

第1、 近況、雑感

1. 正月3日は誰も顔を出さなくなったので、昨1年“あちら側”に行ってしまった知人・友人・有名人にお越しいただき、音楽と酒にひたっていたところへ能登半島地震がきてしまった。
2. 「いつまでもあると思うな親と金、無いと思うな運と災難」である。しかし「災害は忘れた頃にやってくる」これは今や誤りで、「災害は復旧しないうちにやってくる」神戸・福島・熊本を見ろ、だ。
3. 災害復旧は急務だと為政者は語るが本当にそうか。地震列島、活断層上の原発も含めて、転地の選択も必要。明治天皇からの資金で移住した北海道新十津川町の近くで少年時代を過ごした者として、復旧と復興は違うし、さらなる地震・津波も十分に想定される地域にしがみつくと人生は長くはないようだ。
4. 「地球に住めなくなる日」(NHK 出版)を読み直し、「地震・雷・火事・オヤジ」の古い言い伝えも今や、戦争好きの人類が後を絶たない限り、大きく言い変えなければならない、と知らされた。
5. 300万人以上も日本人を殺したあの戦争を少しは知る者として、核の様々な問題も含めて天変地異への配慮よりも、戦争をやらない『平和』の堅持へ向かうべきではないかと、この災難が教えてくれた。
6. 指揮者 小澤征爾さんが亡くなった。ガン手術後の復帰に<MINERA21>がお手伝いできたのは嬉しいが、まだ88歳、残念。サインまでいただいたCDを聴き追悼また酒の日々です。

第2、 今月の報告

「水道水入浴は何故危ないか」(サンケン環境通信No.34)

第3、 今月の本

- ・ 我慢して生きるほど人生は長くない (鈴木裕介、アスコム)  
我慢しすぎて疲れてしまった人へ
- ・ 「健康神話」を科学的に検証する (生田哲、草思社)  
それホントに体にいい？無駄？
- ・ 「健康第一」は間違っている (名郷直樹、筑摩選書)  
常識を、疑ってみる。
- ・ 地球に住めなくなる日 (デイビッド・ウォレス・ウェルズ、NHK 出版)  
「気候崩壊」の避けられない真実
- ・ ヘルスケア・イノベーション (池野文昭、時評社)  
ウェルビーイング(持続的幸褔)を実現するために

第4、 今月のことば

- ・ 災害は復旧しないうちにやってくる
- ・ 気候変動・災害は避けられないが、戦争を無くしたい

## 水道水入浴は何故危ないか！

1. 能登地震で新年が始まりましたが、幸い認知症にもならず、何ら病名を持たず満 88 歳・米寿を迎えられそうな自分に感謝の毎日です。一方、著名人やお会いしたことのある方の訃報も多く、年寄りが会えば老化と病気の話ばかりで、孫の話も出なくなりました。
2. <MINERA21>を発売して 26 年目になりましたが、伝えたはずの使い方が果たして十分だったか、反省して気づいたことを記します。
3. 健康の基本は、燃焼・吸収機関である内臓を大事にすること、腸がすべてと主張する書物が多く、誤りではないけれど、それで十分かどうか、もしくは中国の五臓六腑・現代医学では上から大脳・小脳・肺・心臓・大動脈・膵臓・食道・胃・十二指腸・小腸・大腸・腎臓・膀胱・脾臓を内臓として重視して、治療・保全の中心とするようですが、それ以外の外側、上から頭・頭髮・耳・眼・鼻・口・両手・両足、更にそれらを覆う、体重の 18%の外臓とも言うべき部分の皮膚が健康問題で語られることは少なく、男性のはげと女性の美肌・化粧についてのみ話題とされるのは果たして正しいのか、大事なことを忘れてるように思います。
4. そこで、人間の身体維持のための空気・水・栄養が口から始まって、消化器官で完遂していることに目を奪われて、内臓を保持するための皮膚など外臓の役割を見失ってはいないか、毛皮を取去る前の古代人のような対応では、断じて健康は語れないことに配慮する必要があるのではないかということです。
5. 世界中には入浴の習慣のない民族もいるようですが、古代ローマ時代から温泉入浴の長い歴史があるのみならず、川水・湖水・海水に全身をさらすことを生活の一部とする民族も多く存在する訳で、日本人の温泉好きは誰もが認めるどころです。温泉湯治の習慣は昔ほどではないが、観光も含めて温泉人気はこの国の旅行の中心であり、戦後、特に最近サウナブームも続いています。

6. 改めて記すこともないのですが、温泉の効果について考えてみたいと思います。温泉療法・温泉医学などという言葉が辞書にあるように、古くからこの国の人々になじみの深い温泉の効果は、果たしてどこまで健康に役立っているのでしょうか、現時点で見直す点は少なくないようです。まず温泉分析表の示す効果は推定的な部分が多いのと、泉質自体が温泉発掘時のものと同じかどうか、例えば北海道登別温泉は明治時代のもので、現在も同じ地獄谷と言われてきた噴火口も移動し、泉源も泉質も大きく変化し、いつまでも同じ泉質を保っている保証はありません。更に自然界の経時変化で、自然条件に現代的濃度変化が加味され、変質・悪化していることも否めないでしょう。
7. 第一には、入浴による温熱の影響で血圧と脈拍が優位に変化すること。ただし血栓誘発、湯あたりの恐れも伴う。さらに消化促進、食欲抑制の効果も期待でき、温泉に含まれる各種の有効化学成分は、飲用は別として、大部分は皮膚を通して吸収される。市販の入浴剤などもこの効果を狙ったものですが、芳香以外は入浴自体の効果がほとんどで、薬効は期待できないものが大半ではないか、厳しい目を向けて利用すべきであると言えるでしょう。
8. 美人の湯なる温泉が各地にあります。これは皮膚＝顔の肌が改善されるはずという商用語としても、皮膚が温泉入浴によってどう変わるかは、皮下組織の三つの層、表皮・真皮・皮下組織の役割を知る必要がありますが、28日周期で新陳代謝する表皮こそ、臓器としての重要性があることのみ記して先へ進みます。
9. 水そのものは、誰もが体験しているとおり、温度にかかわらず人体に入ることにはないのに、温泉水に含まれる有効要素が表皮を通して体内に入り込めるのは、温泉水に含まれている化学物質がイオン化している結果と知ることは重要で、外臓と内臓のつながりを示すことでもあります。
10. 人類は体表にあった体毛を放棄することで繊細な皮膚を獲得し進化した半面、様々な皮膚疾患、アトピー症などにさらされることとなりましたが、せつかく手にしたこの皮膚を使って、健康を維持している第一の作業が温泉に限らず入浴です。入浴は体の汚れを取り、温めるのが一般的ですが、その入浴水に有効

成分があれば、皮膚はそれを確実に吸収するシステムであることをここで考えていただくために長々とここまで書き続けてきました。

11. これまで25年間<MINERA21>を製造・販売提供して参りましたが、最長期・最大量を使用した私としての結論は、このミネラル物質をいかに有効に使用し、健康を保持するかを、反省を含めて提起したいと思います。当初は水道水の塩素など化学物質を有意に除き、それらの害のない用水の利用が主目的でありましたが、これはほぼ完成、利用されてきたと思います。次はこのミネラルを体内（内臓）に入れて健康維持のために、どう体に入れこむかであり、希釈して飲用することを提案しましたが、必ずしも望んだ効果が実現したとは言い難いのは何故か考えてみます。
  - ①. 自分に合う量が投与されていない例が多く、そのための十分な指導がなされていないことと、個人差があること、消化器官に入ったミネラルの想定外の挙動、他の体内物質との直接反応による効果発現の弱化または過剰による流出などで十分活用される機会を喪失した可能性があること。
  - ②. 美肌作用への直接効果として化粧用水としての塗布も一部すすめてきましたが、強酸性物質を顔面等に使用する恐怖感から敬遠され、くすみ・しみ・あざ・ほくろの除去に使っていただけなかった不手際。
  - ③. 入浴剤『岩風呂天国』は部分的に好評でしたが、価格面と製薬会社との見解不一致で生産を中断されたこと。
12. 一方、自然環境、社会環境の悪化に準じて、水道水への塩素剤や塩化アルミニウムなどの化学物質の投入量は増えることはあっても、減ることはないと言って良いでしょう。飲み水には気を配っているあなたも、毎日利用する風呂水またはシャワーにはトリハロメタンなど塩素化合物の副産物が形成されています。水そのものは皮膚を通りませんが、化学物質は別です。それも、一瞬ではなく、5分も10分も浸かり、更にタオルなどを使って押し込んでいるのです。最後にまたは最初から湯温を上げて、頭部からのシャワーでクロロフォルムや揮発性ガスが皮膚全体からと呼気として相当量吸収されることは、前世紀から指摘されているのです。
13. これらを考えて、芳香を主とする入浴剤を使う方もいるようですが、それらの

体にダメージを与える物質を取除く効果はうたわれてもいませんが、全く零と断言して良いでしょう。恐ろしいことですが、解決方法は、発売中止中の青春の湯『岩風呂天国』のチラシに次のように書かれているとおりで

- ・天然礦物から特殊製法で抽出した総合ミネラルが、水道水の中の酵素の動きを活発にし、塩素類、大腸菌、サルモネラ菌を一瞬に消滅させ、天然温泉を凌ぐ上質のお湯に変えます
- ・自然の摂理で配合された多種類のミネラルを含んだお湯は、浸透圧によって体の表面の細胞に浸み込み、化学物質など不自然な体内の異物を皮膚から排泄する手助けをします
- ・その結果、汗や汚れと共に古い角質までもが、ゆるやかにお湯の中に流れ出し、新陳代謝が活発になって、一日の疲労が解消され、あなたの青春が甦ります

当社の『スーパークリーン』は『岩風呂天国』と同質のものであることを、改めて明言します。

14. 水道水入浴の害を書いたついでに、最近とくにブームとなっているサウナの危険性について梶本修身博士が断言していることを列挙して、愛好者の反論を待つことにします。

- 1. 健康に良いことは何一つない＝本能に反する行為
- 2. サウナは体に悪い＝失神、意識障害で救急搬送多数
- 3. フィンランドと同一視するな＝日本ほど高温ではない
- 4. 麻薬のような依存性＝脳内麻薬で「ととのう」と勘違いしやすい習慣性
- 5. テレビや雑誌が言えない真実＝ガス会社などのスポンサーおよび栄養

ドリンク会社の存在

15. P-FAS など生活用水の悪化が騒がれ始めていますので、水道水の設備や供給体制については書き留めたいことが山ほどありますが、災害で給水停止になっている地域の方々に思いをはせて、先送りすることといたします。

2024年1月23日

サンケン環境株式会社

山形 健次郎

## 飲む塩素より吸う塩素のほうが危ない！

日本では、ほとんど知られていないことですが、水道水の塩素処理を約 100 年前に発明した米国では、いろいろな研究報告がなされています。

1. 実際にシャワールームを研究室内に設置し、水道水に普通に検出される化学物質を測定した。その結果、15 分の入浴とシャワーの際に、呼吸から吸収される揮発性汚染物質の量は 1 リットルの水道水を飲むことで摂取する量と同じである。

発表者：米国ピッツバーグ大学・大学院 ジュリアン・アンデルマン教授

2. シャワーのお湯から塩素と鉄分を除去する、特別なフィルターを購入することを考えなさい。お湯に含まれる汚染物質の 20～90%は、入浴中やシャワー中に皮膚を通して、また湯気を吸い込むことで体内に吸収されています。シャワーの吹き出す力で水の中のクロロフォルムや他の揮発性物質がガスとなります。

著者名：ニューヨーク州立大学臨床小児科助教授・医学博士 ドリス J・ラップ女史

3. 毎日の入浴やシャワーで身体をきれいにするのが健康につながるというのは、たしかに化学物質が含まれていないお湯を使用している時のみ言えることで、塩素処理された水を使っている入浴は、今まで考えていたよりも健康に悪いと言える。

塩素ガスは熱いお湯に溶けにくく、空気中に拡散され残留塩素は結果的に減少する。シャワーや入浴中に塩素の臭いを感じるのは、塩素がガスとなって浴室に充満するからである。人間が普通、塩素の臭いを感じる濃度は 3.5PPM と言われているので、その時点で浴室はそれ以上になっていることになる。

10 分間で致死量となるガスの濃度は 600PPM であり、50～60PPM の濃度に 30～60 分さらされると重大な病気を引き起こす原因となる。

この点で、たとえ非常に微量な塩素ガス(普通の入浴やシャワー)であっても規則的にさらされることは肺の酸素供給を減少させるに至る。

皮膚に対しては、希釈された塩素溶液を身体全体に浴びると、一部が皮膚の油(皮脂)と反応を起こし塩素化合物を作りそれが身体に吸収されてしまう。塩素の酸化力のために連続的に塩素処理水に浸かることは老化を促進する。太陽からの紫外線を長くさらされるのと全く違わない。さらに言えば、塩素は細胞の劣化を強めることによって紫外線の老化効果を事実上促進している。

著者：ニューキャッスル大学教育学教授 DR・ロナルド S ローラ

サンケン環境の

# *Super Clean 21*

- 水質改良・ミネラル化
- 消臭、悪臭防止
- 作物成育・発酵促進
- 作業が簡単・安全・無害
- 事後処理不要

サンケン環境株式会社

## 特色

微量金属元素類が、他の岩石・鉱石より多く含有する天然鉱物の腐食花崗岩を、高熱・高圧および無機酸によって溶解抽出した還移金属元素群の錯イオン水溶液です。

## 成分

Super Clean 21 の成分は鉱物由来の、主として次の元素で構成されています。

鉄	Fe	マンガン	Mn	チタン	Ti	ナトリウム	Na
アルミ	Al	ほう素	B	カルシウム	Ca	ケイ素	Si
亜鉛	Zn	モリブデン	Mo	銅	Cu	バナジウム	V
マグネシウム	Mg	カリ	K	リン	P	イオウ	S

※ 水銀 Hg、クロム Cr、カドミ Cd、鉛 Pb、ヒ素 As 等の毒性金属は検出されません

※ 2,000 倍水溶液での定法によるヒメダカ飼育試験で魚類急性毒性は認められません

## 用途

- ・排水処理 … 生活廃水、生産廃水、畜産廃水、廃棄物廃水、工業廃水（50～500 倍）
- ・用水処理 … 浴場水、シャワー水、プール用水（2,000 倍）
- ・消臭効果 … トイレ全般、炊事場・厨房、ゴミ集積場、廃棄物処分場、水産加工施設、畜産施設（50～500 倍）
- ・農業関係 … 土壌改質、作物整理障害の予防・生産増大、水耕栽培溶液の改善、減農薬・減化成肥料、畜産飼料添加（500～2,000 倍）
- ・水産関係 … 淡水・海水養殖液の浄化、殺菌、加工品鮮度保持（500～2,000 倍）
- ・洗浄関係 … 温泉成分付着物除去、建物外壁タイル汚れ除去、古墓石洗浄（50～100 倍）
- ・その他 … 医薬品原料、各種食品添加物原料

## 使用方法

100～2,000 倍希釈使用になりますが、上記用途記載のほか、事前にテストおよび弊社と協議の上ご利用ください。

## 使用上の注意

- ・皮膚に付着したり目に入ったときは、清水で洗い流してください。刺激が残る場合には、医師の診断が必要です。
- ・使用後は、必ず栓をして室内に保管してください。
- ・幼・小児の手の届かないところで保管してください。
- ・使用期限は設けていません。

ポリエチレン 丸容器入・正味 500ml 定価 4,500 円(税 450 円別)  
ポリエチレン 角容器入・正味 1000ml 定価 8,000 円(税 800 円別)

製造元

特約販売店

サンケン環境株式会社  
札幌市西区山の手7条6丁目4-25  
TEL 011-614-2918・FAX 011-614-3339