

No.133



腸内中央覧板

2011年
8 Aug.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クブチ沙漠で植林を
沙漠の緑化は心の緑化

元気満まん堂 箕浦将昭

去る6月5日～11日まで、中国内蒙古自治区恩格貝へ植林に行つてきました。北京から飛行機で西に1時間、地下資源(特にレアメタル)の豊かな包頭市から西へ百キロ、黄河を渡り、ゴビ沙漠の一画であるクブチ沙漠の恩格貝へ。沙漠の大きさは四国ぐらい。恩格貝での植林活動は、故遠山正瑛鳥取大学名誉教授が、

恩格貝での植林活動は、故遠山正瑛鳥取大学名誉教授が、

一九九一年に81歳の年齢で、沙漠に植林をと発願された事業で、多くのボランティアに支えられて、沙漠でも木が育つ事を現地の人達に教え、今は内蒙古自治区政府が、緑の月間を設け、3月4月に植林をしているそうです。遠山正瑛先生の強い信念(思い)は多くの人々の心を動かし、先生亡き後も多くの人達に引き継がれ今日に至っています。

今回行つて驚いたのは、この恩格貝が今ではステイタスなリゾート地となり、私達が宿泊したホテルには、ベンツ、BMW、トヨタ、の高級車がずらりと並び、一大リゾート観光地となっていました。

遠山正瑛先生が植林を始めた20年前までは、恩格貝は沙漠でしたが、今では南北に17キロ、東西に12キロのポプラの森となっています。植林されたポプラの木は四百万本だそうです。今では一種類の木では病気が発生した時に

私は、沙漠の植林に取り組みながら、遠山先生の志に学び、ボランティアに支えられる人々の心を緑化する強烈な人間教育が、現地の緑化運動を進める原動力になつてゐる功績に感銘しました。

先人が現代の社会を育てた直し役になるぞ!』という気持ちを新たにした次第です。世間から羨ましがられる家

族ほど、その一人ひとりが無

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ス・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

●福岡市 C・H様 (30歳代 女性)

元祖元素を飲むようになって、以前より大量の便が出るようになりました。娘(9歳)は「おいしい」と言って、ポリポリ食べています。1歳の娘もしゃぶっています。本能で良いものだと分かることでしょう。

●横浜市 M・S様 (60歳代 男性)

私の手の爪に縦の線が入るようになって、どうしてだろうと思っていた頃、たまたま、インターネットで「それはケイ素が足りなくなった」からだという記事を見て、そこに「元祖元素」の宣伝が載っていました。そこで飲みはじめて1ヶ月、まだ爪の線は消えませんが、もう少し飲んでみたいと考えています。



【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



お願ひ

●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。

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

最近アルファルファの新しい効果に気がついた!それは、エストロゲン作用、いわゆる植物性女性ホルモンの作用があるということ。女性であり続けるために、出来るだけきれいであり続けるために、絶対に必要だな~と改めて実感。元祖元素と出会えた事に改めて感謝!

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/

達磨の経済考

高野山真言宗慈明院名誉住職
吉住 明海

「戀人」

「一つ一つが重かつた・・・」と、息子
も多くを語らない。
『夜泣き石』というのが、人々を怯えさせていた。何百年も雨のしつゝ降る夜に、
その石から、すり泣く声が聞こえてくる

残して、姿を消した。

ただ、傍にいて、話を聞いてあげる。

聞いてくれる人が居るのは、幸せである。

そして共に泣いてくれたら、それだけで、

恋しみや苦しみは楽になる

何も答えが必要なのではない。

若い僧侶たちが、東北の被災地に、ボランティアに行くと言う。普段、箸くらいしか持たない、軟弱な僧侶に、何のボランティアが出来るのかと、むしろ邪魔になるのでは……？

数日後、寺に戻った息子に聞いたら、『傾け前、女は法師に、手を合わせ、

石の上で、座禅をくむ事にした。真夜中に女が姿を現して、自分の悲しい身の上を語り始めた。一晩中その話を、法師は聴いた。そして、その女の悲しみに深く同情し、何度も泣いたのである。夜明け前、女は法師に、「お金ならないよ……。」と、ピタリと口に似つかわしく言つたら、即座に「あのね……」って言われたり、「どうする。ある時、旅の法師が、一夜その

「聴ボラ、ンティア」だが、子を亡くした親、親を失つた子供、家屋敷全て流された人々の話を、ただ聞くだけの事だが、瓦礫の山を目にし、悲痛な声を、訴えを聞くだけで、言葉は少ないが、

「やつと、二百年の苦しみを話すことが出来ました。私のために、涙を流して悲しんで下さいました。これで成仏出来ます。ありがとうございます……。」と言ひ

明日は、母親の命日である。好物だつた、乳ボーロでも供えてみようか……。

合掌

第一章 体調管理に役立つ免疫学の基本 続き

病気の発症状態から見て、晴れの高気圧だと顆粒球が増え、雨の低気圧だとリンパ球が増える。雨の日にリラックスが進行してリンパ球が過剰になり、治癒反応としての痛みや、凝り、倦怠感など不快な症状も出ることになり、体調がすぐれないとなる。だから体を動かし、照明をつけて部屋を明るくするなど交感神経を優位にする

とともに縮まつて働かなくなる。一方、脾臓やリンパ節でも作られるようになる。主に腸管や肝臓、耳下腺、顎下腺などの組織で作られるNK細胞や胞腺外分化T細胞の免疫が働くようになります。免疫力を下げる原因である過労や悩みすぎを避けなければなりません。働きすぎの長時間労働が原因の交感神経緊張が血糖値や、

顆粒球と反応して炎症を起こし、逆に糜爛性の胃炎や萎縮性の胃炎が置きやすくなることです。

病気にならない人の免疫の 新常識

安保 徹 長岡書店



満まん堂学術顧問
佐々木 優雄氏

「」が大切です。昼間働いている時は交感神経優位、夜に休んでいるときは副交感神経優位の日内リズム、そして四季の気圧や気温の変化に対応する年内リズム、即ち夏は交感神経が優位になり、冬は副交感神経が優位になります。

異常が見つからなかつた人のリンパ球の比率は35%から40%、何らかの不快感を抱えている人は35%、病気を抱えている人は30%以下でした。免疫細胞は胸腺で作られるが(T細胞、B細胞)加齢とともに縮まつて働くなくなる。一方、脾臓やリンパ節でも作られるようになる。主に腸管や肝臓、耳下腺、頸下腺などの組織で作られるNK細胞や胞腺外分化T細胞の免疫が働くようになります。免疫力を下げる原因である過労や悩みすぎを避けなければなりません。働きすぎの長時間労働が原因の交感神経緊張が血糖値や、胃酸の分泌を抑制して、空腹時の胃の痛みを取るものですが、危険なのは胃薬により血流障害が、胃の中にピロリ菌を増やし、そのピロリ菌がストレスにより増えた顆粒球と反応して炎症を起こし、逆に糜爛性の胃炎や萎縮性の胃炎が置きやすくなることです。

さあ、一方で、この緊張を和らげるため、食べ過ぎてメタボリックシンドromeになる可能性が高い您的です。胃薬は高ヒスタミン剤が主成分で血流障害を起こして、かゆみや腫れを取り除く作用があり、副交感神経を遮断して心しめや苦しみは楽になる。

何も答えが必要なのではない。

聞いてくれる人が居るのは、幸せである。

して共に泣いてくれたら、それだけで、

ただ、傍にいて、話を聞いてあげる。

めりがとうございます……」と言いました。

り前、女は法師に、手を合わせ、

「やつと、二百年の苦しみを話すことが出来ました。私のために、涙を流して悲しんで下さいました。これで成仏出来ます。か・・・・。

シャリ一言。

明日は、母親の命日である。好物だけた、乳ボーロでも供えてみよう

て、同情し、何度も泣いたのである。夜明け・

は聴いた。そして、その女の悲しみに深はる

口の上で、座禅をくむ事にした。真夜中に女が姿を現して、自分の悲しい身の上を語り始めた。一晩中その話しを、法師は聴いた。そこで、その女の悲しみに深はる

「あのね・・・」って言われたら、「どうしたの・・・。」って、答えてくれたら、それで充分だと思つただが・・・。

昔、母親に「あのね・・・。」と、言つたら、即座に

「お金ならないよ・・・。」と、ピ

合掌