

「からだ」だけでなく
「気持ち」や「肌の状態」まで
全身的な健康と美容を改善する

免疫住宅 ホルミシスハウス とは?!



Q.

あなたのお悩みはなんですか？

慢性的な症状がある。生活習慣病が気になる。この先の健康に自信が持てない...

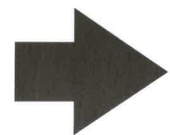
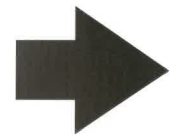
なんとなく
不安

疲れ

痛み

- ✓ やる気が出ない
- ✓ 疲れやすい
- ✓ 良く見えない
- ✓ ウツ気味
- ✓ 鼻炎
- ✓ 眠れない
- ✓ 気管支炎
- ✓ 食欲がない
- ✓ 胃腸が弱い
- ✓ 足の痛み
- ✓ 膝の痛み
- ✓ むくみ

- ✓ 頭痛
- ✓ 首の痛み
- ✓ 肩こり
- ✓ 肌がかさつく
- ✓ 目が疲れる
- ✓ アトピー
- ✓ 腰痛
- ✓ 頻尿
- ✓ 便秘
- ✓ 下痢気味
- ✓ 低体温
- ✓ 高血圧



- ◎ 笑顔が出る
- ◎ 陽気になる
- ◎ やる気がでる
- ◎ 前向きになる
- ◎ 人と会うのが楽しい

免疫力
アップ

- ◎ よく眠れる
- ◎ おいしく食べられる
- ◎ お腹の調子が良くなる
- ◎ 痛みがなくなる

基礎体温
アップ

- ◎ 肌のきめが細やかに
- ◎ 肌がつややかに
- ◎ 白髪が減る
- ◎ 髪の毛につやが出る

体力
アップ

- ◎ 足腰が良く動く
- ◎ 血糖値が低下
- ◎ 歩けるようになる
- ◎ 血圧が安定する

「免疫住宅 ホルミシスハウス」で、
こう変わります！

からだだけでなく気持ちや肌の状態まで、
全身的な健康と美容の
さまざまな改善が報告されています。

Q. ホルミシスって何？

免疫住宅 ホルミシスハウスにて
ラドンガスを吸い込むことで細胞が活発に！
健康・美容・若返り効果が！

免疫住宅 ホルミシスハウスの室内空間にただで、天然鉱石から発生するラドンガスを常に吸引することが出来ます。ラドンガスの細胞活性作用により、体質改善が大幅に進み、健康・美容・若返り効果が得られます。副作用がなく安全な療法として注目されています。

免疫住宅 ホルミシスハウスとは？



新築、もしくは現在お住まいのお家の一室の壁に、天然鉱石を配合した漆喰を塗りこむことで、特別な室内空間を実現できます。そのお部屋にすることで、天然鉱石から発生するラドンガスを吸引していただきます。ラドンガスの細胞活性作用により、体質改善が大幅に進み、健康・美容・若返り効果が得られます。

免疫住宅 ホルミシスハウスは副作用がなく、
安全な療法として注目されています！

免疫住宅 ホルミシスハウスに入ると ...



ラドンガスの
作用により ...

- ・新陳代謝の促進
- ・自律神経の調整
- ・鎮痛消炎
- ・抗加齢（アンチエイジング）

免疫力の
向上

自宅で健康・美容・若返り効果が！

自宅の寝室、またはリビングルームで寛ぎながら入っていただくことで、ラドンが呼吸から 90%、皮膚から 10% が体内に吸収されます。

ホルミシス療法の効能

* 抗ガン作用

ホルミシス療法により微量の放射線を浴びると、ガン抑制遺伝子と呼ばれるP53 遺伝子が活発化します。DNA の傷ついた細胞は、このP53 遺伝子が作り出したタンパク質によって分裂を抑えられ、または自然死（アポトーシス）させられます。その結果、抗ガン効果が得られます。

* 病気の進行抑制

活性酵素による細胞の酸化と遺伝子の損傷は、ガンをはじめさまざまな難病を引き起こします。ホルミシス療法は抗酸化酵素を増加させ、活性酵素による病気の進行を食い止める効果が期待できます。

* 免疫系とホルモン系の励起

～病気の回復や健康生活の維持に～

免疫系の活性化により有害細胞が除去され、病気の回復効果が高まります。また、アドレナリン、インシュリン、 β -エンドルフィンなど健康な生活に必要なホルモン分泌量が増加します。

* 鎮痛効果

痛みを緩和するホルモンの分泌が促進されます。

* 老化防止

～体の機能が活性化します～

活性酸素によって作られた過酸化脂質が取り除かれ、細胞の若返りが起こることで、各臓器の機能や脳神経機能にも若返りがもたらされます。

* アレルギー疾患の改善

～アトピー性皮膚炎や花粉症など～

アレルギーの原因の一つとされる活性酸素を取り除きます。また、抗酸化効果や免疫細胞（T細胞、B細胞）を活性化させることが分かっています。

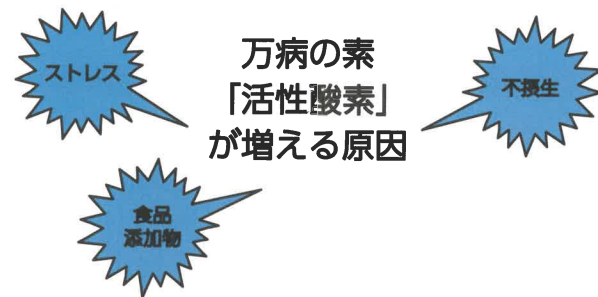
効果が期待できる症状

- | | | | |
|-------|-------------|---------|---------|
| ・疲労 | ・便秘 | ・生理不順 | ・打撲、捻挫 |
| ・肩こり | ・冷房症 | ・生理痛 | ・ムチウチ |
| ・腰痛 | ・体が冷える | ・潰瘍性大腸炎 | ・関節リウマチ |
| ・むくみ | ・アンチエイジング | ・クローン病 | ・喘息 |
| ・糖尿病 | （しみ、しわ、たるみ） | ・自己免疫疾患 | ・アトピー |
| ・脳卒中 | ・美肌効果 | ・更年期障害 | ・花粉症 |
| ・動脈硬化 | ・自律神経失調症 | ・メニエール病 | ・肌が荒れる |
| ・各種がん | ・パーキンソン病 | ・高血圧 | |
| ・頭痛 | ・アルツハイマー | ・神経痛 | |

Q.

ホルミシスはどんな働きをするの？

1. 体内酵素が増えます。



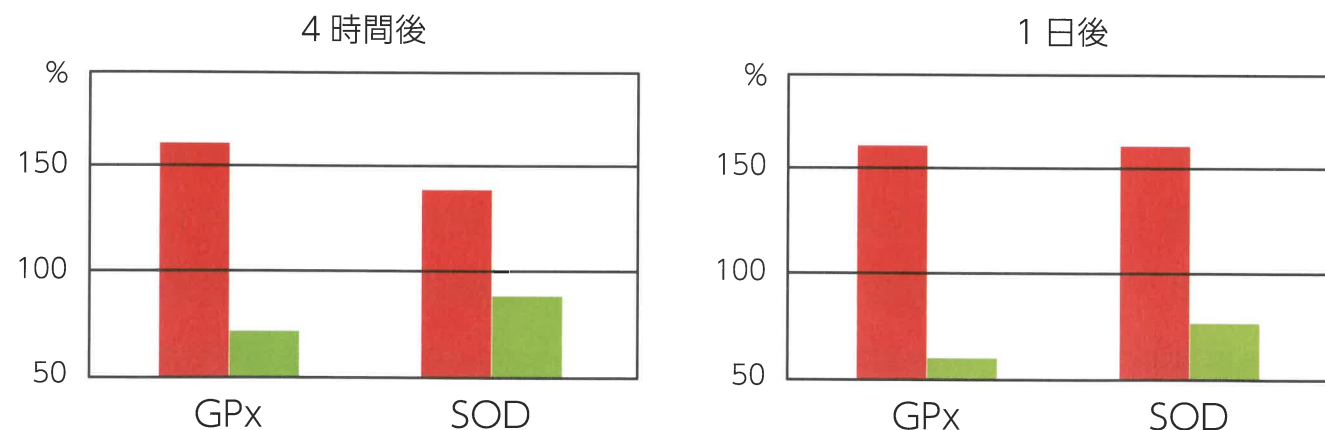
ラドンなどの低線量放射線が取り入れられると、それが刺激となって、体内に約3,000種類ある酵素が活性化していきます。万病の原因はからだを酸化させる活性酸素にあるといわれますが、**活性酸素を除去する抗酸化酵素「SOD」「GPx」も飛躍的に増加**することが確認されています。

低線量放射線が、細胞の老化を抑える酵素を飛躍的に増加させました。

■ 低線量放射線ホルミシスの酵素活性

マウスに放射線(X線)を全身照射後脾臓細胞の酵素活性レベルを検査。

■ 0.2シーベルト
■ 4シーベルト



強めの放射線(緑色のグラフ)の1/20のレベルの低線量放射線(X線:赤色のグラフ)のほうが、150%を超えてSOD、GPxを活性化させました。(東京大学 二木、岡山大学 山岡)

2. 細胞膜が元気になります。

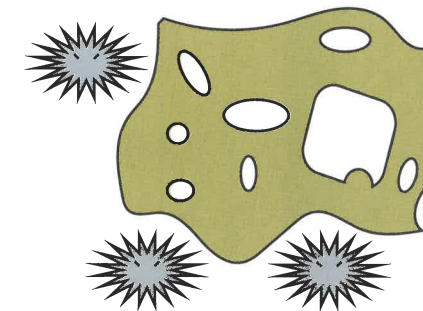
細胞膜透過性がよくなると細胞間の連絡がスムーズになります。すると...



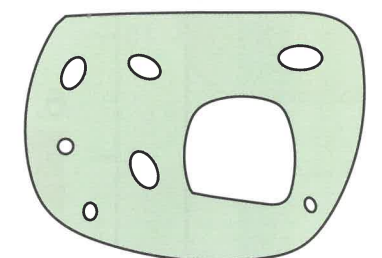
活性酸素が万病の原因といわれるのは、脂質を酸化させて過酸化脂質にするからです。過酸化脂質は細胞膜を硬化させて透過性をなくし老化を早めます。ラドンなどの低線量の放射線はその刺激作用によって、**細胞膜の過酸化脂質を減らして透過性を良く**することが確認されています。

傷んだ細胞の細胞透過がよくなりました。

■ 低線量放射線ホルミシスによる細胞膜の透過性の向上



細胞は活性酸素やフリーラジカルによって過酸化脂質が増加します。



低線量の放射線を当てると透過性がよくなりました。

岡山大学教授(現名誉教授)森先生の実験より

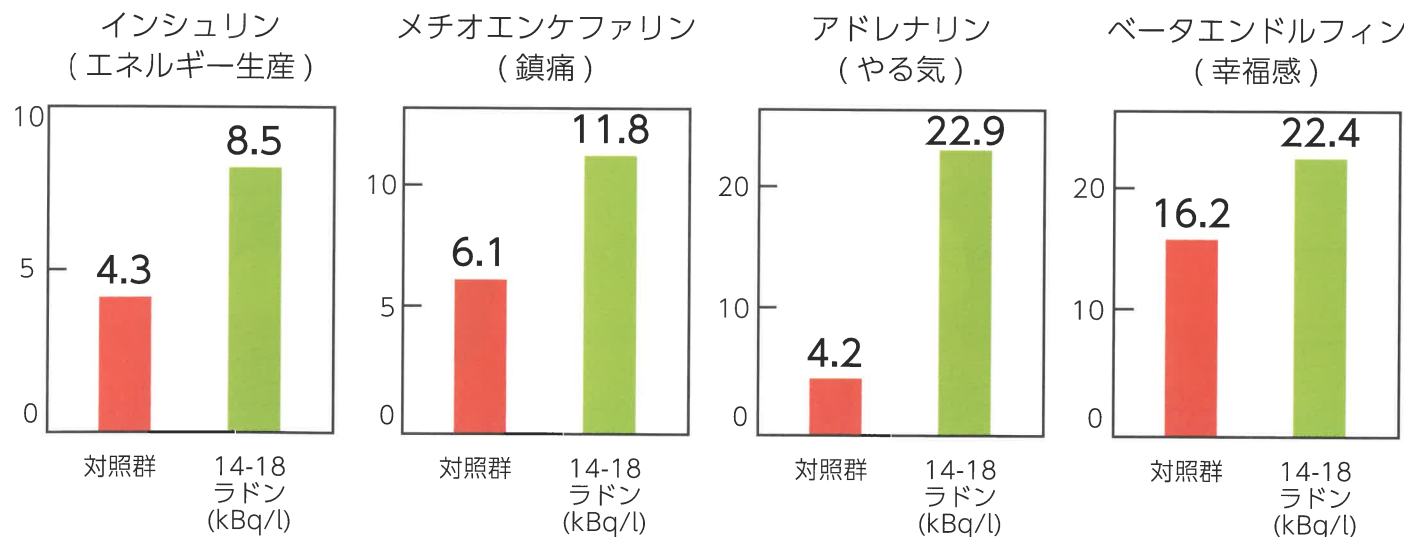
3. ホルモンが増えます。



ラドンなどの低線量放射線の刺激作用によって、体内のホルモンが活性化していきます。実験データでは、炭水化物の代謝を調整して、**血糖値の恒常性を維持**するホルモン「インスリン」が倍になりました。**痛みを緩和し鎮痛作用のある**ホルモン「メチオエンケファリン」、**やる気を引き起こす**「アドレナリン」、**自律神経を整えて、幸福感を呼び起こす**「ベータエンドルフィン」などが明らかに増加するという結果が出ています。

■ 低線量放射線ホルミシスによるホルモン活性

放射線（ラドン泉）を吸入後のウサギのホルモンの変化



ラドン泉を吸入したウサギ (9 ~ 10 匹) は普通の水を吸入したウサギに比べ、各種ホルモンの分泌が明らかに増加しました。 (電力中央研究所と岡山大学の共同研究より)

さまざまなホルモンの分泌が増加しました。

9 種類美容ホルモンでぴちぴちに

美容ホルモンでからだの中から美肌をつくり男女ともに若返りが促進されます。

成長ホルモン (HGH)

皮膚の弾力を増す
シワを減らす
脂肪が減る
骨密度が上がる

DHEA

デヒドロエピアンドロステイン

性ホルモンの分泌
幸せ感を与える
若返りホルモン

プログネノロン

神経ホルモン
中枢神経の働きが向上
神経疲労が回復

エストロゲン

女性らしい体型
頭皮を支配
女性ホルモン

テストステロン

コラーゲンの分泌を促す
皮膚の張り
男性ホルモン

メラトニン

睡眠と覚醒のリズムを調整

甲状腺ホルモン

細胞の代謝率を上げる

胸腺ホルモン

免疫を強める

プロゲステロン

女性らしい体型
女性ホルモン

お肌ツヤツヤ透明感が出てきました！

MHさま 30代

ホルミシスハウスに入ることになって肌の調子もすごく良くなりました。透明感が出てきてファンデーションを塗らなくても良いくらい！どんな化粧品よりも効果的ですね。

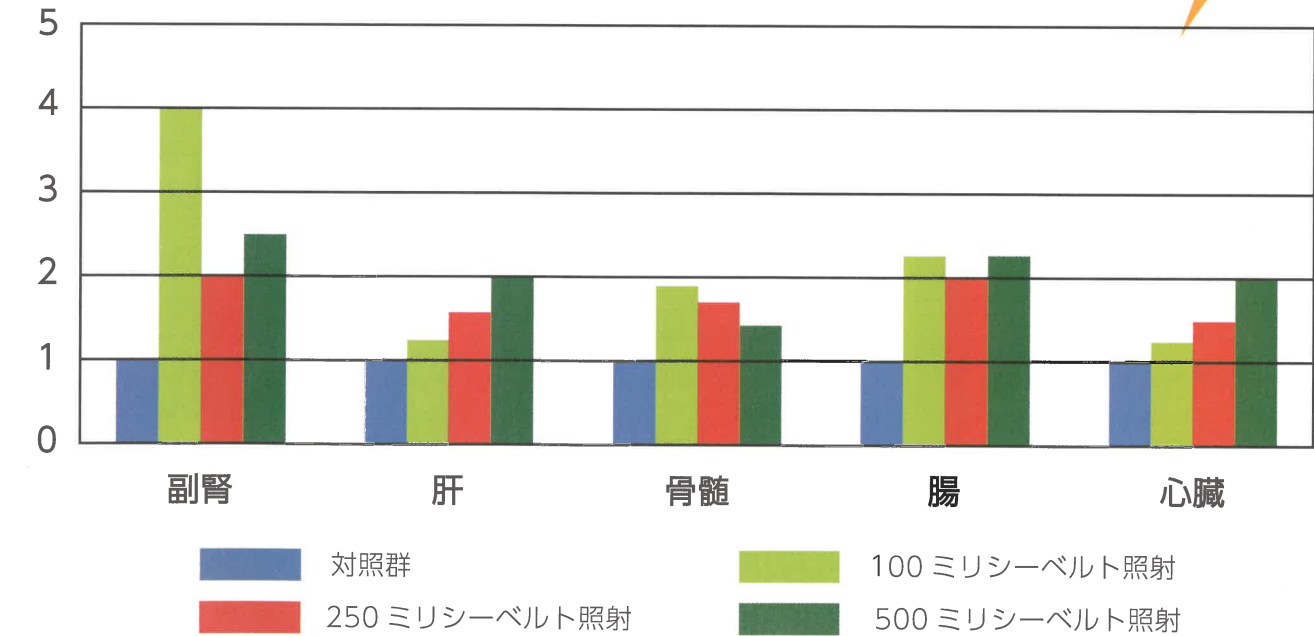
4. ガンが抑制されます。

ガン抑制遺伝子
p53 が
活性化します。

低線量の放射線 (X 線) を臓器に照射した実験では、各臓器の細胞内で**ガン抑制遺伝子 p53 が活性化していることが確認されました**。ガン細胞の増殖が抑制され、DNA の損傷が修復されて、修復不可能な細胞は自発的な細胞死 (アポトーシス) へと導かれることになります。

■ 低線量放射線ホルミシスによる ガン抑制遺伝子の活性

がん抑制遺伝子 p53 の各臓器での活性変化 照射後 6 時間後

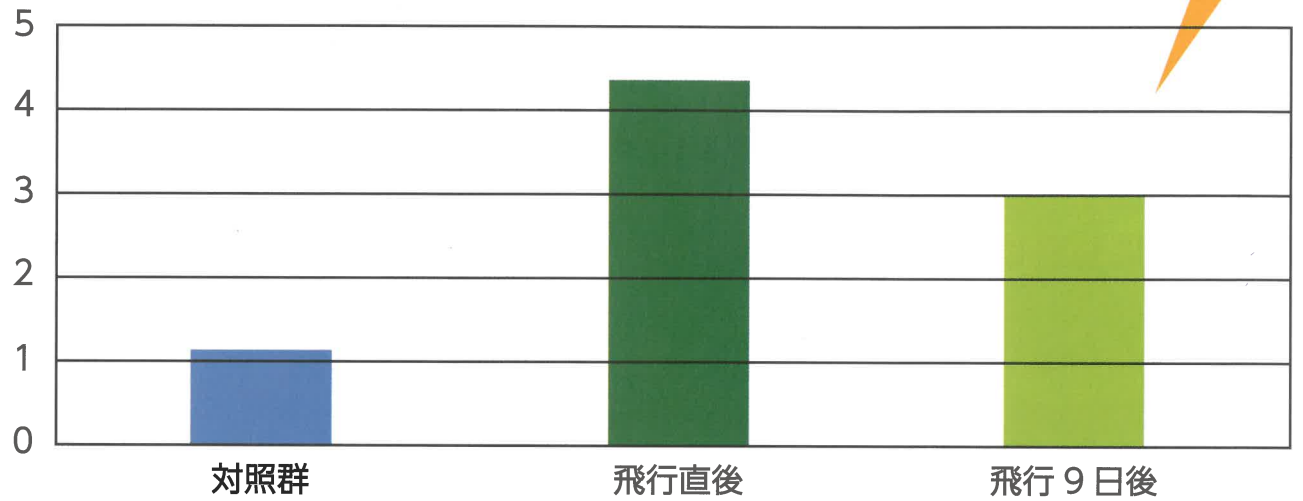


8 匹の大ネズミを使用した実験で、各臓器の p53 タンパクは低線量放射線照射後に明らかな活性が認められました。奈良県立医科大学 医学部教授 大西武雄先生の実験結果より

ガン抑制遺伝子 p53 の
明らかな活性が
認められました。

■ ガン抑制遺伝子 p53 の活性変化

宇宙旅行と同じ放射線を照射したネズミの実験



- 1 ミリシーベルト / 日 (1.4 レム / 2 週間) 照射
- 筋肉細胞中の p53 タンパク (8 匹の平均値) は照射後に 4 倍に、9 日後にも 3 倍のまま維持されました。

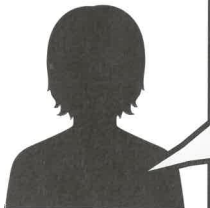
* 宇宙空間の放射線量：地上の 100 倍以上 * 航空機 (高度 1 万メートル)：0.1 ミリシーベルト / 日

奈良県立医科大学 医学部教授 大西武雄先生の実験結果より

数日が過ぎても、
ガン抑制遺伝子 p53 の
活性は続きました。

仕事にも復帰できて周囲もびっくり！ KY さま 60 代

乳ガンと診断され、「来年の今頃はもうなくなっているかわからない」と言われました。その後ホルミシスハウスに入りだして、30kg 台だった体重も 44kg となり、肌のハリや色ツヤも健康時に戻りました。仕事にも復帰して周囲からびっくりされました。今では自宅で毎日ホルミシスハウスに入っています。海外旅行やハイキングにも出かけられるようになりましたよ。主人も循環器と脳出血の症状が良くなり、娘も生理不順がすっかり改善されて喜んでいます。

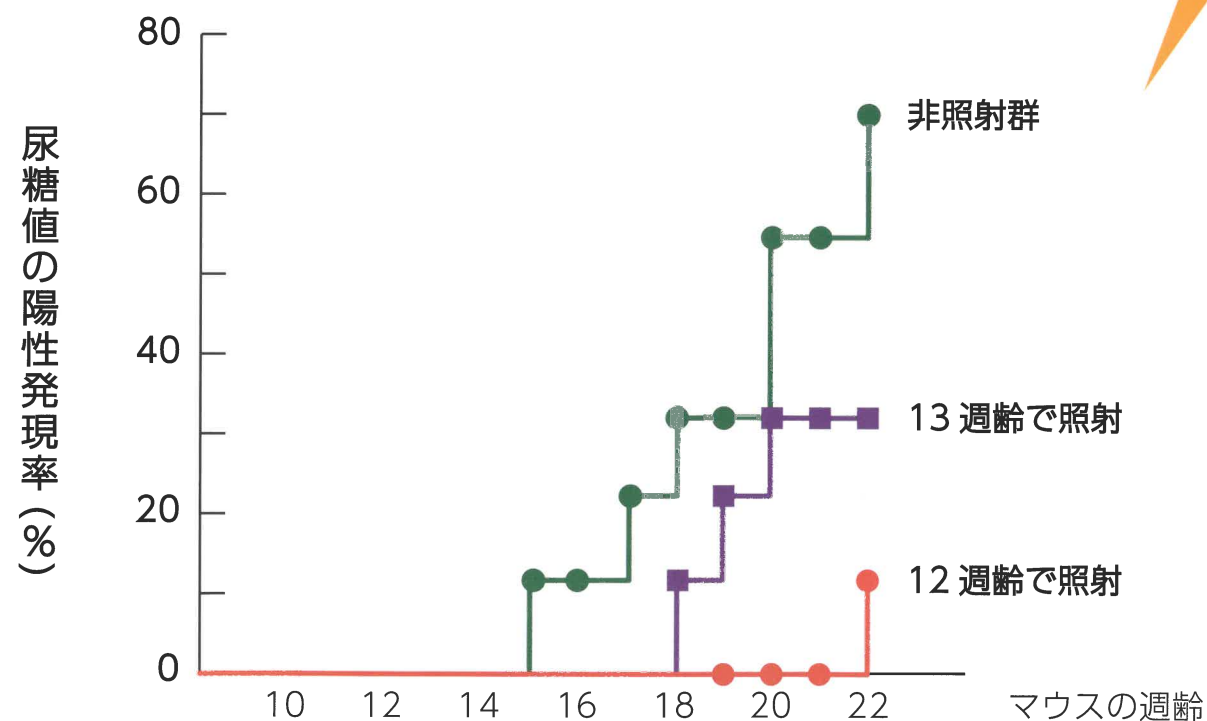


5. 糖尿病や生活習慣病に。

生体の
防御機能を
高めます。

ラドンなどの低線量放射線の刺激作用によって、からだの防御機能が高まることが確かめられています。糖尿病になりやすい体質のマウスに低線量の放射線（X線）を照射すると、グラフのように**糖尿病発症の抑制が明らか**になりました。さまざまな**生活習慣病**にも同じような働きが期待できます。

■ 糖尿病の発症抑制効果



(財)電力中央研究所 研究報告 G020001 より

糖尿病の発症が
抑制されました。

生 活 習 慣 病

肝障害

肥満症

心臓病

痛風

脳梗塞

高脂血症

糖尿病

高血圧

血糖値が安定してきました。

TSさま 60代

糖尿病歴が20年になります。これまでいろいろ試してきましたが最高血糖値490、最高血圧270で下がることはなく、めまいや足のしびれに悩んでいました。ホルミシスハウスに入り始めて、現在空腹時の血糖値105、最高血圧130と共に安定しています。ひどい鼻炎も解消されました。

腎機能・肝機能の数値が改善しました。 S子さま 60代

ホルミシスハウスに入り続けたら、慢性腎炎・肝機能障害（C型肝炎）の検査数値が改善して、薬も服用しないで良くなりました。本当に嬉しいです。

Q.

ラドンは天然温泉にもあるの？



ラドン（ラジウム）温泉は 全国各地に

ある一定量以上のラドンを含む温泉は法律で放射能泉と定められ、全国各地にあります。



難病・ガン治療に多くの人が訪れる玉川温泉。



テント内に横たわって大気中のラドンガスを吸引します。

ラドンの岩盤浴が評判

玉川温泉

秋田の玉川温泉はラドン温泉として古くから奇跡の湯として有名です。源泉からラドンを含有する蒸気が一帯に広がり、岩盤からもラドンが放出されています。東北大学、岩手医科大学、弘前大学などにより臨床的研究が行なわれ、「難病を治す」「ガンに良い」と評判になり、多くの人が岩盤浴に訪れています。



三朝温泉



三朝温泉の足湯

地域住民もラドンで健康

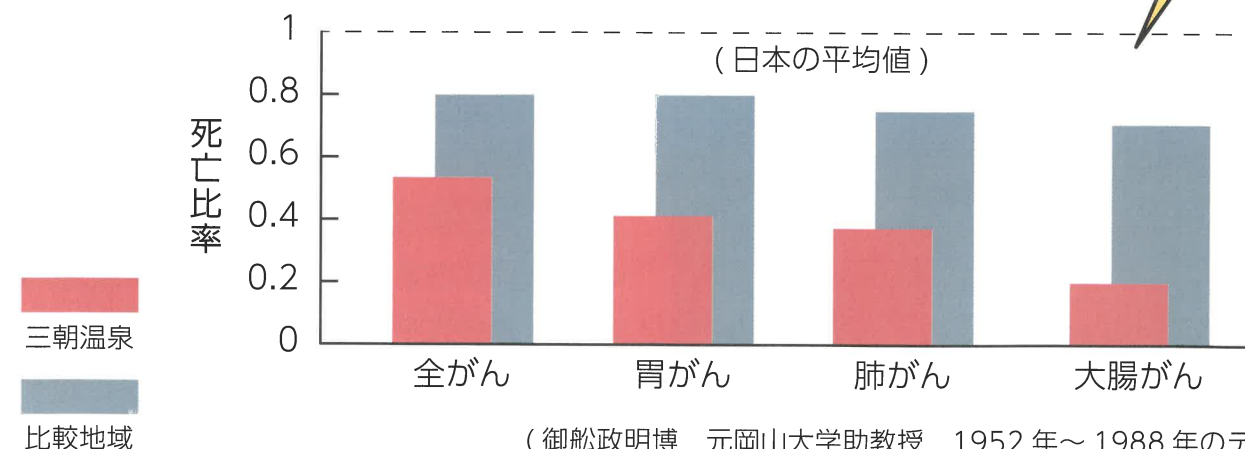
みささ

三朝温泉

鳥取の三朝温泉は世界有数のラドン含有量を誇る名湯です。岡山大学医学部附属三朝医療センターでは、37年間にわたる統計データから、この地域（三朝町）の住民のガン死亡率は全国平均の約50%以下で、周辺地域と比べても低い傾向にあると発表しています。三朝町はウラン鉱山の地盤にあり、温泉に入らなくてもこの地域に暮らしているだけで、ラドンガスの恩恵を受けられます。土壌・岩盤から発生するラドンや微量の放射線が、自然治癒力を刺激し、高めていると考えられています。

1952～1988年の三朝町住民のガン死亡率データでは、明らかに住民のガン死亡率が低いことがわかりました。

■ 三朝温泉地域住民の疫学データ



(御船政明博 元岡山大学助教授 1952年～1988年のデータより)

Q.

ラドン浴は海外にもあるの？

A: ヨーロッパのオーストリアには保険適用にもなっている天然のラドン浴施設があります。



オーストリアの坑道浴

ハイルシュトレン gasteiner-heilstollen



ハイルシュトレンの坑道内



付属クリニック全景

オーストリアのガシュタイナー・ハイルシュトレンでは、廃坑となった坑道内に自然に溜まったラドンガスを利用してラドン浴が行なわれています。併設クリニックの医師診療後に坑道内でラドン浴治療が受けられます。第2次世界大戦中に行なわれた金探鉱で、坑夫の中には高血圧やリウマチ、慢性疾患の人たちがいましたが、坑道内で働くうちに持病が治るといった報告が相次ぎました。厳しい労働下にもかかわらず、誰もが元気になることから、廃坑後に坑内の調査が行なわれました。その結果、**坑道内の高いラドン濃度が確認**されたのです。1952年より坑道を利用したラドン浴療法が始められ、現在では**ラドン浴を目的として世界各国から多くの人が訪れています。**

Q.

天然のラドン温泉と ホルミシスハウスは 何が違うの？

A: ラドン温泉や岩盤浴では得られない、ラドンの質と量により最適な空間となっています。

特徴 ①

ホルミシス効果

壁面から発生するラドンガスや低線量の放射線が、身体に刺激を与えて**生体を活性させます**。これを**ホルミシス（刺激）効果**といいます。

特徴 ④

理想のラドン浴空間

天然のラドン浴では風向きなどでラドン濃度が一定しません。ホルミシスルームでは**密閉空間で一定のラドン濃度を保つ**ことで、理想的なラドン浴ができます。

特徴 ②

安心の天然素材

ホルミシスルームでは天然素材を使用しています。そこから発生する**ラドン**は化学的に安定した気体で、他の化学物質と反応しないので安心して利用できます。

特徴 ⑤

リラックス基準値

ラドン温泉で有名な**三朝温泉**と同等の**低線量放射線レベルを基準値**としているので、リラックスして利用できます。

特徴 ③

ホルミシス効果の持続

ホルミシスルーム内で発生するラドンガスは**人体の細胞の隅々まですぐ**に行き渡ります。半減期も3.8日と約4日ほど体内に留まるため、ホルミシス効果が持続します。

特徴 ⑥

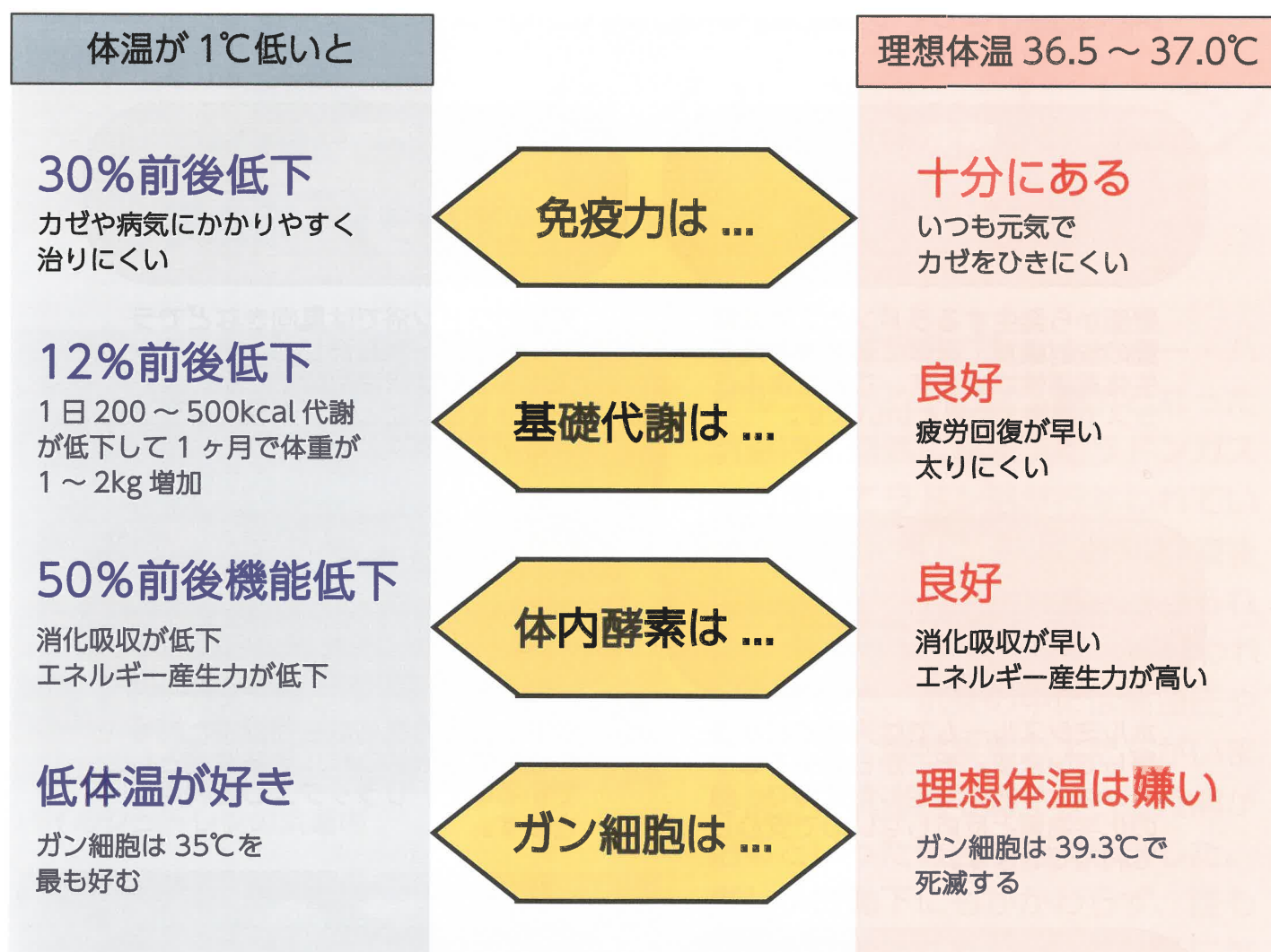
マイナスイオン ・遠赤外線効果

ホルミシスルームでは**超微粉末の鉱石、薬石**が使用されています。これらの結晶体の共振作用により**空気がイオン化され、遠赤外線が放射**されます。

Q.

体温が上がると健康になるの？

A: 現代人はストレスにより自律神経やホルモンのバランスが乱れて低体温の人が増えています。ホルミシス療法ではこれらのバランスを回復して基礎体温が上がるのが期待できます。



基礎体温が上がり眠りも深くなって

KKさま 60代

ホルミシスに入りだしたら基礎体温が5分上がり 36度台に。ウツ気味だったのが前向きになり、やる気も出てきたのです！よく眠れるようになって睡眠時間も短くなりました。

Q.

若返るってどういうこと？

A: わたしたちの身体の各部位や臓器の細胞は、毎日生まれ変わっています。ホルミシス療法によって新陳代謝が活発になり、細胞の生まれ変わりが早まります。いわゆる若返りの効果が期待できます。

新しく細胞が生まれ変わると若さと健康を維持できます。

細胞が生まれ変わる日数は

眉毛	4 ~ 5 ヶ月
神経細胞	4 ~ 6 週間
赤血球	120 日
白血球	3 ~ 5 日
血小板	10 日
表皮	28 日
肺	9 ヶ月
胃	40 日
胃粘膜細胞	1 ~ 2 日
肝臓	200 日
小腸じゅう網	24 時間
骨	2 年
筋肉	180 日



「ありがとうホルミシス !!」 嬉しいご報告が続々届いています。

脳梗塞の後遺症から見違えるようになって MI さま 50 代 男性

脳梗塞の後遺症で不自由がありました。妻と一緒にホルミシスルームに通い始めて半年で、**原因不明のけいれんがなくなり、血圧も下がり**、からだの調子が見違えるように良くなりました。これからも継続したいと思っています。

痒みと咳が治まり快適です！ MI さま 40 代 女性

30 代前半で気管支喘息といわれ、アレルギーもあって、ずっと薬を飲んできました。ホルミシスに入るようになって 3 ヶ月めくらいから、**痒みも咳も出なくなりました**。お陰さまで、身体もとても楽になりましたよ。

夏はキャミソールの服が着られます！ AM さま 40 代 女性

子供の頃にアトピーで長年つけていたステロイドによって、背中 of 広い部分が紫色になり悩んでいました。ホルミシスルームに入るうちに、**どんどん薄くなり、今ではきれいに消えています**。夏には自信を持ってキャミソールの服が着られて嬉しいです。

歳を重ねても「今が一番楽しい！」と思える人生にしたい MK さま 60 代 女性

家の中で手すり頼りの生活、愛車に乗るのも諦めて、廃車の準備をしていました。半信半疑でホルミシスに通いだして、1 週間を過ぎた頃には、毎日が楽しく感じられるようになり、**具合の悪かったところがスッキリとして自然に治っていた**のです。とっても不思議でした。今では愛車を乗り回しています。

※こちらの体験談は、免疫住宅 ホルミシスハウスが誕生する以前に、ホルミシスルームをご利用になったお客様の声を元に掲載させていただいております。

杖もいらなくなりカラオケを楽しんでいます！ HS さま 70 代 女性

転倒して両足を打ってしまい、杖が必要な生活になりました。ホルミシスルームに通い始めて、**日毎に足が上がるようになり、杖もいらなくなった**のです。大好きなカラオケにも通って楽しめるようになりました。

ひどいリウマチから柔道で技を磨くまでに！ MM さま 70 代 男性

リウマチがひどくなり元気も気力もまったくなくなっていました。ホルミシスに通い出すとやる気が出てきたのです。**10 歩を歩くのが限界だったのに 1 時間歩けるようになり**、その後、トレーニングジムに通うまでに回復しました。今では柔道で技を磨くまでになりましたよ。ホルミシスに感謝です！

更年期の症状がなくなり感謝です AM さま 40 代 女性

ホルミシスルームに入ると頭がスッキリ、からだもポカポカ！入り始めて 1 年半ですが、**耳鳴りと激しい頭痛など更年期の症状が全くな**りました。

気持ちが前向きになって活動的に！ K 子さま 60 代 女性

朝やっとの思いで起きて、30 分ほど椅子に座ってからでないと動けませんでした。ホルミシスに入るようになり、気が付くと、朝はしゃんと動けて、**疲れにくいからだ**になっていたのです！なにより**気持ちが前向きになった**ことが嬉しいです。ホルミシスに通ったお陰と思っています。