

カムナ通信

vol.65



発行日:令和6年11月1日
(毎月1日発行)
発行人:青木敬司
株式会社カムナ・プランニング/東京都文京区目白
台2-9-7-503
電話:03-3942-8633
info@kamuna-p.jp
<http://kamuna-p.jp/>

コピー、転載、引用、配布
はご自由にどうぞ。

こんにちは。神無月を迎えました。7日は二十四節気の立冬で、冬の始まりです。22日は小雪で雪がぱらぱらと降るかも知れません。くれぐれも体を冷やさないでくださいませ。
冬の訪れとともに寒暖差が大きくなるこの時期は、体調を崩す方が多いようです。体を冷やしてしまったりそれは顕著に現れます。体温が1℃下がると免疫力が30%も低下すると言われています。免疫力が下がると抵抗力が弱まり、感染症に罹りやすくなりますので気をつけたいところです。

こんな季節の健康維持に大切なのは、睡眠と入浴です。この二つは一日で最もリラックスして過ごす大切な時間です。リラックスして副交感神経が優位になると、心身が回復モードに切り替わり、疲労やストレス、ネガティブな感情などをリセットして自らを癒します。睡眠の効能については続々と明らかになって来ています。専門的なことは控えますが、消化吸収や代謝、体温の調整、血液循環、排泄など意識しにくい体調面の関わりはもちろんのこと、免疫力やホルモンバランス、精神の安定、脳内の情報整理や不要物質の排除、記憶や学習効果、思考や倫理的な規範、自己肯定感やコミュニケーションショ



ンなどにもその影響は及びます。睡眠は、生命活動のシステム全般を円滑に営むのに欠かせない大切な行為という訳で、「睡眠の質は人生の質を左右する」とまで言われるようになってきました。
私はビジネスの最前線にいる時は寝る時間を惜しんで働いていましたが、約

10年前にその大きさに気づいて改心し、睡眠の質を高める寝具を販売するようになりました。今一番のお気に入りにはプラチナウェーブ繊維を用いた寝具で、一年中愛用しています。この寝具は、温かさや吸放湿性、汗やアンモニアの消臭作用といった快適性は十分に備えています。驚きなのは寝る人の健康を支える効果です。あまり詳しくは申し上げられませんが、医学博士の指導による厳格な検証試験を第三者機関で行ったところ、睡眠の質を高める他、血中活性酸素量や抗酸化力の変化、エストロゲンやテストステロン量の変化、感情や気分などの精神面の変化、直腸温の変化、体内慢性炎症の変化など、数多くの結果が得られています。

プラチナウェーブ寝具は、活火山から流れ出たマグマが固まってできた土を超微粒子にして繊維に練り込んでいます。また、触媒作用に優れる貴金属のプラチナも超微粒子化して繊維に加え、さらに「不可能を可能にするテクノロジー」として注目を集める生体エネルギー技術を施しています。生体エネルギー技術の根本概念は「あらゆる存在の持つエネルギーを高め、本来の能力を引き出す」です。私たちの体の細胞一つひとつの能力を引き出されるので、これらの検証結果が得られるのです。

寝具は、私たちが寝ている時間に健康を支える存在で、多くの人は一日も欠かさずお世話になります。しかも人生を終えるその日までお付き合いするパートナーです。だからこそ、エネルギーを高め、能力を引き出す寝具を選んでいただきたいと思っています。ただ今プレゼントキャンペーンを実施しています。ますます健康で元気にお過ごしいただくためにお役立てください。いつもありがとうございます。

株式会社カムナ・プランニング 青木敬司

NEWS & TOPIC KAMUNA PRODUCTS

パワースポットの土と超微粒子のプラチナ、生体エネルギー技術が融合した癒しのテクノロジー

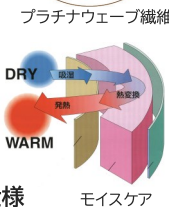
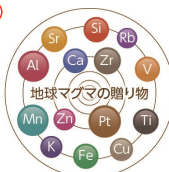
Platinum Wave® 寝具シリーズ



プラチナウェーブ寝具は、マグマが噴きだすパワースポットのエネルギーの高い土と、生体活性化を促す触媒作用に優れるプラチナを超微粒子化して繊維に練り込み、さらに生体エネルギー技術の加工を施して作られました。長年睡眠の研究に取り組む医学博士の指導に基づく検証試験において、睡眠効率の向上をはじめ様々な健康美容効果が明らかになっています。人生の3分の1を費やす睡眠こそ、最も効果的で合理的な健康法です。ぜひお役立てください。

プラチナ寝具ならではの機能性素材☆(葵・AOIシリーズ)

- ①プラチナウェーブ繊維が大地のパワーを放射
パワースポットの土から得られる14種の鉱石とプラチナを練りこんだ繊維が全身を包み癒し効果をもたらします。
- ②高吸湿発熱繊維モイスケアで抜群の調湿効果
湿気を吸着して熱に変えるドライ&ぬくぬく繊維を使用。吸湿力は綿の5倍、発熱量はウールの3倍です。
- ③マイテイトップⅡECO 防ダニ・抗菌防臭
高い忌避効果を発揮し、ダニを寄せつけにくくします。細菌の増殖を抑制し、防臭効果を発揮します。様々な試験で安全性を確認しています。
- ④高級敷パッドカバー 季節に合わせたリバーシブル仕様
表面はふっくらあたたか。裏面は通気性に優れたハニカム構造。



プラチナウェーブ寝具の定番 葵・AOI シリーズ **おすすめ!!**

寝具セットご購入で「インフラウェーブ膝掛け」と「モンゴルウールソックス」または「アイマスク」のダブルプレゼント!

- 葵 シングル3点セット 525,800円(税込)
- 葵 ダブル3点セット 656,700円(税込)

掛布団		
シングル	150x210(cm)	178,200円(税込)
ダブル	190x210(cm)	220,000円(税込)
肌布団		
シングル	150x210(cm)	132,000円(税込)
ダブル	190x210(cm)	167,200円(税込)
敷布団		
シングル	100x210(cm)	215,600円(税込)
ダブル	140x210(cm)	269,500円(税込)



■インフラウェーブ膝掛け 80x120(cm) 92,400円(税込)

はじめてのプラチナウェーブに人気!

- クオリティスリープ (肌ケット)
- シングル 150x210(cm) 159,500円(税込)
- ダブル 190x210(cm) 209,000円(税込)



使用繊維:プラチナウェーブ、マッシュルームニット、モイスケア、テンセル・リヨセル、フレッシュクール

寝具1点ご購入で「モンゴルウールソックス」または「アイマスク」をプレゼント!

プラチナ寝具シリーズのご注文はお電話にて承ります。

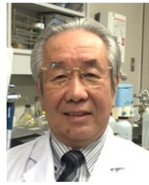
Information & 広場

プラチナウェーブ寝具にまつわる気になるおはなし



■凄いぞ☆プラチナウェーブ寝具 医学的 検証試験で驚きの効果が続々と明らかに！

医学博士の指導に基づくダブルブラインド方式という厳格な医学的検証試験により、プラチナウェーブ寝具のパワーが続々と明らかになりました。その一部をご紹介します。



清水教永先生

- 1) 睡眠時の脳波測定の結果、入眠状態の改善と深睡眠脳波の発現が短縮して質の良い睡眠がもたらされる。
- 2) 血中活性酸素量の減少と血中抗酸化力の向上により、疲労の回復や疲労耐性及び体内の抗酸化力の向上が認められた。
- 3) 血中女性ホルモンが増加し、更年期障害の予防や脂質代謝改善および健康美容効果が認められた。
- 4) 人体のバイオフィオンの発光増加により生体内のエネルギー活性が認められた。
- 5) 深部体温の記録から分析した結果、基礎体温が上昇することで基礎代謝や免疫の向上が認められた。

検証試験の際にご指導いただいた大阪府立大学名誉教授・医学博士 清水教永先生は、これらの試験結果から「日常生活における継続的な使用によって、有用性の高いエネルギーを安定的、積極的に受容することとなり、健康長寿を実現できる生活習慣を示したと評価することができます。」とコメントしていただき、プラチナウェーブ寝具を推奨していただきました！

■よろこびの声がいっぱい！ ※体感には個人差があります。

- ・プラチナウェーブ寝具を使用するようになってから起床時の関節の痛みや全身のこわばりが軽くなっています。階段の昇降もラクになりました。
- ・従来の布団より暖かいので寝つきも良く、ぐっすり眠れるようになりました。また体が全体的に調子良いです。
- ・使用して1年になりますが、体がすごくラクになりました。よく眠れるようになって肌のキメも細かくなっています。

- ・夜に何度もトイレに起き、眠りが浅く、疲れもなかなか取れませんでした。この布団を初めて使った夜からぐっすり眠れ、夜中に一度も目が覚めませんでした。
- ・健康診断を受けても不安が無くなりつつあります。肩こりや腰痛、山登りの後の筋肉痛なども良くなっているように思います。
- ・ムチウチでの手のしびれが軽くなりました。畑作業がとてラクになりました。
- ・電気毛布を敷かないと眠れませんでした。プラチナウェーブ寝具を使用してから必要なくなり、よく眠れるようになりました。
- ・使用するようになって4~5年になりますが、少しずつ悪いところが無くなってきているようです。

■「インフラウェーブ膝掛け」をプレゼント中！



プラチナウェーブ寝具「葵・AOI」をセットでお買い求めいただいた方にもれなく、ひざ掛けやポンチョのように使えるサイズの「インフラウェーブ膝掛け」(92,400円相当)をプレゼントしています。冷えてお困りの方、ペットにもおすすめです。この機会をお見逃しなく！(2024年11月30日まで) インフラウェーブ膝掛け 80x120(cm) 92,400円(税込)

■今月のプレゼントは「シンヨースイ」です！

商品をお買い求めいただいた方にもれなくプレゼントしている恒例の企画。今月は母胎で安らぐ赤ちゃんをイメージして開発した入浴液「シンヨースイ」(20ml・1回分)をプレゼントしています。地球のバイブレーション(7.8Hz)との共鳴を促して心身共に深いリラックスをもたらし、生命情報を全身にフィードバックするレゾナンスバスです。ぜひお楽しみください。(2024年11月30日まで) シンヨースイ 300ml入(15回分) 4,620円(税込)



シンヨースイ (20ml・1回分)

感動のおすそ分け

ミツエさんの「うらやましい孤独死」

今月の一冊で取り上げた本に書かれていた「うらやましい孤独死」の例を一部抜粋にご紹介します。

ミツエさんは90代。(中略) 気持ちは元気で体は確実に老いていく。ミツエさんは心臓病に膝関節症を抱えていた。そして、そのうちに認知症にもなった。次第に物忘れが激しくなってきた。認知症は重度と診断されるまでになった。それでもいつも外に出て畑仕事をしていた。(中略) 病院にも施設にも行かない。この集落から出ない。これがミツエさんの願いだ。 (中略) 重度の認知症とはいえず、何もかもまったくできなくなるわけではない。お米を炊くこと、畑仕事、布団の上げ下げなど、昔からやり慣れていることは怠っていない。(中略) 越える、昼夜関係なく大声で喚く。ミツエさんは病院で大暴れる。問題患者、となっていました。(中略) ミツエさんもそのまま入院が長引けば、手足をベッドに縛り付けられ、睡眠薬や鎮静剤で表面的な落ち着きを導き、そのまま病院で亡くなっていくことだろう。しかし、事態は動いた。ミツエさんの状態を見るに見かねた「いろ葉」のスタッフが、本人・家族、そして病院に自宅に帰ることを提案したので、(中略) こうしてミツエさんは10日ぶりに退院した。退院して自宅に戻ると、それまでの暴れっぷりが嘘だったかのようによろやかなミツエさんに戻ってしまった。(中略) 退院して1週間が経ったころだった。その朝、ミツエさんはいつもと同じように大阪の息子さんと電話をした。声の調子はいつもと変わらず、落ち着いた口調だった。電話の1時間ほど後、「いろ葉」のスタッフがデイサービスのお迎えに尋ねた。ミツエさんは布団の中にいた。すでに呼吸は止まっていた。それは優しい顔だった。(中略) 家族も、(中略) 近所さんたちも、介護スタッフも、みんながその最期を笑顔で見送った。(中略) ミツエさんの最期が一人であったということに、どれほどの意味があるのだろうか。もし世間がこれを「孤独死」というのなら、これこそがまさに「うらやましい孤独死」ではないだろうか。

最期まで自分らしさを貫くミツエさんから、人生における大切なことを教えていただきました。

今月の1冊

うらやましい孤独死 自分はどう死ぬ？ 家族をどう看取る？
森田洋之著 三五館シンシャ

医師で医療経済ジャーナリストの著者が、親や親族、自らの最期を考えるきっかけになればと、終末期の医療の実際を赤裸々に記した貴重な著作。カバー写真の女性は、幼少から小児麻痺で手足や会話が不自由ながらも鹿児島県の山間部で独居している御年80歳。土の上を這って畑の草を刈り、洗濯物は勢いよく物干し竿に投げかける。その生活を見て周りは不安に思うが、本人はいつも笑顔。高齢者をすぐに施設に追いやろうとするのは、誰の安心、誰の都合なのでしょう。内容は、医師として目の当たりにした「うらやましい孤独死」の数々、本人の意思を尊重しない終末期医療の目を覆いたくなる現実、行き詰まる医療システムの解決策など、全ての人に関わる大切なテーマばかりです。いずれ100%の確率で迎える死と向き合うと、本当に大切なことが見えてきます。そして生き方が変わります。あらゆる人に読んでいただきたい、目の覚めるような一冊です。



カムナ・ナウ

会社のバルコニーで、はレモンの木を育てています。眺めていると葉の上に黒つぶい芋虫が4匹モソモソしているのを発見！調べてみるとアゲハ蝶の幼虫であることが分かり毎日観察していました。数日経つと黒つぶい体が緑色に変わり、正面から見ると前髪が生えるように見えて可愛いので、すく成長を楽しみにしていたのですが、ある日みんないなくなっていました。鳥に食べられてしまったようです。来年もまたやってくるかもしれない！ (ゆ)