



リボーン洞戸とは？

「がん予防滞在型リトリート」

がんは「本当の自分に甦る」ための呼びかけ
だから、がんの言い分をきく！！



本要旨は、第25回
日本ホスピス在宅
ケア研究会inとち
(2019,2,2~3)にて
発表させて頂きまし
た。

求められるこれからの医療観(リボーン洞戸の医療観)

項目	現代医療	新しい医療観
治療の主体 (治す力はどこ)	医療者の施術、内服 (治す力は患者の外にある)	患者の 自然治癒力(自然に治る力) (治す力は患者の中にある)
病気観	降ってわいた災難 煩わしく、避けたい出来事	患者の自然治癒力を削ぐ生き方(生活習慣)の 結果(病気のお蔭で生き方が変わりうる)本来の 自分からのプレゼント(生き方への呼び掛け)
医療者の役割	適切に診断し、的確な医療行 為を講ずる 医療者が病気を治す	患者の自然治癒力を信じ引き出すサポート 患者が引き出そうとする 治癒力の邪魔をしない 現代医療は否定せず、治療法を統合する
治療とは	病気を消す(対症治療が中 心)直すこと	患者は病気を通して自らの生き方を検証(反省) し 生き方を変える 。治すのは自分の治癒力
治療の目的	直る(消える)事が目的	治すことは手段。病気を通し 本来の自分らしい 人生に気が付く事 が目的(治る事に執着しない)

【がんの言い分を聴くために】

がん根絶を目指して現代も西洋医学は進歩しつつあるが未だにがん死亡率は十分減少しないのが実情である。健診率が低いなどの理由もあるが、筆者は「がん治療の方向性に問題があるのではないか？」と疑問を持ち、がん患者に「がんの言い分を聴くアンケート」を取った(図1)

その結果(図2)、がんになる前よりなった後の方が総じて人生点数が高いことが分かった(図3)。また「がんの言い分」とは「今の生き方を変えなさい」に尽きる事が分かった(図4、図5)。

そこで演者は、がん患者とゆっくり面談しながらがんの原因とは何か？言い分とは何か？を共に探る外来(リボーン外来)を始めた。この外来から、がんになる過程で免疫を貶める5つの生活スタイル(睡眠・食事・運動・加温・笑い)が重要あり、それが習慣化している事で恒常的に免疫力が低下しががんが成長すると思われた(図6)。

しかし、外来中にそれに気がついても帰宅すると元の生活習慣が待っており、結局がんの言い分は聞かれない事が多い事も分かった。

図1)「がんの言い分を聴く」アンケート

2015年に当院のCAMの実態調査のためのアンケートを取りました。そこから見えてきたもの・・・

- 1) 年齢、性別をお教え下さい。(才 男・女) 2) 病名 ()
- 3) 当院(フナクリ)受診前にどの治療を受けられましたか？(○をつける) (治療なし・手術・抗がん剤・放射線治療)
- 4) 当院で行われた診療についてお聞きします。当院では、予め院長のNON病外来^{*}を受診頂き、病気の原因や今後の治療への心がけ等が話され今までの生活を転換する事(免疫生活の勧め)が重要であると話されたと思います。
 - ①このNON病外来^{*}は病気の気づき、生き方の転換に有意義でしたか？(○をつける) (全く有意義ではない・ある程度有意義・大変有意義・その他) 本人、家族の立場で理由・意見→ ()
 - ②今一度、癌の出現した原因や理由は何だと思えますか？ (ご本人が他界の場合はご家族が代わりに記載下さい。) * : 現Reborn外来
 - ③当院で施行されたCAMは以下のうちどれですか？
(VC点滴・リンパ球点滴・マイルド加温・オンコサーミア・インデイバ・他 ())
 - ④その治療法についての感想をお聞きしたいと思います。良い点、悪い点もお書き下さい。()
 - ⑤合わせて行われたセラピーはありますか？→(なし・あり→ ())
- 7) 以下では「疾病利得」の概念から癌を見てみたいと思います。(癌は悪いばかりではなく良い面もあったのではないかと) この視点から、今回の癌で最も大きく変わった(変えられた)点は何でしょうか？(=癌の言い分?)
本人、家族→ ()
- 8) 貴人生全体を点数評価するとしたら、以下は何点になりますか？(100点満点で)
癌になる前の人生 () 点 → 癌になった後の人生 () 点 その理由→ ()
- 9) 死後の世界観や宗教観は闘病に重要だと思えますか？(はい・いいえ・分らない)
- 10) 何でもご意見をお書き下さい。()

2014, 11~2015, 10までの当院を受診されたがん患者128名にこの用紙を送った。

以上です。ご協力ありがとうございました。

図2) アンケート結果(44/128, 34% 男女比14:30)
病名とステージ分類

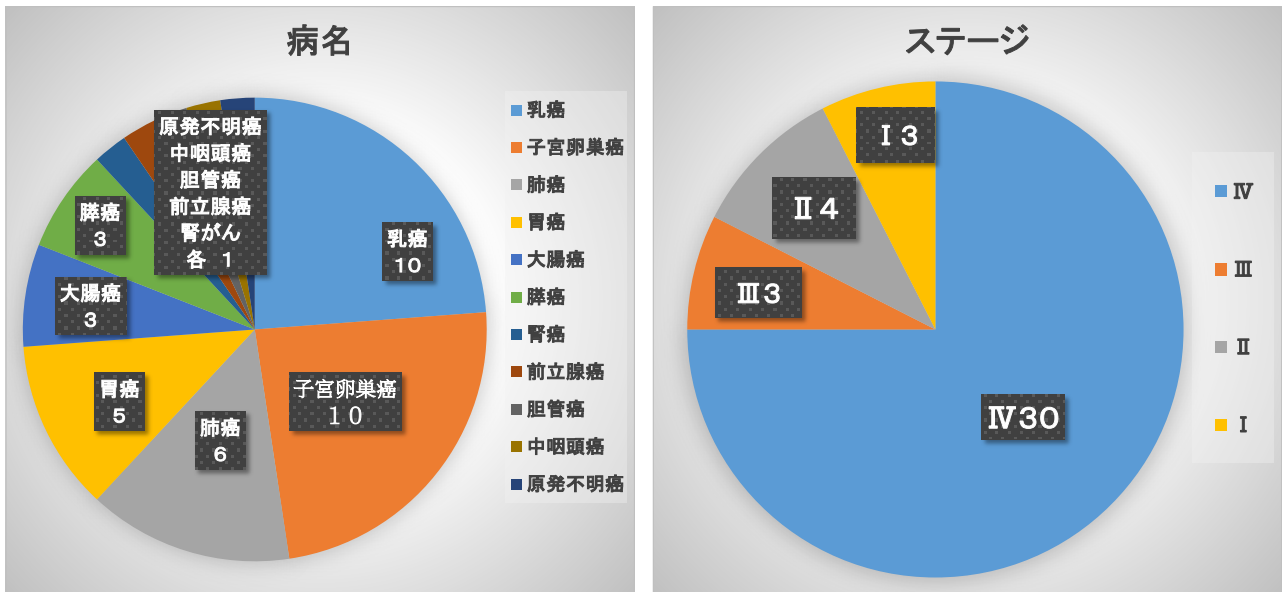


図3)

癌前と癌後の人生点数

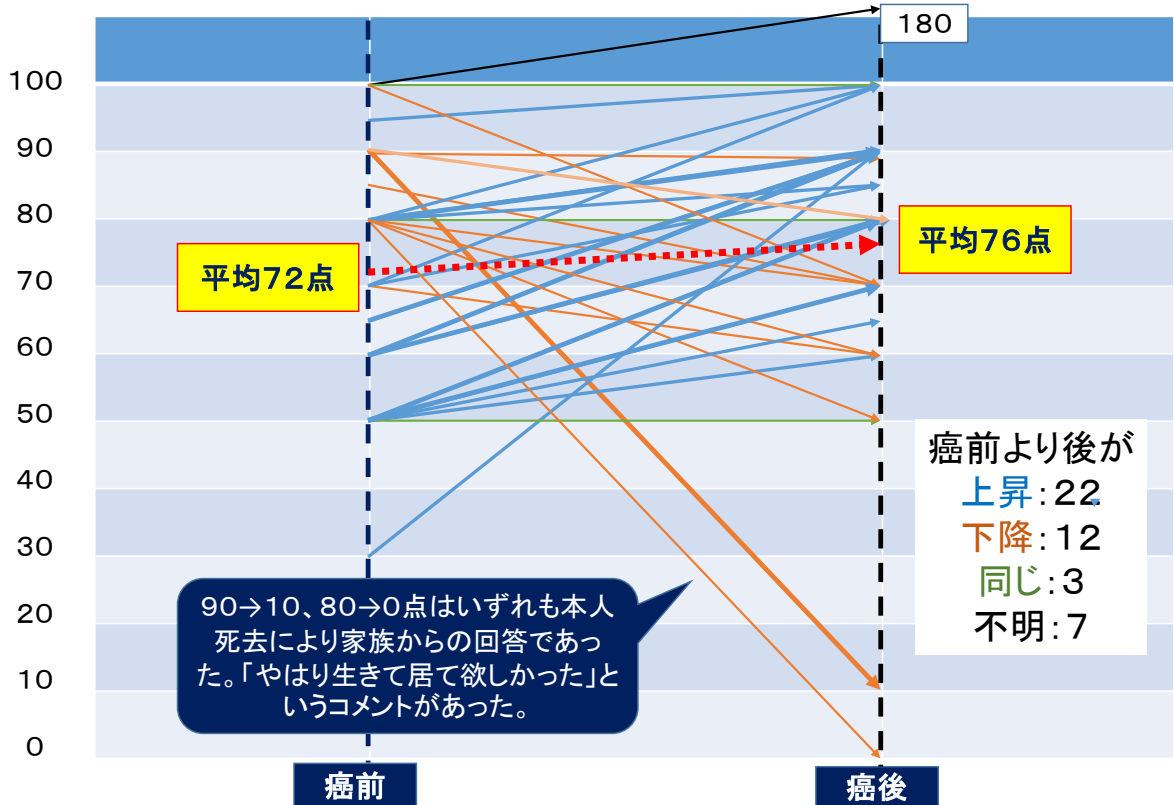


図4)がんの言い分は何ですか？

- **自分を大切に**しなさい。良くやったと褒めなさいと言っている
- 毎日が大切、常に**希望**を持ち広い視野で見なさいと言っている
- 人の温かさにより**感謝**できるようになった
- 足りないものより**足る事**に**感謝**できるようになった
- 生活**習慣**を見直し、休みなさいと言っている
- **義務感**を捨て、辛い人に寄り添おうと思うようになった
- がんは自分の**生き方**を訂正しなさいと言うメッセンジャー
- **もっと生きよう**と思った。以前より**前向き**になった
- **食生活**をみなおすようになった
- 今一度人生を**考え直**しなさい
- **希望**をもって1日1日を大事にする事
(赤字は筆者)
- 人生を**再確認**し、**禁酒、禁煙**した
- 自分と**真剣**に向き合えた。**家族との絆**が深まった
- 全てを**ポジティブ**に受け止められる。**掛替えのない自分**を再確認した
- **生活**が規則正しくなり**家族の絆**が深まった
- **価値観**が変わり**時間**が大切になった
- 自分を受け入れ他人に**OPEN**になった
- 人生を見直し**食事**を見直しなさい
- **もっとやりたいこと**をしなさい。奥様に**死に様**を見せる事
- 一番大切なのは自分。家族の人生も大事
- **感謝**をもって**ワクワク**しながら生きなさい
- 何者でもない**自分**でも**価値**ある事が分かった
- **家族**と一緒にいる**幸せ**の実感。**病気の経験**と出会った人に**感謝**
- 自分の**最期**を考えるようになった

図5)がんの言い分は何ですか？

感謝、ワクワクしなさい
生き方の見直し(変え)なさい
自分を大切にしなさい
希望を持ちなさい
義務感を捨てなさい
食生活見直し、卒酒、卒煙
家族との絆を見直しなさい

- 人生を**再確認**し、**禁酒、禁煙**した
- 自分と**真剣**に向き合えた。**家族との絆**が深まった
- 全てを**ポジティブ**に受け止められる。**掛替えのない自分**を再確認した
- **生活**が規則正しくなり**家族の絆**が深まった
- **価値観**が変わり**時間**が大切になった
- 自分を受け入れ他人に**OPEN**になった
- 人生を見直し**食事**を見直しなさい
- **もっとやりたいこと**をしなさい。奥様に**死に様**を見せる事
- 一番大切なのは自分。家族の人生も大事
- **感謝**をもって**ワクワク**しながら生きなさい
- 何者でもない**自分**でも**価値**ある事が分かった
- **家族**と一緒にいる**幸せ**の実感。**病気の経験**と出会った人に**感謝**
- 自分の**最期**を考えるようになった

**がんって本当に敵
なんだろうか？**

と**生きよう**と思った。以前より**前向き**に

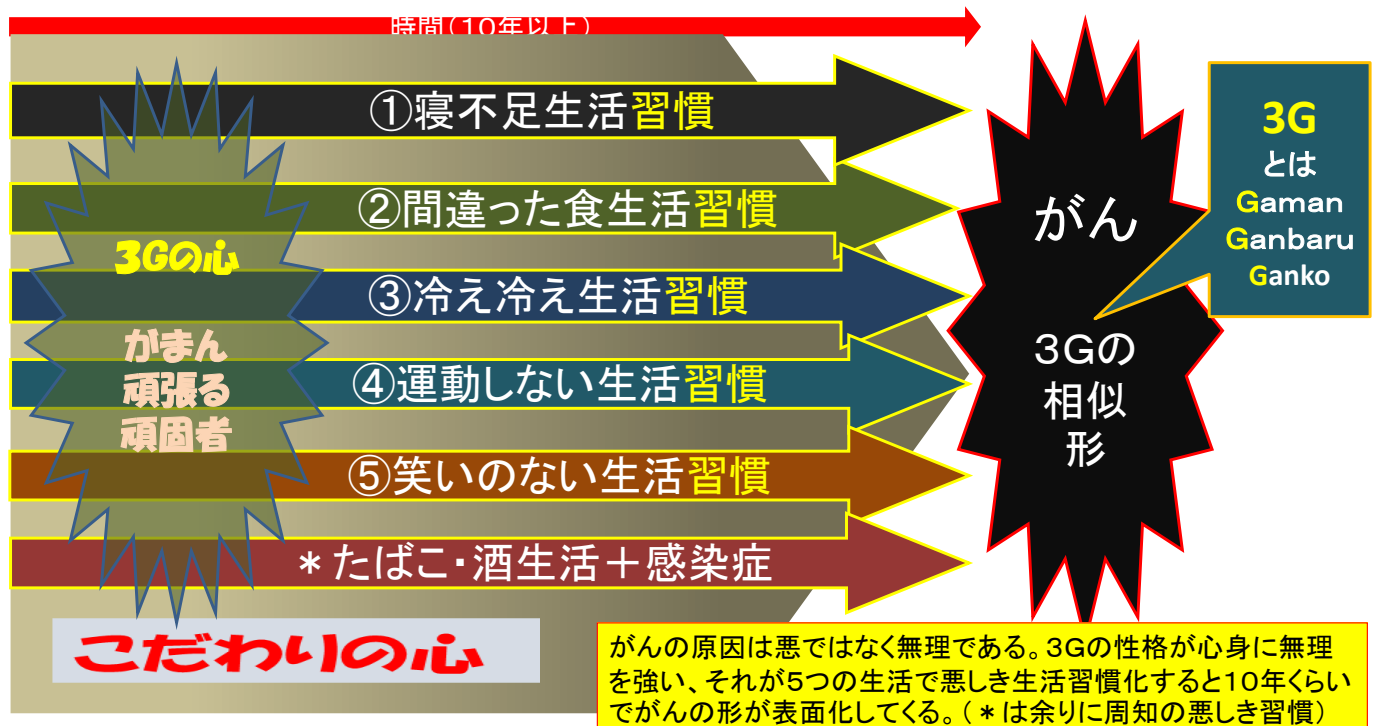
がんは一言も「死ね」「治してみろ」とは言っていない！

度人生を**考え直**しなさい

- **家族**と一緒にいる**幸せ**の実感。**病気の経験**

がんはただ「変わりなさい」とだけ言っている？

図6) 5つの生活習慣ががんを作る！！



【がんの言い分を訊くために】

おろそかになった生活習慣でがんが成長したとすれば、習慣を変える必要がある。その為には、一定期間現在の生活から切り離し、なぜそうした生活にならざるを得なかったかの心と5つの習慣を検証(反省)し、それから導かれた新しい生き方、生活を一定期間継続する事で新しい生活の習慣化と信念が重要だと思われた(図7)。

その為の施設が必要であると思われるが、現在日本にはそうした理念にたった施設がない。

そこで演者らは平成30年1月23日に岐阜県関市洞戸(演者の故郷)にがんの言い分を聴き、生活習慣を見直し、生き方を転換するための施設を開設する事にした(Big Reborn Project という)。

この施設を一言で言えば「がん予防滞在型リトリート」である。

がんを通して「本来で本当の自分に気が付き、生き直す(Reborn)事を願って「リボーン洞戸」と名付けた(図8)。

図7) がんが出来る習慣を転換(Reborn)する



図8) がん予防滞在型リゾート「リボーン洞戸」模型

がん予防とは 1)初発予防 2)再発予防 3)進行予防の3つの予防がある

診療棟(自費のみ)

宿泊棟(洋室)

2階 レストラン
1階 テラピー

宿泊棟(和室)

入浴棟、岩盤浴

がんに関心の有る人対象
12室14名まで(お1人歓迎)
JR岐阜駅より送迎あり
お試しが2泊3日コース
がんの状態でも数か月も可能

2018, 1 OPEN
岐阜県関市洞戸939番地 0581-58-2311

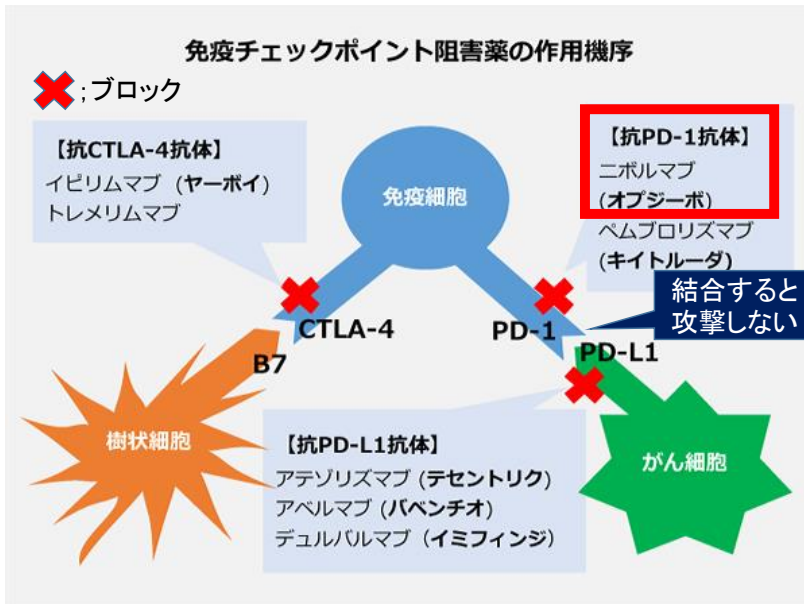
【がんの言い分が効くために】

施設は、山紫水明の岐阜の山中にある。具体的なステイ内容を簡単に紹介する。

- 1) 良食とは、食事＝身体の法則に則って、極力オーガニック、添加物のない食材で、ビーガン料理を中心に提供している(図9)。
- 2) 良眠とは、がんを消す時間は良好な睡眠中であることを重視する。
- 3) 加温とは、平素から体を冷やさず、HSP入浴を心がける(図9)。
- 4) 運動とは、毎朝30分以上のウォーキング。
- 5) 笑うとは、呼吸法でもあり、笑いヨガなども含む。
- 6) テラピーは、長い偏った生活により身体に滞りがあり、マッサージなどでほぐすことはリフレッシュに繋がる(図9)。
- 7) セミナーやワークは、がんになる仕組みや治る仕組みの勉強会や、音楽、瞑想、座禅、マインドフルネスのワークで自己回帰(内省)する(図14)。
- 8) 補完代替医療は、低用量オプジーボ、高濃度VC点滴治療、温熱治療、還元電子治療などにより、直接的がん治療や免疫力アップを図る(図10～図13)。
- 9) そして開業して1年がたった実績を若干紹介する(図15)。
- 10) まとめ;リボーン洞戸とは?(図16)



図10) 低用量オプジーボ治療



<https://answers.tennavi.com/pharmanews/7342/> より

2018, 12現在で、オプジーボ以外にも様々な免疫チェックポイント阻害薬が開発されています。現在その複合治療が試されています。

京大の本庶佑先生がノーベル賞を取られた治療法で、今後「免疫療法」ががん3大療法に続く第4の治療法として注目されています。

画期的な点は、オプジーボそのものは、がんを攻撃してはしません。使っているのは、本来体に備わるリンパ球の攻撃力です。リンパ球に存在するブレーキ(PD-1)とがんのタンパクであるPD-L1が結合すると免疫細胞にブレーキがかかりがんを攻撃できなくなります。このPD-1の抗体であるオプジーボ(抗PD-1抗体)はPD-1とPD-L1の間に入ってがんがブレーキをかけられなくなります。それによって、再度免疫が活性化してがん細胞を攻撃できるのです。

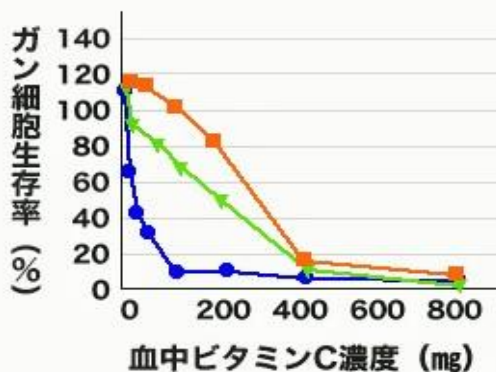
基本的にどこのがんにも有効が期待されますが、部位に関わらず有効性は20~25%程度だと言われています。当施設で実施している生活習慣改善に取り組みれば、より有効性が高まることが期待されます(島袋医師)。

低用量とは言え副作用もあるので、十分な注意下に治療を行います(最初はステイお勧め)。2週に1回で5回を1クールとします。

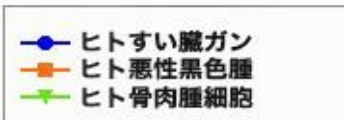
1回当たり15万(+消費税)1回の点滴30分

図11) 高濃度VC点滴治療

血中濃度が高まるほどガンが死滅しやすくなる



ビタミンCの血中濃度が高まるほど、ガン細胞の死滅率が高くなり、しかも正常細胞には影響を与えないことがいくつかの試験で確認されている。(左のグラフはその一例)



αリポ酸点滴

強烈な抗酸化効果があり、単独やVCとの併用もできます。VCの再賦活化効果あり。

VC同様、週2~3回で、同時に温熱や還元電子治療も併用します。

300mg4,000円

600mg6,000円

高濃度VC点滴は週2~3回実施します。(肺がんや再発・多発転移などは3回行います)最初は15g⇒25g⇒50g(~100g)です。当院では合計24回で1クールとしています。(終了までに2~3か月)これを、同時に生活習慣の改善とともに行うことが重要です。当院では、加えて温熱治療+還元電子治療(セット治療)も合わせ行います。時間は25gで1時間~100gで3時間半(単独治療可能、ただし、VC単独はセットと同価格)

費用は、VCのgにもよりますが、セットで20,000~38,000円/回×回数(概ね月に20~30万円程度)

図12) 温熱治療

・高加温治療(インディバ)

がんは熱に弱いです。42度以上の加温を高加温と言い、がん細胞は死滅します。しかし、従来深部加温が困難でしたが、そのために開発されたのがインディバです。比較的限局したがんを実施します。1回30分5,000円



・マイルド加温治療(スマーティー)

42度より低い温度での加熱はマイルド加温と言います。直接にはがんを死滅させませんが、細胞内のHSP(Heat Shock protein)を増やします。このHSPはがん細胞の傷ついた遺伝子を修復し正常へと向かわせます。それが適わない場合は、自死スイッチを押してくれます。1回30分5,000円



図13) 還元電子治療

- ①交感神経の緊張を減らし、血流を良くする
- ②マイナス電子を体内に補充し、酸化・酸性化を抑える
- ③免疫力の改善(リンパ球の増加、NK細胞の活性化)

・通常20分実施
40分休、2回/日
・固形がんでは、
5回/日以上。
1日3000円



図14) 座禅断食会(隣接する人間禅、東海禅道場にて)

年3回(2月5月9月)2泊3日で座禅断食会を実施しています。妙心寺派僧侶の野口法蔵師より指導された座禅と断食を通して、精神修養と宿便とりを目的とします。断食を通して欲のコントロールを通し、食べない健康を実感する。

座禅は20分で休息40分を繰り返す。数息観をひたすら実施し思考を鎮める。腸内環境が健康に与える影響は近時注目されている。腸内環境の悪化は宿便となり停滞することから、腸内環境を整える事を目的に3日間の断食と宿便出しの後に明けの食事を行う。



イメージ

図15)リボーン洞戸この1年の実績 (2019,1,29)

総数; 231名(男54名、女177名)

年齢; 20代~70代(中央値50代)

ステイ日数; 2泊3日男31 女128

1泊2日男16 女32

長期 男 2 女19

疾患別(2018, 8月~12月まで)

進行予防; 乳がん18、子宮卵巣がん8、

肺がん7、大腸がん6、胃がん・膵がん・

原発不明がん・肉腫・前立腺がん各1、

初発予防; 3

その他; 各種セミナー(杉浦君のピンピンセミナー3回、

長谷川監督の「いきたひ」上映会10回、秋山

弁護士の綿棒ワーク、吉岡監督の「つむぐ」「麻テ

ラス」上映会など)にて宿泊。

断食会参加者。自然治癒力学校の合宿。日本ホリ

ステック医学協会理事会2回。岐阜県議会統合医

療推進議員連盟勉強会3回。奈良さん音楽会、

山本公成音楽会。名古屋*クリニック見学会。

(宿泊者のアンケート結果抜粋)

Q1, ここでRebornできると感じましたか?

2泊3日プラン; Yes 110 No1

2週間プラン; Yes 9 No 0

長期プラン; Yes 4 No 0

Q2, どう変わったと感じますか?

・Yes; 病気や手術への考え方が変わった。感謝の気持ちが深まった。安心感と希望が持てた。明るくなった。楽しくなった。自分の本心が分かった。意識が変わると行動が変わる事が分かった。がんになる生き方に気が付き、新しいステージへの選択ができた。これからの生き方が明確になった。がんを前向きに共存できると認められた。自分を大切にしたい。体を休めリラックスできた。人生で大切なものが何かわかった。生きる目標が出来た。自分と向き合えた。

・No; 習慣化や実践は難しいと感じた

Q3, 印象に残った出来事は?

・マクロビの食事教室、アールベータ体験、スタッフが本当によく聴いてくれた。大自然を深く感じた。たくさん泣いた事。自分の癖「ねはならない」と思っている事に気が付けた。ここは本当に良く眠れた。スタッフの笑顔、こんなに食事は美味しいのか。テラスの風は最高。ハグって気持ちいい。

図16)まとめ~リボーン洞戸とは?

- ①一言でいうとどんな施設? ⇒ がん予防滞在型リトリートです。
3つの予防(初発予防、再発予防、進行予防)を目的としています。
特に、末期など治療法に苦慮されている方もご利用いただけます。
- ②対象は? ⇒ がんに関心のある方ならどなたでもご利用いただけます。
(個人で関心がある、グループでの研修会、会社の検診後、術後療養)
- ③がん治療中の利用? ⇒ 主治医の外出・宿泊許可があれば大丈夫です。
- ④利用者数? ⇒ 12室、14人まで(ツインが2室)できるだけ、お一人で!
- ⑤点滴や医療処置のある人はご利用できません。身の回りの事をご自身でできることが条件となります。(当施設はホスピスではありません)
- ⑦電話予約は? ⇒ できます。0581-58-2311(池田・小林・梁瀬・児玉)
- ⑧ステイするとリボーン出来る? ⇒ わかりませんが最大限サポートします。
- ⑨アクセスは? ⇒ JR岐阜駅までお迎えに上がります。(要予約)
- ⑨目指すリボーンとは? ⇒ 「がんちゃんのお蔭で」と思える心。本当の自分に甦る。