

200歳 万歳!

200歳まで生きる会 H十八年十月 第五号

「世界には長寿者たちの住む村がある」

ロシア南部にカフカス（コーカサス）という地域があります。その中でも、アブハズという山間の村には、一〇〇歳以上の長寿者がたくさんいるということをご存知だと思います。一四〇歳〜一五〇歳の人たちがごく普通にいるということです。ロシア政府は、このアブハズに住む最年長者で、一六八歳のシリ・ムスリモフの長寿を記念して、彼の肖像を描いた記念切手を発行しようとした。でもそれは科学者たちの反対にあつて、実行されませんでした。彼の誕生日を公式に証明する記録がないというのがその理由です。この地域にはたくさんの方々の長寿者たちがいるのですが、残念なことに、一九〇〇年以前の戸籍簿がなく、それでは自称年齢であるかもしれないし、科学的に認められないというのです。

このアブハズの長寿者たちを研究したアメリカの人類学者がいます。ニューヨーク市立大学のベネット教授です。彼女の研究「アブハズ族・カフカス諸族の長寿者たち」は、文化人類学上の優れた研究のひとつであるといわれています。アブハズ村では定年がなく、長寿者たちがみな元気で働き、若者たちの尊敬を集めています。この老人たちは、山間地をよく運動するので、普段の肉体的活動が彼らの心肺

機能を高めて、多くの酸素を心臓に供給しているから、若さを保っているのだと学者たちに結論付けられています。平地に住む人よりも山間地に住む人の方が心臓の活動が活発だから、それが長生きに結びつくと思われているのです。

この文化は、人間が年を取ることに関しても、例えば、文明の進んだ欧米諸国や日本といった国々と反対の文化です。文明の進んだ国では、老年は醜く、社会の役に立たず、迷惑な存在と思われるのに、アブハズ村の長寿者たちは、一〇〇歳でも若々しく活動的で、白髪やシワは、知恵や成熟、長年の奉仕の象徴と見られ、若者たちに大事にされ、尊敬されるのです。年を取るのが美しいと思われる場所がアブハズなのです。アブハズでは「若くみえますね」「ぜんぜん変わりませんね」というのは侮辱の言葉で、「今日は年をとって見えますね」というのが褒め言葉なのです。

一九七〇年代の初め、アメリカの雑誌「ナショナル・ジオグラフィック」誌は、ハーバード大学の医学部の教授で世界的に著名なアレクサンダー・リーフ医師に、世界で最も健康的に長生きしている人々が住む地域を訪れて、調査し、記事を書いてくれと頼みました。リーフ医師はその調査を引き受け、一九七三年から研究の結果を、その雑誌に発表し、大きな反響を呼びました。

世界には長寿で名高い三つの地域があります。エクスアドルのヴィルカバンバ、パキスタンのフンザ、ソビエト（今のロシア）のカフカス（コーカサス）。いずれも山間部の村です。

カフカスには一五〇歳以上の長寿者がいるという噂が、リーフ医師の調査以前から流れていました。

リーフ医師のカフカス訪問の数年前、アメリカの雑誌「ライフ」は、アブハズに住む一六一歳といわれるシリ・ムスリモフを写真入で紹介しました。その時の写真には、ムスリモフが一〇〇歳の時に結婚した三番目の妻と写っています。

アブハズ村の老人たちの食事は、肉・魚・卵は一切食べず、菜食主義者です。牛や羊の乳を発酵させて作るマツォーニという飲み物を一日に一〜二杯飲みます。大地から取ったばかりの新鮮な果物や野菜を食べ、新鮮でない食べ物は害になると考えて、残ったものは捨てられます。脂肪分は木の实から摂ります。文明国の人々と決定的に違うのは少食で、一日のカロリーは二〇〇〇カロリーも摂らないという点です。彼らの間に骨粗しょう症などみられません。ここには、人間の生き方の別の可能性が見られます。世界にはこのように長寿者の住む地域があるので、そこに住む長寿者たちの生きる知恵に学べば、私たちももっと長生きできるでしょう。



七田 眞(しちだ まこと)

1929年生まれ。島根県出身。教育学博士。心理学博士。USアカデミー・アカデミシャン。日本文化振興会副会長、日本サイ科学会顧問。七田チャイルドアカデミー校長。しちだ・教育研究所が全国で約450教室を数え、アメリカ、韓国、台湾、シンガポール、マレーシアにも七田式教育論が広がっている。

特集記事

「人はガンなどで死ぬものではない」

「ガンは治る」と標榜している「いずみの会」というのがあります。NPO法人として認定され、愛知県から認定証書を交付されています。会員は四五〇名を超え、会の代表は中山武さん。中山さん自身が医師に生存率は一人に一人と言われるようなガンを宣告され、自分で克服した人です。

中山さんは、医師にそう宣告されたとき、「ガンなんかで死んでたまるもんか！」と一年発起して生活のあり方を変えていかれたのです。最初に摂りかかったのは、食事を改めることでした。食事を変えることによって、体質を変えようと考えられたのです。

もう一つ大切にされたことは、心のケア。ガン患者でも治ると信じている患者は、延命するけれども、治らないと諦めている患者は経過が悪いことは、医師の間でもよく知られている事実です。

「いずみの会」の会員数は、四七一一名（二〇〇四年三月現在）。このうち、二〇〇三年内に亡くなったのは十三名、生存率は九十七%だそうです。「いずみの会」に入って学び、心の持ち方、生活のあり方を学んで、生き方を変えようと、会員のほとんどの方が亡くならずに延命しておられるのです。「いずみの会」は、治療機関ではありません。

心のケアを学び、食事を改め、体質を変えて、免疫力を高め、自助努力でガンを克服しておられる会員さんたちの会です。NHKテレビにも取り上げられ、日本一の生存率の高いガン患者さんたちの会です。現在の会員さんは一〇〇〇名を超えるそうです。

「いずみの会」では、会員のみ有料で個人相談会を行っています。

「いずみの会」

(<http://homepage2.nifty.com/izuminokai/>)

ガンを治す方法には、通常型医療と非通常型医療の二つがあります。病院で行っているガン治療法は、通常型医療で、①手術による患部の切除 ②抗がん剤の投与 ③放射線治療の3つによるのが通常型医療といわれるものですが、ある程度以上に進化したガン・転移したガンには、この療法はあまり期待できません。この療法での生存率は四十%といわれます。ガンが進行して末期ガン症状になると、通常型医療では期待薄になるのです。

通常型医療のほかに、よく行われている食事療法や断食療法・温熱療法などは、非通常型医療と言われます。これらの療法で、末期ガンから生還する人たちがたくさんいるのです。病院で、末期ガンでもう望みがないといわれても、諦めないようにしましょう。

「やさしくガン・難病を癒す琉球温熱という希望」（屋比久勝子著／現代書林）という本が出ています。ガン細胞は熱に弱いのです。温熱療法を行うと、ガン細胞は壊死してしまうことが知られています。この本は、琉球温熱という温熱療法で、ガン細胞を熱で壊死させてしまう方法を説いた本です。著者は、医師に見放されても、まだ方法があると説き、多くの末期ガン患者が温熱療法で甦った実例を紹介しています。病院で、余命一か月と言われた末期肝臓ガンが温熱療法で痛みが取れ、二か月で腹水が取れ、それからは目に見えてよくなり、今は健康そのものという例から始まり、喉頭ガンでほとんど声が出ないかすれ声の七十歳過ぎの患者で、肺と前立腺にも転移していた患者が、家でも熱心に温灸器をかけて八か月くらいでガンがほぼ消失した例や、六十代の男性で、肝硬変、大腸ガン、糖尿病、三つの病気をかかえていて、肝硬変は末期でお腹にだいたい腹水が溜まっており、血糖値は四〇〇ミリ、気管支や腎臓も悪く、手の施しようのない状態で病院から治療法はないと言われた患者が、二か月くらいで腹水が取れ、一年半経った現在、すっかり元気になった例など、その他の実例がこの本にはいっぱい書いてあります。

問い合わせ先：

E-mail: on-netsu@tontonme.ne.jp

長生き物語

「仙人伝(1)」

中国には、列仙伝、神仙伝など仙人のことを書いた本があつて、日本より仙人の話がごく普通に受け入れられています。そうして、仙人に関する本がたくさん出ていて、その修行法も紹介してあります。でも日本では、仙人に関する本の数は少なく、仙人といえは、単に伝説上の人の話と受け止められることが多く、仙人になるための修行法など、説かれることが非常に少ないようです。

これはなぜでしょう。日本人は仮に永遠の寿命があるとしても、それは手に届かぬものだと考えます。中国人(漢民族)は、徹底した現実主義で、イデア(理想)をイデアの世界に棚上げしないで、現実の世界に引き下げて、それを手にしようと考えます。そうして考え出されたのが、仙人になることを目標とする「神仙道」なのです。

そうしたわけで、日本より神仙に関する話が日本よりはるかに多く存在することになるのです。

この欄では、そうした中国の仙人たちの話を紹介していきます。

まず、中国の「八仙」のことから。

中国には昔、八仙と呼ばれる八人の神仙がいました。

その八仙と呼ばれる仙人たちの名前を紹介しましょう。呂洞賓(りどうひん)・漢鐘離(かんしょうり)・張果老(ちやうかうらう)・韓湘子(かんしょうし)・李鉄拐(りてつかい)・曹国舅(そうこくしゅう)・藍采

和(らんさいわ)・何仙姑(かせんこ)の八人です。

中国ではこの八人が、一枚の絵に描かれて、正月や結納などのめでたい日に玄関などに飾られるという風習が今も残っています。仙人譚がいかにも中国では日常的であるかという証拠です。

八仙と祝い事を結びつけるきっかけになった次のような話が残っています。

彭祖(ほうそ)という仙人がまだ若かった頃の話です。ある日、彭祖が牛を使つて田を耕していると、向こうから白い服を着た八人の老人たちが歩いてくるのが見えました。

そこで、彼は牛を止めて、八人の老人が通り過ぎるのを待ちました。するとその一人が引き返してきて、「なぜ仕事ををやめたのか」と尋ねました。彼は「もし、私の牛が泥をはねて、皆さんの白い美しい服を汚してはいけなかつたからです」と答えました。

これを聞いた老人は感心して、「良い心がけじゃ。だが、哀れだのう。わしの見るところ、お前の寿命は二十歳までしかない。しかし、お前の老人をいたわる心に免じて、助けてやろう」と言い、自分達が仙人であることを告げ、彭祖に次の指示を与えました。

「わたしたち八人は、来月十五日にあそこに見える桃の木の下で暮を打つことになっている。そこへ気づかれないように、そつと酒や肴を持ってきて、わたしたちにご馳走しなさい」

彼は老人の指示通り、八仙のためにご馳走を届け続けました。仙人たちは何も気づかず酒を飲み、肴を食べ続けましたが、そのうち、仙人の一人が「この青年は何者だ」と言いました。

そこで彼に指示を与えた仙人がわけを言い、この気立ての良い青年が、今年かぎりの寿命しかない。なんとか助けてやろうではないかと提案すると、みな

賛成し、一人が一〇〇歳ずつ、八人で八〇〇歳の寿命が彼に与えられることになったのです。

その逸話がめでたい話として語り継がれ、八人の神仙を描いた絵が、めでたい日に、彭祖にあやかつて飾られることになったのです。

彭祖については、おもしろい話があるのですが、それは次回にして、まず、最初は呂洞賓(りどうひん)の話から紹介しましょう。

呂洞賓は、一般に呂祖(りよそ)と通称されます。山西省の蒲坂永樂鎮の出身で、二十歳の時に科挙の試験を受験するように推薦されたほどの秀才です。

このときの試験には落第しますが、後に五峯慮山(ごほうりよざん)の県知事に任命されます。

慮山で遊んでいるとき、やはり八仙の一人、漢鐘離(かんしょうり)に出会い、終南山に連れていかれて、厳しい修行をした後、仙術の秘法を授けられます。

仙術を授かつた呂洞賓は、更なる修行を重ね、修行に打ち込む一方、病気で苦しむ人々を助け、墨を売つて得た金を貧しい人にめぐんだり、数多くの功德を積んだので、民衆から絶大な人気を誇る仙人となったのです。八仙の中で最も民衆から愛された仙人とされています。



図42 八仙図 (Asiatic Mythology)

オルゴン情報 コーナー

「オルゴン療法のセミナーを受けて」

人生第二のお仕事に、治療師の資格を取り、オルゴン療法で多くの人を救っている治療師の人たちがいます。その人たちの声を紹介します。

三年前、「『氣』驚異の進化」と出会い、西海先生を知り福岡を訪ねました。「人様のお役に立たい」旨をお話しましたところ、ポータクリニックスのヒーリングシステムについてご説明いただきました。東洋医学について全く経験ない私でしたが、「私のヒーリングが体不調で苦しんでおられる人たちの役に立てるのなら」と代理店の契約を済ませて帰りました。私自身あつけに取られるくらいのスピード契約でした。今年の六月二日にオープンしました。そしてオープン当日、歩行のお手伝いをしなければ歩けない八十三歳のご婦人が「激痛をとって歩けるようにしてほしい」とのご相談で来られました。三十分後には激痛は消え、一人で歩いて帰られました。振り振り返り振り返り手を振って帰られるご婦人に、周囲の人たちはただあ然とするばかりでした。バイタルウェーブとポータクリムで、一般の施術院と違うオンラインのヒーリングサロン作りを目指します。

(ヒーリングルーム 院長 Y・K)

独立開業応援します！

N式オルゴンヒーリング法は1日の講習で習得可能！
認定講座を受講し、免許を取得しませんか？

「N式オルゴンヒーリング認定講座」

講習時間 AM10:00～PM4:00 (内休憩12:00～13:00)

講座内容 10時～12時 1部 西海式開運術

* 古典風水術を21世紀らしく道具を使い
簡単にしたもの

13時～16時 2部

オルゴンヒーリング法認定講座

講習費用 ¥105,000 (認定書発行含む)

開催日時 (株)生活活性研究所にお尋ね下さい。

(生活活性研究所が主催する民間の免許です。)

受講者体験談

A・S さん 四十歳 男性

ークリニックスを始めて間がありませんが、西海先生の講習に参加する都度、自信をもってヒーリングができるようになりました。

オープンして二ヶ月、今では自信を持ってクライアントさんとの対応が出来るようになりました。それと同時に感じたことはヒーリングに使用する波動機器が誰にでも即、使用でき、効果が期待できるからではないかと思えます。今では全くヒーリング知識がない家内が私の代役をも勤めるようになりました。

このヒーリングを通じて社会とのかかわりをもっていく決意です。

商品のお問い合わせ先

生活活性研究所(0120)06-4248へ

おひつわ

第三号(八月号)の六ページで、「バイタルライト・15」の記事をご案内させていただいた写真に誤りがありました。「恩光63DX」の横に載っている製品は、記事でご案内している「バイタルライト・15」ではなく「バイタルウェーブ」という機器で、周波数と波形をダイヤルでできるコントローラーです。お詫びいたします。



バイタルライト・15

恩光63

「これはすごい！自動法」②

1. クンルン・ネイゴンの秘法

崑崙山脈に古くから伝わる自動運動の秘法があります。これは、呼吸法でもなく、気功法でもなく、瞑想法でもない、覚醒のための特殊技法です。悟りへの秘法に他ならないとされています。

クンルン・ネイゴン法を実践した人は、至福のエネルギーと磁気のエネルギーが高まるとされ、クンルンを一時間実践すると、他の行を一〇〇年実践したのに匹敵すると言います。

クンルンは、自分のバイブレーションの数値を上げ、宇宙の本質とつながり、自分の内なる神を発見する法だと言われます。

クンルンを行うと、細胞の遺伝子がオンになり、十倍の生命エネルギーを吸収できるようになるのです。

さっそく、クンルン自動法のやり方を説明しましょう。

クンルン自動法

①椅子に座る。お尻が少し高い椅子であること。椅子は毛皮の上とか、絶縁できるシートの上に置く。

②浅く腰掛け、膝は肩幅、腿は床に平行。目は閉じる。

③手でボールをつくる。右手は喉の高さで下向き。左手はおへその高さで上向き。肘を体側から少し離す。力は抜く。

④かかとを上げる。膝は少し前に。エネルギーの流れをオンにする。

⑤足が自然にゆすり始める。体中に熱を生じ、浄化が始まる。

脳の眠っている部分にアクセスが自然に始まる。天と地の磁位が結合し始める。動きや感覚が自分の中で開放される。動いている間、磁気エネルギーが強力に働いている。

⑥一時間ほど、できるだけ長くこの動きを続ける。

⑦動きのスピードを緩める。心の中でもっとゆつくりと心にくり返し言う。急がない、焦らない。

⑧止まったとき、かかとを床につけ、目を開ける。

⑨右手、左手の順で丹田に手を重ねる。そこに意識を置いて、丹田呼吸をする。

⑩丹田呼吸を一〇分／二〇分続ける。大切なのはこの時間。右脳の自然力が開放される。

この実践を続けると、内なるエネルギーが目覚めます。

そうして、至福の感覚を味わい熱感が下腹から頭頂に走る体験をしたり、第三の目に光の輪や光の玉を見る体験をするようになります。超感覚が開け、体外の磁場が見えたり、体内が見えたりするようにになります。

この自動法は、一日に一度は必ず行い、六か月続けると良いとされています。

2. 日本にも古来から自動運動法がある

自動運動法は、日本にも古来からあります。

自動運動によって病気を治癒させ、神秘体験をすることが出来ることは広く知られていることです。

ここで、日本に伝わる幾つかの自動運動法を紹介しましょう。

自動運動法は、立つても出来、座っても出来、臥しても行うことが出来る、あらゆる修行法の中で一番楽で、しかも効験が著しく、治癒効果が高く、しかも神秘体験にまで至ることが出来る修行法です。

座して行う法

①あぐらをかいて座り、または正座して、両手の平を仰向けにし、膝に触れるか触れないかの程度にごく軽くおく。

②手は数分のうちに、少しゆらゆらし始める。少し意識的な微動をのせると、直ちに腕の運動が始まる。

③腕は勝手に動き始め、手先が身体のとところを撫でたり、叩いたり、揉んだり、勝手にする。そうして、患部を癒す働きをする。手先は、背中へも届く、足を揉んだりする。

④身体は、座っていて自由に動く。

⑤三十分／一時間自由に動いて、自然に止まる。

自動運動は、このように簡単に起こり、心身の異常を解いていきます。そうして、すっかり健康

を取り戻せるのです。

臥して行う法

①仰向けに寝て、ゆっくり深い深呼吸を三回行いましょう。

②手を合わせお腹から少し浮かせ、合わせた両手に少し力を込めます。

③合わせた両手に少し上下の微動を加えると、後は手が勝手に動き出し、やがて全身が自由に動いて、首をひねったり、肩を動かしたり、身体をひねったり、叩いたり、両足を大きく動かしたりして、病んでいる箇所を癒していきます。

④動きは、三十分〜一時間経って自然に止まります。

これは、無意識が行っている自己解放、自己治癒の動きで、何よりも治癒効果が高く、瞑想法では、達し得ない境地に至ることが出来ます。

動きが止まってからが大切で、静かに瞑想を続けると、瞑想が深まります。自動法によって、宇宙エネルギーとの交流能力が高まり、心を空にして無我の心を養うことができるのです。

自動法によって、曲がついていた足や腰も治り、うつ病や不眠、精神病も治るとされています。

自動法は、いつでも自分の意志で中止することが出来るので、危険なことは何もありません。

良書推薦コーナー

「リボディ・ドクター：中松の144才の健康法」

ドクター中松著／シーピーKK

人間の細胞は五十代まではまだ若い細胞で、盛んに分裂していきます。しかしこの分裂は五十代で止まり、六十代では老化細胞として、もはや増え続けることはできません。そしてさらに年を取ると、細胞は死滅してしまいます。

そこで、細胞を老化させないように、死滅する前に早めに手を打つことが必要です。細胞を老化させる一番の原因はストレスです。人はストレスによってうつ病になります。ストレスを受けると、脳内のセロトニンが不足し、眠れないなどの症状が現れ、うつ状態になります。ストレスはホルモンのバランスを狂わせるのです。

老化防止に大切なのは、ホルモンを活性化すること。ここでドクター中松は長期の記憶ホルモンを活性化することが必要と言いい、そのためにはできるだけ水分を摂らないことが重要だと言います。(後の③参照)

さらに今までの運動法は危ないと説いておられて、ダイエットのための運動は効果がないからやめなさい。歩け歩けの健康法も間違いで、歩くほど膝関節をすり減らし、悪いと警告を発しておられるのです。エアロビクスは、活性酸素を大量に吸い込むことになるからおすすしめない、ほとんどの健康器は効果が無い、

ジョギングは身体に良いというのは大嘘、ランニング選手の寿命は比較的短いなどと、ジョギングな説を述べておられます。水泳も必ずしも健康に良くない、水泳をするなら、ドクター中松式水泳法をやりなさいと勧めています。常識とは反対なのでびっくりすることばかりです。

ドクター中松は、長寿のためには、リボディ(身体作り変え)が大切と述べ、そのために必要な次の12の鍛錬の仕方を述べています。

①強い心を育てる。それにより継続の精神が大切

②肥満から脱出すること。(⑤参照)

③水分を取らない方が頭に良い。長期記憶に威力を発揮するのは「バゾクレッシン」というホルモンですが、このホルモンと体内の水分量は反比例の関係にあり、体内の水分量が1%減っただけで、バゾクレッシンの分泌量は倍に増える。逆に体内水分が1%増えると、バゾクレッシンの分泌量は半減してしまう、といっておられます。

④食べ物に注意。ビタミンB6を上手に摂り入れること。ビタミンB6は、バナナ・にんじん・大豆・アボガド・小麦・胚芽などに含まれます。メラトニンというホルモンが大切で、メラトニンの多い野菜は、ケール・とうもろこし・米・などです。ビタミンC・Dをよく摂ること。Cはブロッコリー・パセリ・さつまいもなどに多く含まれ、Dはイワシ・マグロ・カツオ・しいたけに多く含まれます。

⑤一日一食主義がよく、朝食が金というのは大きな間違いです、と説かれ、夕食のみ食べるのがベストだといっておられます。一日一食で内臓の負担が減

老年期に入ると、なぜ筋肉はやせほそり、肉はた
るんでくるか。それはたんぱく質増加作用が衰え、
逆に異化作用が増えるから。同化作用というのは、
食べ物からたんぱく質を摂ると、アミノ酸に分解
され、ホルモンの働きによって体内に使い易いたんぱ
く質に再生され、筋肉に蓄えられて、新しい筋肉

体や脳の若さを保つには、年をとつてもセックスが大切。

FAX .. 03-35889-5888

7

会員様からのお言葉

はじめまして。M・Kと申します。毎号楽しみにしています。七田先生の思いがこもった会報をわくわくしながら読ませていただいています。

私も三年ほど前に、先生のご著書「奇跡の右脳革命」を読ませていただき（感動の連続でした）、“人間の秘めた可能性”や“進化と向上の可能性”を感じることができました。

カラーブリージングで若返った、イボンヌ・

マーティンさんの本を直ぐに購入して試してみました。二か月くらいで髪の毛がツヤツヤに。身体が軽くなり、一言で表しますと、「ゴムまり」のような弾む身体。

心も前向きになりました。脳波に変化でもあったのでしょうか？別人のような思考と発想になりました。

そしてもう一つ、すごいことが起こりました!! 捻挫が一晩で完治してしまったのです。病院で「二週間は安静に」と言われた、ひどく腫れた足首が、翌朝には跡形もなく……。

夜眠りながら「捻挫はなんかの間違い!! 明日から新しいお仕事がスタート。絶対にありえない」と……。無意識のうちに浮かんできました。そ

して完全に思い込めたのです。

朝起きてみて本当にびっくりしました。全然なともなくなっていたのです。パンパンに腫れていた足首が、ほっそりと!

私以上にびっくりしたのは家族です。それから私は一目おかれる存在（笑）になりました。

それから忙しい日が続き、バタバタしたり、イライラしたりしている間に、エネルギーが下がってしまったのでしょうか？奇跡が起きなくなってしまういました。

また、「200歳まで生きる」ために「ゴムまり」のような若返った身体になりたいと思います。

これからも先生の素晴らしい情報や素敵なメッセージをとて楽しみにしております。

（岡山市 M・Kさん）

「200歳まで生きる会」とても楽しく読ませていただいています。いつも素晴らしい情報をありがとうございます。病気で困っている人がたくさんいるので、みんなに内容を伝えていきたいと思っています。

（横須賀市 Y・Aさん）

投稿大募集!

「200歳 万歳!」は、一方的に情報を伝えるのではなく、会員の皆様からの情報や意見を取り入れた双方向性のものでありたいと願っています。投稿をお待ちしています。投稿先は事務局まで。お手紙またはFAXで投稿ください。

編集後記

早くも五号。次々とお伝えした良い情報が入ってくるので、会報の編集が楽しみです。

山陰新報九月十八日号は、「九月十五日現在、日本の六十五歳以上の高齢者人口は、二六四〇万人で、総人口の二〇・七%に達した」と報じました。欧米などでも二〇%を突破している例はなく、国際的に最高水準の長寿国です。

これは昨年の八十三万人増。ますます長寿者が増えていくことが予感されます。「200歳 万歳!」が多くの高齢者の方たちの参考になればと願っています。

【発行人】

七田 眞

【発行所】

「200歳まで生きる会」

〒695-0011 島根県江津市江津町527-15

☎0855-5215301

FAX 0855-5215797