IMJ NEWS LETTER

発行:一般社団法人 日本統合医療学会 本部 〒112-0013 東京都文京区音羽1-1-9 Email：info@imj.or.jp FAX：03-6912-0376

認定施設紹介　東京療院

コンセプトは「こころと体の健康ひろば」

西洋医学の進歩は病気の診断と治療に画期的な成果を収めましたが、一方で医療費は年々増え続け、生活習慣病は蔓延し、うつ病などの心の病も増えています。こうした病気の解決には、生活習慣を改善し、ものの見方を変えるといった努力が必要です。しかし、物質的な豊かさ、便利さを追い求めてきた現代人にとって、生活習慣を改めることが難しいのは、だれも知る通りです。

東京療院は、医療法人財団玉川会（ぎょくせんかい）と一般社団法人MOAインターナショナル（MOA）が提携して、有効と考えられる各種健康法を西洋医学と組み合わせ、病気の治療にとどまらず、体と心を含めた全人的な健康を目ざす施設です。MOAの創始者である岡田茂吉氏（1882-1955）が提唱した岡田式健康法を柱に、真の健康を得るための支援を行っています。

東京療院の目ざす医療

日本統合医療学会は統合医療の定義として、「全人的医療」「予防や健康増進に寄与する医療」「一生をケアする医療」「真のチーム医療」などを挙げています。またドイツの哲学者ニーチェは、「毎日の小さな習慣の繰り返しが、慢性的な病気を作る。それと同じように、毎日の心の小さな習慣的なくり返しが、魂を病気にしたり健康にしたりする。」と述べています。これらを総合すると、現在の医療問題を解決する鍵は、私たちが生活習慣を改善することにあると言えるでしょう。東京療院は、地域のボランティアグループ（ＭＯＡ健康生活ネットワーク）やかかりつけの医療機関と連携して、「こころと体の健康ひろば」をコンセプトに、生活習慣の改善をお手伝いし、心身の健康づくりを目ざしています。

東京療院

〒108-0074　東京都港区高輪4-8-10

TEL 03-3280-1911　FAX 03-3280-1912

ホームページ http://tokyo.moa-natural.jp/

施設紹介

岡田式健康法

東京療院は、生活習慣を改善する具体的な方法として、岡田氏が提唱した岡田式健康法を推奨しています。それは、食事法、美術文化法、浄化療法（生体エネルギー療法の一種）からなり、これらをバランスよく実践することで、体・心・スピリチュアルの健康が増進すると言われています。

食事法は、「生命力」の豊富な食材を食べることで、私たちの「生命力」が向上して健康になるとの考えに基づいています。具体的には、1）無肥料無農薬の旬の食材を選ぶ、2）食べ物と作る人に感謝して食を楽しむ、3）うすあじに心がける、4）米などの穀類や野菜を食べる、5）食事と運動のバランスに気をつける、の5項目を推奨しています。

美術文化療法は、美を楽しむことによって人間の本性ともいうべき「魂」が浄化され、その結果として心身の健康が得られるとの考えに基づく健康法です。具体的には、1）最高の芸術や美術を楽しむ、2）自然の美や花を楽しむ、3）衣食住の美を楽しむ、などを推奨しています。

浄化療法の理論として、岡田氏は、薬や食品添加物、体の老廃物などは、体内で一種の

毒素となって、あらゆる病気や苦悩の原因になると述べました。浄化療法はこの毒素の排泄を促進させることで、体・心・スピリチュアルな健康を増進するとしています。ＭＯＡは浄化療法の施術者の資格制度を構築しており、所定のコースを受講すれば、本人の宗教や信条に関わらず、誰でも浄化療法の施術資格を得ることができます（ＭＯＡ会員）。

岡田式健康法を通して、人間に内在する自然治癒力に気づき、高めることによって、自然に順応した健康的な生活習慣を身につけるという、個人の生き方、考え方までを包含したケアに取り組んでいます。現在、一般財団法人ＭＯＡ健康科学センターと国内外の医療機関が連携して、岡田式健康法の効果と安全性を研究しています。

地域との連携と健康都市づくり

東京療院のスタッフは、患者の守秘義務を守りつつ全人的なケアに取り組んでいますが、当院で生活習慣の指導をするだけでは不十分で、家庭や地域で生活習慣の改善をサポートする人の存在が不可欠です。ＭＯＡは、地域のコミュニティのメンバーがお互いに生活習慣の改善をサポートする「ＭＯＡ健康生活ネットワーク」を構築しています。地域のコミュニティ内でお互いがお互いの健康を支え、それを療院などの医療機関がサポートします。専門的な治療が必要な場合は専門病院に紹介し、退院後は地域でその人の健康を支えます。この構想は、世界保健機関（ＷＨＯ）が提唱する健康都市づくりの具体的な方法だと考えています。

東京療院は、私たち一人一人が生活習慣を改善し、ものの見方を変えることで、心身の健康が得られることを実感していただくために、そして医療の本来あるべき姿を実現するために、活動してまいります。