



マスクの網目はマスクの性能にもよりますがウイルスの大きさの約50倍程度の大きさです。

◆二酸化炭素濃度

マスク内二酸化炭素濃度 → 3,000~48,000ppm
 (↑鎌倉市議会答弁より)
 世界の屋外平均 415.7ppm
 建築基準法上限 1000ppm
 3000ppm 以上だと健康を害する

◆酸素不足の脳への影響

脳は酸素不足に非常に敏感、海馬には酸素がないと3分以上生きられない神経細胞があります。マスク着用による急性の症状として頭痛、眠気、めまい、集中力低下、反応時間低下、等があります。慢性的な酸欠状態になるとこれらの症状は消えてしまうので、わからないうちに脳内の酸素不足は侵攻していきます。
神経変性疾患は発症するまでに時間がかかります。今日人の名前を思い出せなかったとしても、脳の故障は20年前30年前からすでに始まっているのです ← **時間が経って健康被害は出る。**
 また、脳内の神経細胞が正常に分裂できないという事も発生します。マスクフリーになって自由に呼吸ができるようになったとしても、神経細胞は再生されないのです。
神経変性疾患
 神経細胞の構造や機能が欠落する現象で、認知症などの認識障害を発症するもの。

◆マスクで口呼吸はNG!

口呼吸だと直接空気を口から肺に吸入します。そのため空気中の小さなごみ、埃、細菌、ウイルスなどを直接体内に取り込みます。これが様々な疾病を起こす要因の一つです。

鼻から喉へ抜ける空間を鼻腔といい、中は粘膜で覆われています。粘膜には小さな毛が生えており、吸ったときに小さなごみや化学物質、細菌やウイルスを取り除いてくれます。です。鼻呼吸が大事なのです。

口呼吸だと口の中が常に空気にさらされるため、唾液が蒸発してしまい口の中が乾燥します。すると、細菌が繁殖しやすくなり虫歯や歯周病、歯肉炎、口内炎などに患いやすくなります。また唾液は抗ウイルス作用があり様々なウイルスの増殖を抑制しますので、マスクによって口呼吸になり唾液が蒸発する事で感染リスクが上がります。



我人に媚びず
 富貴を望まず

◆鎌倉市議会議員 長嶋竜弘
 (完全無所属・4期目)
152号4期目19号(12月号)
 1964/6/23 杉並区生まれ
 町田第五小⇒稲小⇒御中⇒茅ヶ崎高校⇒和光大学
 元道の駅店長、元西友社員、元東急ハンズ社員、元さいか屋社員
 自転車整備士、市民活動多数

◆接種後急な体調不良はワクチン後遺症を疑ってください!

ワクチン接種後に亡くなった、体調不良になった、**基礎疾患が悪化した**、とおっしゃる方々の相談が後をたちません。病院で検査をしても「**異常なし**」と言われる、しかし「**具合が悪い**」というケースが多い。
癌、歩行障害、筋肉痛、間接痛、带状疱疹、性格変容、記憶障害、視力低下、疲労、倦怠感、発熱、下痢、腹痛、頭痛・めまい、くも膜下出血、脳出血、脳梗塞、胸が苦しい、心筋炎、心筋梗塞、心不全、大動脈解離、リンパ節腫脹、紅斑・発赤、血栓症など

ワクチンの影響で自己免疫力低下、様々な影響が出ています。しかし気が付かない方が大半です。
 → **基礎疾患が急激に悪化。**
 → **今まで無かった疾患が発症。**
 QRコードの先生に相談できます ➡



◆10月20日コロナワクチン被害者遺族会「繋ぐ会」結成!

被害者遺族会「繋ぐ会」結成記者会見

10/24ブログ

ブログに記者会見動画を掲載しています。ご遺族がそれぞれお話されています。**私は鎌倉の13歳ご遺族の代理として出席して、メッセージをお伝えしました。**大手メディアが報道しないのは何故?

ワクチン被害者遺族の会

映画「**真実を教えてください**」座間市上映会 & 長嶋講演 1月29日

★鎌倉七福神めぐり…所要時間約4時間

1—浄智寺…布袋尊(不老長寿・家庭円満の神様)

中国唐に実在した僧で常に袋を背負っていたのでこの名がついた。

2—鶴岡八幡宮…弁財天(芸・財運を招く神様)

ヒンドウ教の女神サラスヴァティーが仏教に取り込まれた呼び名。日本では「才」が「財」の音に通じる事から財の字を使う場合が多い。

3—宝戒寺…毘沙門天(病魔退散、財宝富貴の神様)

ヒンドウ教の神クーベラが仏教に取り込まれヴァイシュヴァナとなった毘沙門はその音写。四天王の1体として造像安置する場合は北方の守護神多聞天とも呼ぶ。

4—妙隆寺…寿老人(健康・長寿の神様)

中国三大宗教道教の神で南極星(カノープス)の化身で福祿寿と同体の神とされる事もある。酒を好み赤い顔をした長寿の神様。

5—本覚寺…恵比寿(商売繁盛・漁業の神様)

異邦より訪れる外来の神で海の向こうからやって来る水の神。平安時代や鎌倉時代の八幡宮では市場の神として祭った。

6—長谷寺…大黒天(出世・開運・五穀豊穡の神様)

ヒンドウ教のシヴァの憤怒の化身で破壊と豊穡の神。

7—御霊神社…福祿寿(幸福・財産・長寿・知恵の神様)

中国三大宗教道教の福(幸福)、祿(財産)、寿(長寿)の三徳を具現化した天南西、南極星(カノープス)の化身とされ寿老人と同体の神とされる事もある。

★交通…基本的に徒歩、交通機関は5⇒6のバス利用のみ

JR北鎌倉駅-8分→浄智寺-25分→鶴岡八幡宮-6分→宝戒寺-6分→妙隆寺-5分→本覚寺-25分→長谷寺-5分→御霊神社-5分→江ノ電長谷駅→-5分→江ノ電鎌倉駅

・所要時間…約3時間半～4時間(参拝時間は1ヶ所約15分程度)

・距離…全行程徒歩約6Km～7Km(移動時間は約90分)

・拝観時間に注意してください、閉まると御朱印はもらえません。

・浄智寺 200円、宝戒寺 100円、長谷寺 300円、御朱印各所 300円

コロナ対応で拝観等通常と違う場合がありますのでご確認ください！



◆鎌倉寺社ご利益一覧…下記のあみかけの寺社は初詣人気スポット

- ・開運 : 八雲神社(大町)、虚空蔵堂、明月院
- ・縁結び : 安養院、成就院、鎌倉宮、覚園寺、浄光明寺、葛原岡神社
- ・子授け : 上行寺、瑞泉寺、旗上弁才天(八幡宮)、明月院、覚園寺
- ・安産 : 大巧寺、上行寺、来迎寺(西御門)、覚園寺
- ・子育て : 大宝寺、大巧寺、円応寺、覚園寺、杉本寺、極楽寺、宝戒寺
- ・女性守神 : 東慶寺、来迎寺(西御門)
- ・合格祈願 : 荏柄天神社、常楽寺
- ・技芸向上 : 宝戒寺、本覚寺
- ・学問成就 : 荏柄天神社、成就院、葛原岡神社、成福寺、宝戒寺、来迎寺
- ・知恵 : 鎌倉宮、建長寺半増坊、成就院、大宝寺、八雲神社
- ・出世 : 佐助稲荷、大宝寺、佛日庵
- ・商売繁盛 : 本覚寺、鶴岡八幡宮、建長寺半増坊、佐助稲荷、長谷寺
- ・病気回復 : 極楽寺、上行寺、薬王寺、海蔵寺、覚園寺、佐助稲荷、満福寺
- ・富・蓄財 : 銭洗弁財天、今泉不動、宝戒寺、明月院
- ・厄除け : 八雲神社(大町)、延命寺、建長寺半増坊、浄光明寺、八幡宮
- ・長谷寺、補陀洛寺、佛日庵、宝戒寺、妙法寺、薬王寺、覚園寺
- ・眼病 : 本覚寺、来迎寺(西御門)
- ・腰痛足痛 : 来迎寺(西御門)
- ・長寿 : 円応寺、覚園寺
- ・極楽往生 : 高德院大仏
- ・咳 : 光照寺
- ・癌 : 上行寺 ← がん封じかさもり稲荷
- ・女性病気 : 浄妙寺、来迎寺(西御門)
- ・女性成仏 : 教恩寺
- ・水子供養 : 長谷寺、杉本寺、宝戒寺
- ・鬼門除け : 五大堂明王院

コロナ対応で拝観等通常と違う場合がありますのでご確認ください！

◆鎌倉お勧めのお寺・神社

★鎌倉らしい趣きのあるお寺

- 1、覚園寺…十二神将像
- 2、瑞泉寺…夢窓疎石作庭園
- 3、妙本寺…深山幽谷の趣
- 4、明月院…別名あじさい寺
- 5、海蔵寺…お寺の造形美

★穴場のおすすめのお寺

- 1、五大堂明王院…かやぶき屋根
- 2、英勝寺…山門、竹の庭、白ふじ
- 3、杉本寺…最古の霊場、十一面観音
- 4、浄光明寺…土紋装飾阿弥陀如来像
- 5、成就院…由比ガ浜の眺望

★鎌倉寺社人気ベスト5

- 1、鶴岡八幡宮
- 2、高德院大仏
- 3、建長寺
- 4、円覚寺
- 5、報国寺、長谷寺

★鎌倉五山

- 1、建長寺…初の本格的禅宗道場
- 2、円覚寺…舍利殿・洪鐘は(国宝)
- 3、寿福寺…源実朝、北条政子墓
- 4、浄智寺…七福神布袋尊
- 5、浄妙寺…洋館石窯パンレストラン