

# 伝統食で免疫力強化を

江

原発事故  
避難者

## 内部被ばく対策講演

松

自然治癒力の回復などによる健康法を唱えながら、福島第1原発事故で福島県いわき市の自宅を追われた橋本宙八さん(64)が23日、松江市内で講演した。放射性物質の拡散から「内部被ばくに安全地帯は(国内に)ない」と指摘し、日本の伝統的な健康食で免疫力、抵抗力を高めるべきだと説いた。

橋本さんは穀物、野菜中心の食事を通じた健康法のセミナーを主宰。しかし現在は原発から約24キロ地点の自宅を離れ、家族と京都市内に避難しているという。

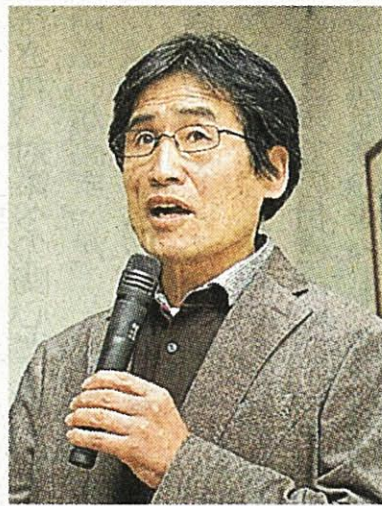
講演で橋本さんは、木

の表皮、根、葉から吸い込まれた放射性物質が来春、花粉とともに空気中に拡散したり、水、食物を通して二次被ばくしたりすることで、甲状腺や胃腸がダメージを受ける危険性を指摘した。

そこで体の免疫力や自然治癒力を高めるため、

穀物、みそ、豆類、漬物といった日本の伝統食を推奨。ヨウ素が豊富な昆布の摂取は、放射性ヨウ素対策となり得ることも紹介し「他人まかせではいけない。健康は自分の

手で守りましょう」と呼び掛けた。講演は小松電機産業、財団法人・人間自然科学研究所(松江市)などが主催。約200人が聴講した。



免疫力、抵抗力の重要な体づくりの重きを説く橋本宙八さん(松江市乃木富町、小松電機産業)