

復興ふくしま
3.11から
3年目の闘い

鍵の引き渡し式を終え、入居予定の災害公営住宅を訪れた住民＝30日午後、相馬市・程田明神前団地

住民間交流も課題

東日本大震災の津波被災に伴う防災集団移転で、被災地で初めての戸建て災害公営住宅46棟が相馬市程田地区に完成し30日、被災者に鍵が引き渡された。4月12日以降に入居でき、被災者は新たな住まいを得る一方、仮設住宅で免除されていた家賃の支払いが必要になる。被災者や行政当局がいかに自立を図るのか、注目を集める。

「女手一つで家を建てるのは大変。準備してくれた所に入るのがいい」。同市・大野台の仮設住宅から程田明神前団地に入居予定の元理容業天沼みどりさん(53)は、太田昭宏国土交通相が駆け付けて華やいだ引き渡し式で思った。昔からの仲間と暮らした仮設住宅を離れる寂しさの一方、震災で犠牲となった夫や長男をゆっくり弔える。

団地は沿岸部から3㌔内陸に入る。平屋24戸、2階建て22戸で広さは51～58平方㍍。家賃は5千円程度から数万円。入居5年後に新たな入居希望者がいないなどを条件に、有償で払い下げも可能になる。若い世帯には復興への足掛かり、高齢者世帯にはついのすみかになり得る大切な拠点だ。

金銭負担は増える。「もう一度、理容の仕事がしたい。地区の人のことはまだ分からないけど」。天沼さんは地区住民の髪を整える自分の姿を思い浮かべ、震災でやめた仕事を再開する好機になるとも考えた。

津波に伴う災害公営住宅は2013（平成25）年度に相馬、南相馬、いわき各市や新地町で873戸が完成、14年度は1645戸が引き渡し予定だ。程田明神前団地が抱える課題は、いずれ他の団地でも直面する。東北地方整備局は「仮設住宅で一元管理できたものが、個別の世帯の対応となり、マネジメントが複雑化する」と課題を挙げる。

立谷秀清市長が考える最大の課題は既存コミュニティーとの融合。40世帯超が増えれば地元住民との摩擦も考えられる。「いずれ一般の集落に同化してもらわなければ」と話した立谷市長は、太田国交相に新たな支援を注文した。

「相馬福島道路」の霊山―福島間

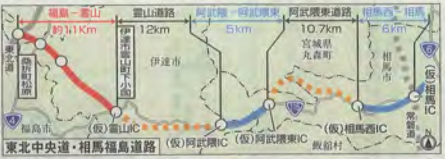
太田国交相 前向き姿勢

新年度、事業着手へ

東北中央道の相馬―福島間「相馬福島道路」（延長約45㌔）のうち唯一、工事が具体化していない霊山―福島間（延長約11㌔）は、政府の新年度予算成立を待って早ければ5月にも新規に予算が確保される見通しとなった。太田昭宏国土交通相が30日、事業着手に前向きな姿勢を示した。国交省は相馬福島道路を東日本大震災の復興支援道路として10年以内の開通を目指しており、全線開通に向け設計や用地取得が動きだす。【3面に関連記事】

太田国交相は同日、県庁で佐藤雄平知事と会談。佐藤知事の要望に対し、政府の予算成立を前提とした上で「災害対策や救急医療の充実に関わる命の道路として必要性を理解している。事業化を前向きに検討したい」と述べた。

霊山―福島間をめぐっては昨年7月、都市計画決定の手続きが完了。伊達市霊山町の霊山インターチェンジ（仮称）から市内を最短距離で通過して桑折町で東北道に接続するルートが確定している。



東北中央道・相馬福島道路

初の単独優勝を飾り、喜びに沸く東北フリーブレイズのメンバー＝30日、青森県八戸市・テクノルアイスパーク新井田

田村市

きょう

冨塚 宥暻氏

告示される。立
しているのは現
目指す冨塚宥暻

天気

31日9時予想図
低
1016
高
1020
高
低

天気図上のマーク

	6	12	18	24時	1日	2日	3日
福島	50	60	10	4 1	20	70	30
郡山	50	60	10	5 1	20	70	30
田村				4			

対談「いつまでも元気で美しくあるために」　赤坂ＡＡクリニック本院（東京）総院長×エステティック会社社長

健康と美は両立

最先端のアンチエイジング医療を施す赤坂ＡＡクリニック本院（東京）総院長の森吉臣さんと美容業トータルビューティー・パステルを経営する耐南商事（会津若松市）社長の鵜川佳子さんが「いつまでも元気で美しくあるために」をテーマに都内で対談した。高周波を通電させ、体の深部から熱を発生させる高周波温熱器「インディバ」を医療、美容それぞれ異なった分野で用いる２人が、切っても切れない関係にある「健康」と「美」について語った。（司会・菅野芳美福島民友新聞社若松支社長）

体内深部温め細胞が活性

赤坂ＡＡクリニック本院総院長

森吉臣さん

もり・よしおみ　1943年神奈川県生まれ。日大医学部から同大大学院医学研究科に進学し72年卒業。追浜中央病院に勤務した後、米国に渡った。帰国後の82年から日本大医学部付属板橋病院、84年からは独協医科大越谷病院で勤務、98年に同院副院長に就任。赤坂ＡＡクリニックの開業は2005年。独協医科大名誉教授、ＮＰＯ法人日本アンチエイジングメディカル協会理事長などを務める。

緊張緩和する休息が大切

エステティック会社社長

鵜川佳子さん

うかわ・よしこ　1952年会津美里町生まれ。戸板短期大学食物栄養科を卒業後、東京で病院栄養士として勤務。その後、エステティックについて学び「美容と健康」をテーマとしたトータルビューティーパステルを81年にオープンした。以来30余年にわたってエステティックの啓発・確立を目指し事業を展開。会津学鳳中学・高校評議員や公益財団法人会津地域教育・学術振興財団評議員などを務める。

※アンチエイジング

―アンチエイジング医療をはじめた経緯は。

森　病理学が専門で大学では研究ばかりやっていた。32歳の時、学会で発表するためシンガポールに行った。忙しさのあまり学会が終わった後、体調を崩し、現地の病院に行くと脳腫瘍と診断された。日本に戻り大学病院でいろいろ調べてもらった。自分でも脳腫瘍だと思い込み、死を考え、健康な人を見るとうらやましく感じた。2カ月後に診断の結果が出たがどこも悪くなかった。体調は良くなったが精神的に立ち直るのに1年かかった。その時、死に対する考え方が変わり、健康の大切さをあらためて知った。病理学が専門だったのでこれまで何万人というがん患者を診てきた。大学を辞める年齢が近づいてきても、がん患者は減るどころか増えていった。自分の研究で何人の命が助かったのか。自分がやってきたのは助教授や教授になるための、自分自身のための研究でなかったか。がん患者が増え続ける状況を見て従来のやり方では駄目だと思い老化に関する研究を始めた。米国でアンチエイジングの研究が始まったのが1993（平成5）年。日本は10年遅れの2003年だった。その内容も、日本は美容が主だったのに対し米国は予防医療。私は予防医療の必要性を感じ、定年前に大学を辞め米国に渡った。米国で最初に発表されたアンチエイジングの論文は成長ホルモンの投与。3カ月間、成長ホルモンを投与したところ10歳ほど若返るという血液データが出た。追試で同じ結果が得られ人間は若返られることが医学的に証明された。論文は医学雑誌に掲載され世界中が注目した。

―美容業界でのアンチエイジングの考え方は。

鵜川　日本の美容業界も近年「若返り」について学ぶようになりレベルが上がってきた。これまで日本では美容の視点でしか「若返り」が語られていない。なぜ美容だけなのかと疑問に思った時があった。アンチエイジングを語るには老化について学ぶ必要がある。年を取るという事はどういう事なのか。この思いがきっかけとなり介護美容を始めた。介護美容とは高齢者のためのエステティック。年を重ねても病気にならず元気に暮らせる生活を美容の視点から提案したいと思っている。高齢化社会の進展に伴い、高齢になってから、どれくらい健康的な人生を送れるかが重要になってきた。女性には閉経期を迎えてから不調を訴える人がいる。そんな女性のためにも私ができることはないかと考えている。「ＦＯＲＥＶＥＲ　ＹＯＵＮＧ」（いつまでも若々しく）である。

―健康と美の関係は。

森　健康と美は切っても切れない関係にある。例えば朝会った時、その人が疲れているとか、元気だとか顔を見るだけで判断できる。不健康な人はいくら化粧をしても体調の悪さを隠すことはできない。美しさは体内からにじみ出てくる。女性の場合、きれいになると健康にもなる。美しさは健康にとって、とても大切だ。

鵜川　女性は常に美しくあってほしいと願っている。お客さまとして来店する看護師や医師、学校の先生など、人と接する職業の人たちは総じて疲れている。職場でエネルギーを放出し、家に帰っても仕事や家事に追われる。忙しい時代を生きる女性には自律神経の緊張を緩和する時間が必要だ。パステルは「女性の元気は社会の元気」を経営理念に掲げている。忙しい女性が職場や家庭で笑顔でいられるようサポートしたい。女性の笑顔は周囲に勇気を与える。パステルは頑張っている女性の味方でありたい。

※インディバ

―医療だけでなく美容でも用いられるインディバとは何か。

森　インディバは0・448メガ㌹の特殊な高周波を使用する機械。高周波を体内に通電させることで組織中に内部分解が生じ分子の移動による摩擦運動でジュール熱が発生する。熱を外から加えるのではなく体内から発する。深部を温めるのは非常に難しいことだがインディバは体の表面の温度を上げず、効率的に深部を温めることが可能。整体などはやり過ぎると疲れてしまうがインディバは疲れないのも特長だ。深部を加温することで細胞が蘇り、体温が上がり、代謝も上がる。美容の視点で言えば代謝が上がるので脂肪を燃焼できる。荒れた皮膚も活性化し、回復も早い。

―インディバを使い始めた経緯は。

森　最初はセルライトの除去などが目的だったがインディバについて勉強するにつれ除去以外の効果が分かってきた。我々が寝ている時、呼吸したり体温を維持できているのは自律神経が働いているから。自律神経はホルモンや免疫の調整にも関わっており、生きるために自律神経がバランスよく働くことが大切だ。インディバは自律神経を調整する効果が期待できる。またインディバで細胞の中にある、タンパク質の一種「ヒートショックプロテイン（ＨＳＰ）」が増えることも分かった。ＨＳＰは体を温めることで増える特殊なタンパク質。細胞機能を正常に働かせたり、傷んだ細胞を修復する作用がある。週1、2回インディバを使うだけで十分な量のＨＳＰを増やすことができ老化防止や健康維持につながる。

※インディバの効果

―具体的ながんの治療法を。

森　インディバで体の深部を温める「深部加温療法」を行っている。がん細胞が熱に弱いことは知られているところで、42度以上になるとタンパク質が凝固し、がん細胞は死滅する。深部加温療法ではインディバでがんの病巣を加温する。この療法は副作用がない上、「耐性」もできない。都合がいいことに正常な細胞は42度以上にならない。がん細胞だけを死滅できる。骨転移したり、抗がん剤の投与では治療が難しい場所にできたがんにも効果が期待できる。がん治療では抗がん剤の代わりに高濃度ビタミンCを投与しているが深部加温療法との併用により治療効果が上がることを確認している。インディバを用いれば仮に副作用がある抗がん剤を使っても、抗がん剤の使用量を抑えることができる。週1回インディバを使った場合、免疫年齢が10歳ほど若返ったとの臨床実験の結果もある。がん患者は食欲がなくなったり、疲れやすくなるが、それは自律神経のバランスが崩れているため。インディバで自律神経を調整すれば元気に治療を受けられる。現代社会では体温が35度台の低体温の人が多いといわれている。35度台はがん細胞の活動が活発になり増殖する温度。体温を上げることが大切だ。インディバは医療治療の補完的療法として使われている。

―パステルでのインディバの使い方は。

鵜川　15年ほど前に取り入れた。代謝改善のため月1回、インディバを受けることをお客様に提案している。パステルではまず白湯を飲み次にフットバスに入る。以前はサウナだったがサウナだと疲れてしまうので心を整えることを最優先に考えフットバスにした。その後、インディバを受けるが5～10分ほど深部加温すると必ずと言っていいほどお客様は深呼吸する。深呼吸は自律神経の緊張がほぐれた合図であり、その後深い眠りに落ちる。美容業界はリピーターの確保が難しいといわれているが30年間やってこれた。なぜ続けられたのか。それはパステルに来店するお客様にとってエステが欠かせない存在になったからだと思う。忙しい女性ほど来てもらえる。これもインディバのおかげ。

―老化にも関係するストレスについて話を。

鵜川　現代社会では日々の忙しさから心と体を解放する手段を考えなくてはならない。どうやってストレスを解消するかが重要になっている。ストレスについて一般の人も勉強する必要がある。ストレスと向き合い、病気を予防し、健康な人生を全うすることこそが大切。しかし実現はなかなか難しい。医療に携わる人の力を借りストレスについて学んでいけたら。

森　ストレス社会の現在、うつ病の人が増えている。人間の体は脳が支配しストレスが脳に与える影響は大きい。ストレスの受け止め方は個人によって異なり、うまく解消できないと体調を崩す。インディバを使うことで体調を修復できる。ストレス社会においてインディバの効果は大きい。

※オーダーメード

―続いて統合医療の話を。

森　病気で亡くなる人を減らしたかったというのが統合医療を始めたきっかけ。昔は4人に1人ががんになるとされていたが今は2人に1人。このままだと全員ががんになってもおかしくない。がん予防へ医療界は何をしてきたか。医療の現場では変わらず抗がん剤が使われている。健康診断が行われていると言う人もいるだろうがそれは予防ではなく早期発見のためだ。医療は毎年進歩している。その一％でも予防に向けられればがんは減る。米国はがん患者の増加を抑えきれず予防医療に転換した。これまで抗がん剤を使っていた国が食事について研究するようになり、患者が減り始めた。日本はどうか。米国が予防に向いているのにもかかわらず、日本は米国がこれまで行ってきた抗がん剤の治療を続けている。がんは怖いというが怖いのはがんではなく抗がん剤。抗がん剤一辺倒でない治療を考えるべき。統合医療は患者に負担をかけず、苦しまないための医療。東洋医学と西洋医学の融合も高まれる。何も特別な事をやっているのではない。世界を見れば日本の抗がん剤治療がいかに特殊かと気付く。当院は抗がん治療として高濃度ビタミンCを使っているが、高濃度ビタミンCは副作用がなく、患者は仕事を続けながら治療を受けられる。高濃度ビタミンCとインディバによる深部加温の併用で患者は元気に治療を受けられる。医療の進歩でがんの性質が分かるようになり、どんな抗がん剤が効くかも把握できるようになった。がんは人によって性質が異なる。がん患者全員に同じような治療を施す「標準治療」ではがんは治らない。オーダーメードの治療が必要だ。

―最後に美容業界にアドバイスを。

森　医療と美容が職場で連携できればいいが現在の医療制度ではなかなか難しい面もあるだろう。未病の人に対し医療は関われないというジレンマを抱えているためだ。しかし私は美容と連携していきたいと思う。アンチエイジングについて学ぶことは大切だ。鵜川さんにはぜひアンチエイジングのアドバイザーの資格を取って一緒に活動してほしい。

インディバで体内深部を温めることで施術の相乗効果も高まる

「医療」と「美容」の関わりについて２人の語らいは弾んだ

初めての方のために、特別プランをご用意いたしました。

●パステルが初めて…のお客様のために　●エステティックが初めて…のお客様のために

初めてのお客様が、エステティックをお気軽にご利用いただけるように「大人のエステティック…特別プラン4コース」を設定しました。

すべてのコースが3,150円（1コース）でご利用いただけます。※脱毛体験コースは無料

「女性の元気は社会の元気」
パステル エステティック マルシェ
4月21日（日）
体験入場料¥500
●チケットのお求め・お問い合わせはパステルまで TEL.0242-25-3322
「体験！最新のエステティック」

フェイシャル 特別プランコース
●シミ、シワ、たるみ、ムクミの改善
●毛穴の開き、肌荒れ、乾燥肌の改善
●フェイスラインの下垂改善／若顔づくり

まずはディープクレンジング
インディバで深部加温
クーナ・クーナ
石膏パックですっきり仕上げ

クーナ・クーナ 特別プランコース
●大人のダイエット
●ウエストラインなどの部分サイズダウン
●むくみ、冷えの改善

身体が変わると生き方が変わります。

インディバ 特別プランコース

むだ毛処理 特別プランコース
無料お試し脱毛（1ケ所）

パステルは元気に働く女性を応援しています
TOTAL BEAUTY パステル
■営業時間 平日／10:00am～7:00pm 日曜／10:00am～5:00pm
■定休日 毎週火曜日／第3火・水曜連休
■ご予約・お問い合わせは…
エステティックサロン直通 ☎0242(25)3322
ホームページ http://www.aizu-pastel.jp/
3F エステティック サロン
2F エステティック サロン
1F ヘアー サロン
B1 オフィス