

NO. 55

腸内快覧板

3月 Mar.. 2014年

発行所/おなかもいき健康クラブ

福岡県福岡市東区松香台1-2-1

TEL 092-674-4788 FAX 092-661-1051

食品添加物を無毒化する

植物ミネラル

株式会社 健将ライフ
代表取締役社長 箕浦 将昭

桜のつぼみも膨らみ、春の訪れが待ち遠しくなりましたが、みな様におかれましてはますますご健勝のことと思います。

食品化学新聞二〇一〇年によれば、食品添加物の金額が二兆円を超え、国民一人当たり一日73g、年間26.6kgも使用されているそうです。これに輸入加工食品の添加物を加えるともっと高いと考えられます。

食品添加物は化学物質であり化学物質は人間にとっても、また地球にとっても、そもそも存在していなかったもので異物です



化学物質は今や一千万種にも及ぶのではと言われるほど増え続けています。

ミネラル研究家中山榮基氏は、自然界も私たち人間の体内でも、この化学物質を排除し、浄化したいという作用が生じると指摘され、体や地球環境では化学物質との闘いが起こり、癌をはじめとする、様々な生活習慣病の増加など、私たちの身の周りや自分たちの体には間違いない化学物質、あるいはそれに伴う人工化現象による異変が目に見える形で実証されるようになってきたと言われています。

野生の還元力・植物ミネラルが

体を元に戻す

地球上には百種類以上の元素が存在しますが、その多くがミネラルです。この微量のミネラルが身体を造り、外敵からの防御など、ほとんどの生命活動にかかわっています。

それ故、体内のミネラル量が不足、あるいは欠乏してきますと、たちまちのうちに生命活動は黄色信号、あるいは赤信号がついてしまいます。この大切なミネラルを私たちは、毎日食事から意識せずに摂り入れているわけですが、生命体は必ず地球上に存在するミネラルのほとんどが含有されており、体は入ってきたミネラルに応じた働きをしているわけです。

ですから摂取する食品の素材のミネラルバランスが、私たちの体に極めて重要なウェイトを占めています。私たち動物は、食物連鎖を通して土壌からミネラルを摂取しています。植物から摂取されるミネラルは六十種類以上におよび

吸収率も良く、同化作用にも優れ、且つ安全という「良いミネラルの条件」を兼ね備えています。

地球上に存在する物の中で、極めて質の高いミネラルをバランスよく含んでいるのが元祖元素の原料であるアルファルファなのです。また、アルファルファに含まれる質の高いミネラルは、多くの微量元素を含んでいるので組織細胞を活性化し免疫力を高め、人間が本来持っている「自然治癒能力」の回復に寄与します。動物は何千何万年もの間あらゆる病気の治療を植物に頼ってきました。

人間はそのミネラルを直接には摂取できないので、常に植物を介して摂り入れているのです。健康食品の中には海水や石、土など、大地の無生物から抽出したミネラル、つまり鉱物ミネラルを原料としたものになり出回っております。

私がアルファルファにこだわり、スーパーベジタブルを長年勧めるその訳は、アルファルファの持つている、ミネラルバランスが人間とよく似た割合で、食品添加物の毒性を無毒化するのに役立つとともに、免疫力向上に役立つからです。

どうか健康づくりの基礎サプリとしてご利用ください。

まだまだ寒さが厳しく、大雪の被害も出ているのですが、くれぐれも風邪などひかないようご自愛下さい。

ガンは自分で治せる

安保 徹著 マキノ出版

第三章 誤った治療がガンの治療を阻む

抗ガン剤治療、放射線治療、手術は医学の進歩に伴い、その目的を達成しつつあるような印象を私たちに与えます。

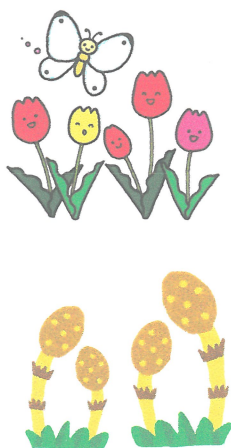
しかし残念ながらこれらの治療法はリンパ球を破壊し、生体に消耗をもたらしてガンの治療を阻む最大の原因になっているのです。

抗ガン剤はガンの細胞だけでなく正常細胞も区別せずに殺してしまいます。

抗ガン剤は増殖のスピードが速い細胞を殺傷するように作られているため、細胞分裂が活発な骨髓で作られる血液細胞、消化器の細胞、毛根細胞など増殖が活発な細胞が格好のターゲットになり、いろいろな副作用が起こり、免疫力が低下します。

抗がん剤は有効ですと言われたときの【有効】の真の意味はガンが縮小または消失することとを言っているのであって、患者が平穩に寿命を全うすると言う意味ではありません。

ガンが小さくなって治療は成功した、しかし患者さんは助からない。再発して必ず死に至るのです。



健将ライフ学術顧問
佐々木 俊雄氏

今日も抗ガン剤治療の現状は変わっていません。抗ガン剤治療は絶対に受けてはいけません。

放射線治療はどんなに局所を狙って照射してもその害は全身に及びます。

局所への照射でもリンパ球は減少し始め、全身がダメージを受けます。

これは【クラッシュ・シンドローム】と呼ばれる現象で、大量に体の組織が破壊されると、交感神経が緊張して顆粒球が増え、組織破壊が拡大して激しいショック状態に陥ります。

細胞膜が破壊され細胞の内容物が流れ出すと一転して危険物に変化します。というのも、細胞の内容物は極めて酸化力が強く、周囲の組織を次々に酸化して破壊してしまうからです。

そのため患部から遠く離れた細胞まで壊死してしまいます。副作用は各臓器に及び様々な障害が現れます。放射線治療は受けるべきではないと考えています。

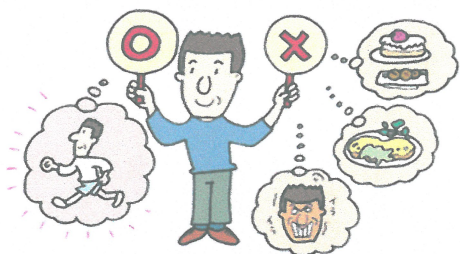
手術も原則的にしないほうが良いです。

メスで取れる範囲は限界があり、目で見える病巣だけであり、他の臓器に転移したガンなど肉眼では見えないため取り残してしまう、又手術によって他の組織にガン細胞が散ってしまう恐れも残されているからです。



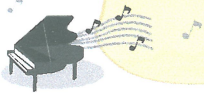
ガンの病巣が大きくなりすぎて、周囲の神経や血管を強く圧迫し苦痛があるときや、内臓の壁を突き破る恐れがあるときは手術が必要ですが、臓器を大きく切り取ってしまうと、臓器の働きが悪くなり生活の質が低下するので、臓器を広範囲に切除する手術や全摘出手術は絶対に受けてはいけません。

リンパ節の郭清も避けます。リンパ節は体液を循環させているリンパ管の合流箇所当たり、外的の進入をチェックする関所のようなものです。リンパ節の郭清によって周囲の血管やリンパ管が傷つくために、血液や体液の循環が悪くなり全身で血流障害が起こり、生活に支障をきたします。免疫力も低下し再発も起こりやすくなるのです。



*リンパ節の廓清
リンパ節を摘出し、その内部にがんが存在しているかどうかを検査する手術手技

達磨の経済学



高野山真言宗慈明院名誉住職

吉住 明海

家内・・・かない・・・家内安全

初詣などで、神仏に何を祈るかという、アンケートでは、群を抜いて一番多いのは『家内安全』だったという調査報告が出ている。『家内』とは、家の中・屋内あるいは、家族という意味もあるが、他人に対して、自分の妻を言う事もある。

普通、家内安全とは、家族に事故や病気のない・家族一同が息災でという願いである。

家族というものが、不安定なるがゆえに、ことさら『家内安全』を祈るのかも知れないと、評論家が指摘していたが、離婚が多いのも一因なのだろうか

アメリカが一組に一組が離婚し、日本は三組に一組だそうで、世界的にはロシアが一位でアメリカは四位だとか・・・家族を維持していくのも、大変な事である。妻が安全なように『家内安全』ではと、つい考えてしまう。

『四人の妻』という、お釈迦様の説話が伝えられている。

大昔は一夫多妻であったから、金持ちほど多くの妻を持っていた。ある商人が四人の妻を持つており、第一夫人は、常に傍に置いて可愛がっていた。

第二夫人は、他の者と争って奪ってくるくらいの絶世の美女、第三夫人は、時々会うくらいで、会えばホッとする。第四夫人は、働き者でいつも働いてはいたが、その存在を忘れてしまうくらいであった。

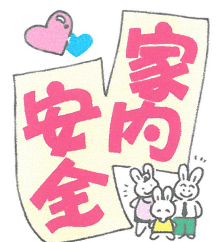
ある時、商人は長い旅にでる事になった。妻を一人連れて行こうとしたが、第一夫人は一番に一步も外には出ません。第二夫人は、ついて行かねばならない義理は無い、あなたが嫌いです。第三夫人は、まあ、せめて町はずれまで見送りましょう。第四夫人が私はあなたの妻ですから、何処までもお供します。と答えたという。商人の旅は、死での旅であり、第一夫人とは、身体の事である。

どんな頑丈で立派な肉体を持っていたも、死ねば持つて行けない。

第二夫人とは、財産や名誉、他人と争って財産を蓄えても、あの世までは持つて行けない。第三夫人とは、親族です。時々会えば嬉しいし、商人が亡くなったら悲しんでもくれるが、これも一緒には逝けない。第四夫人とは、自分の心である。

己の欲望や煩悩にまみれ働いているが、己自身を顧みないで、忘れていくが、この心は、死んでも付いて行くものである。

家内安全とは、心を忘れない事かも知れない。



合掌



～いきいきとした毎日を過ごすために免疫力を上げよう～No.1

免疫力は体を病気から守るための防衛システム・・・この力が大きければ大きいほどガンも怖くない
免疫力アップその②・・・ぐっすりと眠ろう

寝不足が続いて肌が荒れたり、胃腸の調子がおかしくなったことはありませんか？
私たちが眠ると体中の細胞・修復・成長に関する成長ホルモンが分泌され、疲労によって傷ついた筋せいや臓器を修復し、皮膚の新陳代謝など円滑に進めます。
したがって睡眠時間が減れば成長ホルモンが足りなくなり、からだの回復力も衰えてしまいます。免疫力が落ち込む原因となり、病気にかかりやすくなってしまいます。
眠れない原因となりうるものは運動不足、精神的ストレス、食事の影響などがあります。
ピリピリと辛い味付けの食事を夕食に摂ると唐辛子などに含まれる成分が交感神経を刺激した眠りに入りにくくすると言われています。また自分に合った寝具や夜着を選びましょう。また寝る前のTV、PCは脳中枢が興奮状態となってしまう深い眠りが得られなくなりますので、注意が必要です。



きれいな腸は病気にならない

NO.55

全ての病気は腸をきれいにすると改善していきます。「善玉菌の多い環境づくり」を一緒に取り組んでみませんか？

健康の鍵を握る腸内細菌の働き③

・腸内細菌が棲む腸ってどんなところ？



*人の始まりは『腸』から

人が母親の胎内で受精卵から一番最初に、出来る器官が腸です。そして腸の両端が口と肛門となり、その後色々な臓器が形成されて行くと言われています。そんな事から、腸は人にとって最も大切である事が伺えます。現に、生物の中には脳がなくても生存している生き物はたくさんいます。

*腸がまずしっかり働いてから臓器も活動

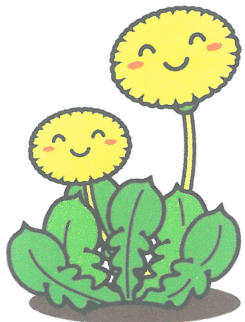
腸の働きは、食物を体内に閉じ込めて消化して、栄養を摂りこむ事で、神経系をはじめ様々な器官を発達させて来ました。そんな「腸」はカラダの中心に位置取り、食物を分解、消化し、生きる為の栄養とエネルギーを生み出して来ました。人間をはじめとする動物は腸の「消化・吸収・排泄」というはたらきで生命活動を維持していますので、腸が栄養を「消化・吸収」できなければ、ほかの臓器も活動出来ない事になります。

*腸は死んでもまだ動いている

生命を支えている器官は、脳や心臓と思いがちです。確かに脳は人をコントロールしていますし、心臓は栄養を身体の隅々まで血液によって送り出しています。しかし、「クラゲ」や「イソギンチャク」、「ミミズ」などは脳を持っていません。そして心臓も持っていないのです。でも、唯一「腸」だけは持っているのです。腸があればどんな生物でも生きて行ける証なのです。そして腸は独自で活動も出来るのです。ですから人間は死んでもしばらくの間、腸だけは動いています。脳の命令なしに腸が動いているということは髭や髪の毛が死後も伸びるように独自の神経細胞が働いているのです。

*腸の中は細菌だらけ

大人の腸では約 500~1000 種類 600~1000 兆個もの細菌がいます。そのほとんどが大腸に数えきれないほど棲んでいます。人間の細胞の数が約 60 兆個といわれていますから、その数より、はるかに多い細菌が私たちの腸内で暮らしていることになります。腸内細菌には、乳酸菌やビフィズス菌などの善玉菌と、ウェルシュ菌や大腸菌などの悪玉菌があります。これらの細菌は、その種類ごとに集団を形成しながら住み着いています（このことを腸内フローラといいます）。腸内ではこのような善玉菌や悪玉菌が絶えず増殖を続けています。これら腸内細菌は腸のメンテナンスや身体に必要なものを作ります。ですから腸内細菌は健康の鍵を握っているのです。



「スーパーベジタブル」は飲む野菜です。で、食物せんいや腸内善玉菌が増える成分がたっぷり含まれています。又多くのミネラル、ビタミン、酵素などもしっかり持っています。



「なっとーキョーン」はおなかの環境を整え、善玉菌を増やし、腸内の状態を強化します。解毒力を高めます。ビタミン・ミネラル、せんいが豊富にあると腸内善玉菌は酵素をたくさん作ります。