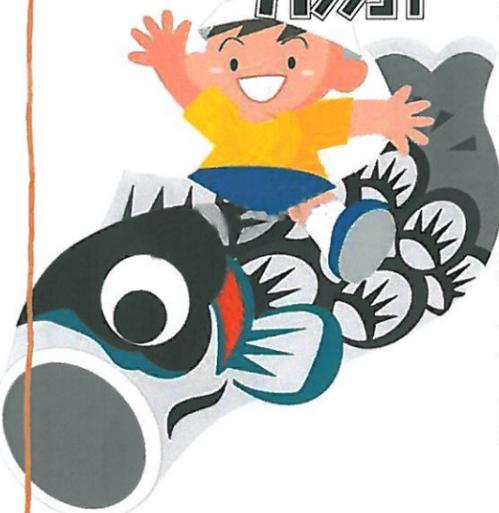


# 腸内快覧板

2011年  
5 May.

発行所/おなかいきいき健康クラブ  
福岡市東区松香台1丁目2番1号  
TEL.092-674-4545  
FAX.092-661-1051



イリで「放射線を食べる菌が

二〇〇八年頃にチエルノブ

また、この様な話もあります。

「広島原爆投下の前夜、広島大学の職員8人が発酵酒に酔って眠りについた。翌朝、原爆投下地点から半径1キロの全ての人が死亡したにもかかわらず、この8人は生き残った。」

発酵酒の中の微生物と、微生物が産生した酵素の複合作用によるものと考えられます。この例は、秋月先生のワカメ

入り味噌汁のパワーとの共通項にポリアミンの存在が大いに影響したと思えます。納豆菌や乳酸菌が、驚異的な細胞分裂を繰り返して、増加することで出来るポリアミン。再び繁殖を開始し、未消化の炭水化物を餌に増殖します。その過程で乳酸菌やビフィズ菌の増加環境が整い、腸内善玉菌の数が飛躍的に増加します。この微生物の増加に伴いポリアミンをさらに増やします。

アミンが多ければ多いほど、若さが保てるのです。人間は加齢とともに、ポリアミンを合成する酵素の活性が低下するので、体内で作られる量がドンドン減っていくといわれています。元気満まん堂の『ちよう元気なつときな』の成分は納豆菌株と腸内に住んでいる乳酸菌B-I-O株で構成されています。これらの微生物が産生するポリアミンが、皆様の若さと活力に貢献できればこの上ない喜びです。

広島・長崎の原爆地域が百年間、不毛の地になるだろうという予測をくつがえして、早いスピードで浄化されたのも、微生物の作用があった事を多くの学者たちが明らかにした事です。微生物はゴミを分解し、毒素を浄化して、地球の環境を守る役割を遂行しています。

我々人間もまた、腸内細菌という微生物の働きによって生かされている命である事に感謝いたします。

放射能を無毒化する微生物  
なつと菌とポリアミン

元気満まん堂 箕浦将昭

東日本大震災で被災された皆さまの一日も早い復興が軌道に乗りますようお願い申し上げます。また、原子力発電所の一日も早い収束を期待します。

先月に引き続き、放射能除去に役立つ方法として、放射能を無毒化する微生物がたくさん発見されている事の報告です。

イリで「放射線を食べる菌が

また、この様な話もあります。

「広島原爆投下の前夜、広島大学の職員8人が発酵酒に酔って眠りについた。翌朝、原爆投下地点から半径1キロの全ての人が死亡したにもかかわらず、この8人は生き残った。」

発酵酒の中の微生物と、微生物が産生した酵素の複合作用によるものと考えられます。この例は、秋月先生のワカメ

入り味噌汁のパワーとの共通項にポリアミンの存在が大いに影響したと思えます。納豆菌や乳酸菌が、驚異的な細胞分裂を繰り返して、増加することで出来るポリアミン。再び繁殖を開始し、未消化の炭水化物を餌に増殖します。その過程で乳酸菌やビフィズ菌の増加環境が整い、腸内善玉菌の数が飛躍的に増加します。この微生物の増加に伴いポリアミンをさらに増やします。

アミンが多ければ多いほど、若さが保てるのです。人間は加齢とともに、ポリアミンを合成する酵素の活性が低下するので、体内で作られる量がドンドン減っていくといわれています。元気満まん堂の『ちよう元気なつときな』の成分は納豆菌株と腸内に住んでいる乳酸菌B-I-O株で構成されています。これらの微生物が産生するポリアミンが、皆様の若さと活力に貢献できればこの上ない喜びです。

広島・長崎の原爆地域が百年間、不毛の地になるだろうという予測をくつがえして、早いスピードで浄化されたのも、微生物の作用があった事を多くの学者たちが明らかにした事です。微生物はゴミを分解し、毒素を浄化して、地球の環境を守る役割を遂行しています。

我々人間もまた、腸内細菌という微生物の働きによって生かされている命である事に感謝いたします。

## 2011年 会員制度のご案内

元気満まん堂の商品購入には2つの会員システムがあります。

あなたに合った良い商品こそ継続が大切です。  
定期お届けで注文忘れがありません

元気満まん堂 会員 (入会金 無料)

- 会員特典
- 1) 6ヶ月継続購入すると2,000円獲得。
  - 2) エコシールを6枚集めると2,000円獲得。
  - 3) 2人以上会員を紹介することで感謝ポイントが貯まり、各種ボーナスを受け取ることができます。

いつでも好きなときにご注文

元気満まん堂 フリー会員

会員特典 「注文書兼フリー会員申込書」に必要事項をご記入頂ければ、いつでも「おなかいきいき健康法ベーシックセット」をご購入頂くことができます。

## 伝言板



ご案内

### 会員さんの伝言掲示板

●O・R様 (50歳 女性)

自己免疫疾患で長期に渡り、ステロイドを使用していましたが、かかりつけの医院と元気満まん堂の商品のお陰で少しずつ光が見えている気がします。焦らずにゆっくりと頑張っていきたいと思っています。これからも宜しくお願い致します。4月からは、大学生の息子にも飲ませています。

●H・R様 (30歳代 女性)

4歳の息子が寒冷ジマシンのため、それを治したくて、Aセットを飲ませています。他の家族も飲んでいますが、うんちが臭くなくてびっくりしています。



【芯からリラックス出来る、軟酥の法】のDVD  
只今無料にてお渡しいたしておりますので、ご希望の方は元気満まん堂まで御連絡下さい。



お知らせ

●元気満まん堂ベーシックセット6ヶ月分代金前払いの方、又は銀行、郵便局自動引き落としの方は送料が無料になります。ご希望の方はTELまたはFAXで元気満まん堂までお申し込みください。



お願い

元気満まん堂では、元気満まん堂商品(各セット)のご愛用後の体験談の寄稿を募集しております。なお、体験談をお寄せいただいた会員様には、お礼と致しまして、ご希望のお試しセット(Aセット又はBセット)5セットを送らせていただきます。何卒よろしくお願い致します。

### 編集後記

私は春が大好き！筍にフキにタラの芽、ヨモギにノビル！まだまだたくさんの山菜たち。草花は花開き、小鳥達は歌い出す！大いなる大自然の恵み、そして、癒しの力に感謝です。

あなたの健康応援団

元気満まん堂

元気満まん堂 FAX 専用フリーダイヤル

0120-49-9993

URL...http://www.manman.co.jp/

# 長寿雑学

122

「うつ」は食べ物が原因だった！  
溝口 徹著 青春出版社



満まん堂学術顧問  
佐々木 俊雄氏

## 第四章 心のトラブルを引き起こす五つの栄養欠損 続き

たんぱく質欠乏は身体にとって非常に重要な栄養素なのだが、たんぱく質の不足によって起こる特徴的な症状が乏しいため、見落とされがちである。生きていくためには、毎日一定量を消費する。つまり、どんなに食事から摂取されるたんぱく質が不足していても、常に一定のたんぱく質を消費するため、足りない分は身体を構成しているたんぱく質を分解して消費量をまかない、筋肉などを蛋白源として利用してしまう。

OSM分類に従って、「多軸評

定」で精神病の診断を下すよう提唱してある。甲状腺のチエック、たんぱく質やビタミンB群、鉄、葉酸などの欠乏の有無のチエック、代謝のチエックなども行う必要があるとはつきり記述されているが、現実には多軸評定は行われず、症状だけで診断が下され、症状だけで想定した薬が何種類も処方されているのが現状である。

## 第五章 今から実践「うつ」にならない生き方

朝一番に活発に動き出すのが、副腎から出すコルチゾールでコレステロールが原材料になっている。コレステロールの濃度が低いとストレスへの抵抗力が低下してしま

うので、適切な濃度を維持しなければならぬ大切な栄養素である。またコルチゾールが働いたためにビタミンB6が欠かせない。アドレナリン、ノルアドレナリンという興奮系のホルモンが髄質で作られ、この産生に必要な働きをしているのがビタミンCで、ストレスに対抗する栄養素である。水溶性で身体に蓄積されないため、毎日数回に分けて供給しなければならぬが、副腎には高濃度で貯蔵される。

アルコールを分解排泄するにはナイアシンと葉酸が必要である。脳の機能を働かすにはビタミンB12が必須である。

ナイアシンを多く含む食品は、カツオやサバ、いわし等の青魚、レバー等、葉酸はレバー、うなぎ、緑黄色野菜、ビタミンB12は貝類などに多い。またアルコールを飲んでからでは、吸収障害を受ける

ので飲む前に摂るほうがよい。鎮痛剤を飲むことが習慣になっている人は「痛みは栄養素の摂取で解決する」という考えにシフトするべきであり、痛みを根本から解消するには、十分且つ適切な栄養素を摂取する必要がある。

ダイエット法に共通しているのがカロリー制限である。摂取カロリー量を減じて行うことが基本的な考え方である。カロリーを重視しすぎて、たんぱく質を減ずるのは身体にとっても心にとっても得策ではない。筋肉が落ちれば基礎代謝量が下がった状態になる。食事を戻すとリバウンドを起こし、繰り返すと太りやすい体質に代わってしまう。糖質制限をしたダイエット法が最も体重を減少させ、善玉コレステロールを上げ、中性脂肪を下げる事が明らかになっている。

# 達磨の経済考

高野山真言宗慈明院名誉住職

吉住 明海

## 『辛抱』

地震の報道が伝えられてくる。その悲惨さに、心が痛む。

避難場所での、インタビューに答えて、「何とか頑張ってます・・・。」という笑顔がせめてもの救いである。

しかし、東北人という地域性は、大雪や寒波に耐えて培われてきた忍耐力が笑顔の裏側に、感じられる。『辛抱強い』人々が、災難にじっと耐えているのであろう・・・。

『辛抱』と『我慢』は違う。我慢とは、精神的や肉体的な苦痛を押さえ込んでおり、限界があり、切れてしまうことがある。さらには、不満が残ってしまう。

辛抱とは、環境の劣悪さに耐えて、それで居ながら、前向きな姿勢を保っている事である。だから、希望が生まれてくる。

『辛抱する木に花が咲く』

『辛抱』とは、辛さを抱きしめる心棒なのだ。衣食住すべてが満たされ過ぎていくにもかかわらず、更なる欲求をする。我儘な者が、我慢するから、いつまでも満たされる事がないのかも知れない。

我慢と書いて、私の慢心なのである。辛抱できる人はどんな苦境でも、いつかは乗り越えてゆけるはずである。

自然の力の前には、人間は非力ではあるが、それでも感謝しつつ、前進してゆけると信じている。

被災された方々に 心からのお見舞いと、亡くなった多くの人々の冥福を祈る。

合掌

## おなかいきいき健康法 ベーシックセット

「元気の元は胃腸から」、おなかの健康は病気予防の原点です。  
「おなかいきいき健康法」のベーシックセットで、ストレスに負けないからだを作りましょう。



合計12,600円  
(本体12,000円)

アルファルファ加工食品  
ミネラルバランス食品



納豆菌加工食品

