No.245 腸内快覧板

1月 Jan. 2021 年 発行

発行所／おなかいきいき健康クラブ
福岡県福岡市東区松香台1−2−1
TEL092-674-4788　FAX 092-661-1051

寒中お見舞い申し上げます

株式会社　　健将ライフ
代表取締役　箕浦　將昭

巷ではコロナ騒動で大変ですが、皆様におかれましては希望に輝く新しい年をお迎えの事とお喜び申し上げます。

また、弊社商品をいつもご愛飲いただきありがとうございます。心より御礼申し上げます。

今年は昨年に続きコロナに打ち勝つ生活の知恵が求められる年明けとなりました。コロナウィルスへの感染予防は勿論大切なことですが、感染しても重症化しない身体づくりがより大切ではないでしょうか。

栄養生化学療法で先駆的な米国メリディアン・バレー臨床試験所の調査では、血清、赤血球、白血球、毛髪、血中のアミノ酸を総合的に査定してミネラル値を厳密に測定して調査しました。

何となく体の不調を訴えている人は例外なく、何らかのミネラルの欠乏状態にあることがわかりました。

この検査によれば、日常の食事はごく普通で偏りがないと思っている人たちの大多数は、慢性的に欠乏状態にあると思って間違いないと同試験所は指摘しています。

弊社健康食品の開発第一号は、「ミネラル・微量元素を自然のバランス」で補給できる「アルファルファ錠」です。この「アルファルファ」は、根が地中深く伸び、地中のミネラル・微量元素を豊富に含む植物で身体の不調を整えます。

植物も土が悪く土中微生物のバランスが崩れ根が弱ると枝葉が枯れ、さまざまな病気になります。人間も同じく食べ物が悪く、腸が弱ると根腐れを起こし、人間本来持っている免疫力も低下していきます。

昨今の腸活ブームに見られますように腸内環境と免疫力は大きく関連しております。弊社の納豆菌製剤は、消化力の向上と共に腸内善玉菌の増殖が見られ、お子様からお年寄りまで幅広くご愛用いただいております。

病気は生活の赤信号と言われますが「健康への自立」への取り組みで、先ず免疫力を上げることです。免疫力の向上には何といってもストレスの軽減と、笑いと楽しい家庭の雰囲気が最高の処方ではないでしょうか。

2021 年の干支は辛丑（かのと・うし）。「辛」は痛みを伴う幕引き、「丑」は殻を破ろうとする命の息吹・そして希望。「辛」は季節でいえば秋の終わり頃、植物なら枯れた状態にあり、実は腐って地面に落ち、次世代のタネを大地に還す途中といったところ。辛いことが多いだけ、大きな希望が芽生える年になることを指し示しているとあります。辛（かのと）に「一」を足すと幸せになります。

このコロナ禍の中で本物の生活と人生を再考する機会を頂き、
辛（かのと）に「一」を足して幸せで「大きな希望が芽生えたこと」に感謝し皆様方の健康を祈念申し上げます。
本年もよろしくお願い致します。　　合　掌

達磨の経済学

ウシに引かれて

高野山真言宗慈明院住職　吉住大慈

令和３年・丑（うし）年が始まった。今年は希望を見出せる良き一年になれと願うばかりである。きっと分散を呼びかけられた初詣で、日本中がそう祈願したに違いない。牛に引かれて善光寺参り・・・としゃれ込みたいが不要不急の外出自粛は続く。

『牛に引かれて善光寺参り』という慣用句は（思いがけない事が縁で、偶然良い方向に導かれる事）を表した言葉である。18 世紀に編集された本朝俚諺という書物の昔話を元にしている。昔々、信濃の国に強欲で意地悪なお婆さんがおりましたとさ。

ある日、お婆さんが洗濯して干していた白い布を、突然現れた牛が角に布を引っ掛けて、走り去ってしまいました。怒ったお婆さんは牛を追いかけます。すると牛が善光寺に逃げ込んで行くのが見えました。お婆さんは善光寺の境内で牛に追いつきました。すると丁度日が沈み、牛は見えなくなってしまいました。

ところが、牛がたらしたヨダレが地面で光って文字を成していました。「うしとのみ おもいはなちそ この道になれを導く おのが心を」と読めました。するとお婆さんは牛が仏の使いであった事を悟り、その夜一晩、念仏を唱えて善光寺の阿弥陀様を拝み続けました。もちろんお婆さんの強欲や意地悪の心も消えていましたとさ。

牛は「憂し（うし）」に通じ、世の中の無常を表している。憂いの絶えない世の中であるが、善光寺への道すなわち仏の正しい道を求めるならば、入口は自分の心にあるという故事である。モウ嫌だと愚痴は忘れて、牛歩の如く一歩一歩、ウッシッシな一年になります様に。

合　掌

寒中お見舞い申し上げます

健将ライフ学術顧問　佐々木　俊雄氏

88 歳

早いもので元気満まん堂も２月には満 20 歳を迎えます。オープンの時や一周年の会報を懐かしく読み返しました。私も今年は米寿を迎えます。

白岳、松尾、御笠山と毎日のように縦走していた頃の体力も気力ももうなく、20 年以上書き続けた会報を所どころ読み返し、厚かましく書き続けられた、と恥ずかしくなりました。

会員さんとのふれ合いなど懐かしく思い出されます。思えば広島の社長宅には十数回お邪魔したと思います。自照庵での楽しかった一時、囲炉裏端での飲みながらの会話。満天の星空の展望、何万という星が瞬くさまは、夜通し電灯の光輝き明るい福岡の空では見られない。

朝もやの清々しい空気、幽玄とした風景。蛍の川辺での乱舞、これだけ密な光の乱舞は初めて見ました、時間がずれると全く飛ばずに光のショーが終了することも初めて知りました。広島での登山も五・六回ぐらいしましたが縦走した時左右の風景の異なるところなど楽しかったし、山上に磁石が利かなくなりくるくる回る岩があったり、道中変な気があるところや、穏やかな気分になる山など名前は忘れましたが風景だけは脳裏に残っています。大サンショウ魚との出会い、早朝、川で泳いでいるところも見たこと。

四葉のクローバーを 50 本ぐらい取ったこと。草刈機での草刈りは初めてであったが回を重ねてうまくいくようになりました。広島のお好み焼きに行ったこと、福岡とはちょっと異なる、日田のお好み焼きに似ているところがあるが兎に角おいしい、また食べたくなる味。お座敷の床が落ち修理したことなど。思い出せば楽しかったことばかり次々に浮かびます。今は足が悪くて痺れと痛みで長く歩けず悩まされているが、ボケもせず、健康をこれまで支えてくれたのが元気満まん堂のセット商品。野菜嫌いの妻の手料理の野菜不足を補ってくれたのが、アルファルファ一粒。腸内環境を整えてくれたのが乳酸菌と納豆菌のおかげ。セットの商品を 20 年間、飲み続けていることで、保たれている健康だと実感している。

こうした商品を飲めば病気が治るというわけではないが、胃腸の働きを正常に導き、ミネラル不足を補い健康を保てることは確かです。皆さんもセットを末永く愛飲してください。