

毎日の暮らしにワクワクと感動をプラス！

カムナ通信

vol.79



発行日: 令和8年1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
〒100-0001 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
はご自由どうぞ。



一日に一度、体温を上げてリラクセスする時間はとても大切で、「最高の入浴法」の著者で医学博士の早坂信哉先生は、入浴の効能として①免疫機能の向上②自律神経の調整③血流の改善④基礎代謝や体内酵素の活性化⑤精神的ストレスの軽減など、数多くの健康効果を科学的に検証して発信

明けておめでとうございます。旧年中は大変お世話になりました。心より御礼申し上げます。今年の干支は「丙午(ひのえうま)」で、生命力にあふれる活発な一年になるようです。目標をしっかりと見定めて、新年を颯爽と駆け抜けて参ります。本年もよろしくお願い申し上げます。さて今月は、先人が遺してくれた健康長寿の知恵「入浴」にまつわる話題です。近年、お風呂をシャワーだけで済ませる人が増えていきます。この影響もあって冷えに悩まされる方は増え、体温が35℃台の低体温も増加傾向にあります。体温は1℃下がるだけで免疫力は37%も低下、基礎代謝は12%、体内酵素の働きは50%も低下します。『心もからだも「冷え」が万病のもと』の著者で医学博士の川嶋朗先生はその著書で、「冷え」が生む代表的な症状として、肩こり、頭痛、腰痛、生理痛、さらには便秘や下痢、消化不良、不眠、不安、イライラなど、多岐にわたると言われます。そんな時は十分な休息と、体を温めることで症状は緩和しますが、それを怠ると深刻な生活習慣病を引き起こしかねないと警鐘を鳴らしています。

弊社なりに最高の入浴法を追究した結果、そのモデルとしたのは胎児が母体でやすらぐ「羊水」でした。羊水はその99%は水ですが、着床した受精卵に30億年に渡る生物の進化を辿らせ、十月十日後にはヒトとして誕生させる驚くべき環境です。それ自体を再現することはできませんが、羊水は原始地球の海のミネラル組成と似ていることから、大自然のバイブレーションとの共鳴をテーマに研究を重ねて「シンヨースイ」という入浴液をリリースしました。

「シンヨースイ」の原材料は、地球を構成する主な元素であるシリカ(珪素)に、生体電流のめぐりを促す超微粒子状の貴金属、さらに有機物と無機物との橋渡しをする太古の地層から奇跡的に得られるミネラルやフルボ酸を用いています。これらの働きによって浴槽の湯は、入浴する人の生命情報を記憶・伝達する性質を持ちます。これはまるで全身版の波動転写器で、入浴しているうちに生命情報を全身の細胞にフィードバックするという訳です。

この情報伝達を上手に行うコツは、心地よく感じる湯温で、何も考えずに頭を空っぽにすること。思わず「はー」と声が出る頃には情報のフィードバックは完了しています。この時点で人の脳波は、地球の周波数と呼ばれるシューマン共振周波数7.8Hzと共鳴します。このように大自然のバイブレーションと共鳴して疲れもストレスもゼロリセットする入浴液なのです。終わり良ければすべてよし」と言いますから、一日の終わりに体温を上げつつ地球のバイブレーションと共鳴する至福のひと時にお役立ていただきましたら幸いです。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



生命情報を全身にフィードバック！ 7.8Hzとの共鳴を促し
一日の疲れもストレスも**ゼロリセット**する至福のひと時を…

レゾナンスバス

Sym YOSUI

シンヨースイ

シンヨースイは、一日の締めくくりに、羊水の中でやすらぐ胎児のようなひと時を過ごすために研究して生まれた入浴液です。原材料には、地球を構成する主な元素で情報の記憶・伝達に優れるシリカ(珪素)の他、生体電流のめぐりを促すナノサイズの貴金属、太古の地層から奇跡的に得られる、生命サイクルの情報が豊富なフルボ酸と70種を超える風化ミネラル、疲労回復を促す発酵クエン酸などを用い、これらがハーモニーを奏するように調合しています。生命情報を全身にフィードバックしながら地球の周波数7.8Hzと共鳴し、一日の疲れやストレス、ネガティブな感情をリセットしましょう。



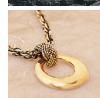
～ Sym YOSUI のここが違う 6つのポイント！～



- 1、生命を育む羊水をテーマに開発。地球の周波数7.8Hzとの共鳴を促してやすらぎをもたらす、こまでにない入浴液。
- 2、生体共鳴に優れるフルボ酸と70種類以上の風化ミネラルを贅沢に配合。
- 3、ナノサイズの貴金属が生体電流のめぐりを促して心身のダメージをリセット。
- 4、地球を構成する主成分シリカが生命情報を全身の細胞にフィードバック。
- 5、天然由来の発酵クエン酸がお肌の保護と疲労回復をサポート。
- 6、天然由来の原材料のみを使用。防腐剤、乳化剤、香料、着色料フリー。



フルボ酸と風化ミネラル 約1億年前の肥沃な植物堆積層から奇跡的に得られる、70種類以上の植物性ミネラルを含むオーガニック原料。ナノサイズの超微粒子ミネラルは生体の活性化を促します。



ナノサイズの貴金属 癒し効果に優れる、ナノサイズの金、プラチナ、チタンをバランスよく配合。これらの触媒作用により、皮膚の修復や保護に加え、生体電流を促進して心身のダメージをリセットします。



美のミネラル シリカ 私たちの体を構成する基礎になる元素。動植物や食品、岩石など、あらゆるものに含まれます。ナノサイズのシリカは抗酸化作用やデトックス作用、活性酸素消去能力に優れます。



発酵クエン酸 独自の発酵法で一貫生産しているバイオニア企業のクエン酸を使用。クエン酸の入浴効果は、疲労回復から抗炎症、美肌、皮膚の保護、体臭の予防と多岐に渡ります。

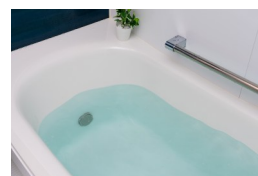
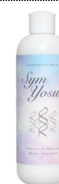
レゾナンスバス シンヨースイ ※計量カップ付き

300ml入 4,620円 (本体価格4,200円+税)

原材料: 水、グリセリン、クエン酸、シリカ、フルボ酸、トレハロース、ミネラル、金、プラチナ、チタン

使い方: 毎回容器を上下に良く振ってから浴槽のお湯に20mlを目安に加え、よくかき混ぜてから入浴してください。

※浴槽や給湯器を傷める原料は使用していません。(追い炊き可)
※残り湯は、お洗濯やプランターの水としてお使いいただけます。



Information & 広場

シンヨースイにまつわる気になるおはなし



■「シンヨースイ」の開発者

波動研究家 山梨浩利さんからのメッセージ

「シンヨースイ」は、お風呂のお湯を生命体と共鳴する場に変え、心と体にやすらぎをもたらす入浴液です。その心地よさの鍵は人と原材料が持つ“情報の共鳴と伝達”で、心地よさの基準は地球の脳波とも呼ばれるシューマン共振周波数(7.8Hz)との共鳴です。



山梨浩利さん

この心地よさを実現するためにモデルとしたのが羊水です。羊水はお母さんの波動であり、生命を育む象徴です。46億年の地球の歴史の中で生命が誕生し、魚類から両生類、爬虫類、哺乳類、そして霊長類として生まれてくる生命の進化プロセスを、十月十日で実現します。羊水のような、生命を育み、生命体としての進化を促す水をテーマに研究を進めました。

「シンヨースイ」に使用している原材料は、地球を構成する主成分であるシリカ(珪素)をはじめ、生命体との共鳴に優れる貴金属(金、プラチナ、チタン)、約1億年前の肥沃な植物堆積層から奇跡的に得られる、生命サイクルの情報を含むフルボ酸や風化ミネラルといった、ナノサイズの希少原料です。異種の貴金属は電位差の作用によって生体電流を整えます。シリカは生命情報の記憶・伝達に優れるため、細胞との共鳴によって生命情報を全身にフィードバックします。自然の摂理に則した機能性と波動性に優れる、高いエネルギーを持つこれらが、生命体との共鳴を起こします。

現代人は、大脳新皮質という思考を中心とした人間特有の脳の営みによって、悩み、苦しむ人が多いようです。本来の意に沿わない考えや行動によって生じる心身のアンバランスが、原因不明の不調や病の一因になっているようです。

これらから解放されるためには“無”になることが重要で、その有効な手段が、日本特有の風習であり最高の健康法とも言われる入浴です。入浴は心と体をリラックスさせ、副交感神経を優位にし、生命情報の伝達に最適な状態をつくり出します。この風習を利用して生命の根源的な情報を全身の細胞に共鳴させる場をつくるのが

「シンヨースイ」です。ゆったりとした気持ちでお風呂につかり、心地よさに身をゆだね、シューマン共振周波数と共鳴するやすらぎのひと時をご堪能ください。

■よろこびの声がいっぱい！ シンヨースイ編

・シンヨースイを入れたお湯は体がよく温まり、お風呂から出た後もポカポカしています。不思議なのは、このお風呂に入るとお腹の赤ちゃんが動きます。それまでは、動くこと無かったのに(笑)
・シンヨースイはお風呂から上がってもずっと体が温かくて湯冷めしません。長く浸かってもおぼせないのが良いですね。
・シンヨースイは値段は高いけど効果がしっかり分かります。
・冬になると乾燥して手足や背中が痒くなることがあるのですが、今年はそれがありませんでした。
・シンヨースイのお風呂に浸かると、心も体もゆるんで考えごとができません(笑)
・ひっかき傷の治りが早くて驚きました。皮膚が強くなって、肌の調子がとても良いです。
・お風呂のお湯が熱く感じないのが不思議です。それなのにしっかり温まります。いつまでも浸かっていたいです。
・体温を上げたくて長湯をしますが、このお湯だと不思議と苦しくなりません。ストレスなく長湯できるので気に入っています。

■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ちろんプレゼントしている恒例の企画。今月は羊水で安らぐ胎児のようなひと時を追究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との共鳴を促し、生命情報を全身にフィードバックする至福の時間をお楽しみください。(2026年1月30日発送分まで)



シンヨースイ
(20ml・1回分)

シンヨースイ 300ml(15回分) 4,620円(税込)

■「シングレース」の増量キャンペーンを実施中！

詳しくは同封の案内をご参照ください。(2026年1月20日ご注文分まで)



感動のおすそ分け

温めると体は治る

今月の一冊で取り上げた本に書かれていた、体を温めることの大切さと、入浴法について、抜粋にて紹介いたします。

まずは、ヒートショック・プロテイン(HSP)にまつわる話……(前略) 日本には昔から「湯治とうじ」という習慣がありました。大昔から「温める」ことは痛みを和らげ、患部を治すといわれてきましたが、この発見により、そのシステムが解明されたのです。この発見には、大きな意味がありました。

HSPに細胞修復能力があることを前提に、さまざまな症例に対して「温める」という治療が試されるようになったからです。その結果は、劇的なものでした。あらゆる症例において、温めるという治療はポジティブな効果を生んだのです。手術をするのも難しいといわれていた末期がんの患者さんが、患部を温めることによって進行を食い止め、無事に手術を受けることができ、体力を回復した例がいくつもあります。予想もつかなかったほどの延命効果が出た例もありました。アトピーに苦しんでいた人が、体を温めることによって症状が軽くなったという報告も相次いでいます。高血圧や糖尿病などの患者さんも、日頃から腹部を温めるようにするだけで、症状が改善される例が多いようです。温めるだけで症状が緩和されるこうした事実を見るにつけ、改めて実感されるのは「冷え」の恐ろしさです。HSPの発見は逆に、冷えがどんなに恐ろしいものかを、私たちに教えてくれているのです。

続いて「10分間入浴法」のくだり…… 体を温めるのもっとも効果的な方法は、お風呂に入ること。それもじっくりと湯船につかることです。体を副交感神経優位の状態に切り替え、心身ともにリラックスさせるためには、さほど熱さを感じない、ぬるめのお湯のほうがよいでしょう。心地よさを感じる温度には個人差がありますが、体温プラス4度程度のお湯に入った時、人はもっとも快適に感じるといわれています。体温が36〜37度であれば、風呂の湯の温度は40〜41度程度でしよう。しかし副交感神経を優位にするには、この温度でも熱すぎます。38〜40度程度のお湯に長時間つかって、体温を上げる訓練をしてほしいものです。(中略) さて体を温めるにはどの程度の時間、湯につかれればよいのでしょうか？ 首から下の全身が湯につかる全身浴なら、約30分が理想ですが、最低でも10分間を目標にしてください。熱くなってきたら湯から手や腕や胸元を出したり、水で濡らしたタオルで頭を冷やしたりすると、しばらくはしのげます。とはいえ、個人差がありますので、つらくなったら無理をする必要はありません。

著者の川嶋朗先生は幅広い知恵をお持ちでありながら、その解説が具体的かつ実用的でとても勉強になります。まずは心地よい入浴で体も心も温めていただければと思います。

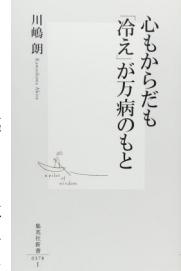
今月の1冊

心もからだも「冷え」が万病のもと

川嶋 朗 著

集英社新書

統合医療の第一人者で、洋の東西を問わず様々な医療に精通する医師による、現代人が軽んじている“冷え”の問題について書かれた著作。先生は“冷えはあらゆる疾患の入口になっている”と明言されます。近年増加傾向の低体温は、十分な血液が体の隅々まで送られず、その結果として熱を産生できないことで生じる現象。こうなると体内酵素の働きやたんぱく質の合成は十分に行われないばかりか、排泄も滞って体全体の機能が失われ、やがて深刻な病気を引き起こします。冷えのメカニズムや自律神経との関係、血液の汚れや慢性疾患に至る理由など、専門的なことも分かりやすく書かれています。すぐに実践できる体温を上げる知恵や入浴法、ペットボトルやカイロの活用法、体温を上げる呼吸法、指揉み・指組みから漢方薬の活用、薬をやめる選択に至る提言は、現代医療と自然治癒力を知り尽くす医師だからこその内容です。初版は2007年ですが、今でも大切に書棚に備えている貴重な一冊です。



カムナ・ナウ

レモンは暑い季節の果物というイメージがありますが、実は国産レモンは冬の季節の今が旬とされています。今年も6個の实を付けてきた。このレモンは果汁たっぷりでとにかく香りが良いのです。そして去年よりも酸味が優しいような……これはレモンの木にシンヨースイのお風呂の残り湯をあげているからかもしれません。シンヨースイのお風呂にゆっくり浸かった後はぜひ有効活用してみてくださいね。(ゆ)