

No.134

腸内快覧版

2011年
9 Sep.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

食の陰陽と放射能被害への対応

元気満まん堂 箕浦将昭

会員の皆様にはいつも元気満まん堂をご利用いただきありがとうございます。

原発事故の収束には相当の時間を要するようですが、放射能汚染から身を守ることへの関心は高まるばかりです。

長崎で原子爆弾の被害から立ち上がった秋月辰一郎先生（元長崎市聖フランシスコ病院院長）のお話を、腸内快覧版4月号で

間を要するようですが、放射能汚染から身を守ることへの関心は高まるばかりです。

長崎で原子爆弾の被害から立ち上がった秋月辰一郎先生（元長崎市聖フランシスコ病院院長）のお話を、腸内快覧版4月号で

「体質改善と味噌」の本からご紹介いたしましたが、秋月先生自身が書かれた「死の同心円」という本の中でも、当時の食事が玄米と塩、味噌にわかめ等、食糧庫に在るものでしのいだ食事が、実際に放射能を排出するのに最適な陰陽のバランスが取れた食事だったのです。

秋月先生は「玄米飯にしつかりと塩をつけてにぎれ。塩からい味噌汁をつくって、毎日食べさせろ。甘いものは避ける。砂糖は絶対にいがん」。秋月先生は、被爆した職員や周囲の人たちにこう指導された結果、原爆症の発症を免れたのです。そして先生は八十九歳で亡くなられるまで医療活動や、反核平和運動に献身的に従事されました。

私達が長年学んでいる日本総合医学会は、明治の軍医・石塚左玄が創始した「食養」の思想を継承するため、一九五四年に設立されました。「食養」は食物修養の略で、「食物の選

び方、食物のいただき方を「食」として、食物の選択と組合せたものであります。食物の選択は、食物の組合せによって成り立つのです。このように、食物の組合せによって成り立つのです。

このように、生命活動における相対する二つの働きを「陰陽」といい、これら二つに分類されたものは、二元対立の状態

電気もプラスとマイナスがバランスよく拮抗して初めてエネルギーを取り出せます。息は吸つたら吐く。太陽は昇つたら沈み、波は寄せては返す。このように、生命活動における相対する二つの働きを「陰陽」といい、これら二つに分類されたものは、二元対立の状態

人の中には、放射能に限らず、体に持つていています。日頃の生活に少しだけ心を寄せて、バランスを考えながら元気満まん堂商品をうまく利用してください。まだまだ残暑厳しい日が続きますが、お元気で活躍されます

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

●宮崎県 M・I様 (30歳代 女性)

飲み始めて、便通が良くなっている気がします。これからも続けてみたいです。

●浜松市 R・H様 (30歳代 女性)

2歳の娘も『ちょうど元気なっときな』なら、食べることができます。これを飲んでいると家族全員、お腹の調子が良いです。（便秘しません！）風邪を引いてもすぐに治ります。

●横浜市 H・H様 (50歳代 女性)

元祖元素を飲み始めて、1年になります。改善されたので飲む量を減らし、回数も適当にしていたら、また、爪の先が割れてしましました。ですので、慌てて、最近はきちんと飲むように心掛けています。



【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。



お願ひ

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、放射能の話題をよく耳にしますが、どうやったら放射能から免れるか？と考えるよりも、どうやったら悪いものを排出できる体を作っていくかが大切だと思います。優秀な遺伝子を傷つけずに伝承していく上で、最も大切な食生活を見直す良い時期に来ているのかもしれませんね。弊社の商品が少しでも皆様のお役に立てれば幸いです。

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/

達磨の経済考

高野山真言宗慈明院名誉住職
吉住 明海

「秘すれば花 秘せば花なるべからず」

有名な世阿弥が書いた『風姿花伝』の一説である。

熱を良く出して親の手を焼かせた子供は、リンパ球が多い体质で、年齢が上がるにつれて、リンパ球過剰状態は少しづつ修正されて、大人になつたとき、免疫力が高い状態で落ち着きます。しかし、一時期の免疫過剰体质ではなく、今のようにアレルギー疾患の子供が増えたのは、生活が豊かになつたために飽食や運動不足、甘やかしや過保護でリンパ球過剰の子が増えたためと考えられます。治療のために使われるステロイド剤の長期使用や大量使用によって、リンパ球過剰だった体质が顆粒球過剰体质に変わつてしま

花火大会へ行くのか。バス停で待つている若い女性達。原色花柄の浴衣、頭髪はトウモロコシの毛、厚化粧、目のふちは、パンダのようである。足は素足に下駄と思いきや、期待は裏切られて、スニーカーである。浴衣の着付けも、あれでは寝巻きとも言われても仕方ない。真っ赤に塗つた口を大口あけてガハハハハと高笑いしている。

楚々とした浴衣美人の白いうなじに、ほつれた毛といつた風情は、映画や芝居の中だけかも。もつとも、胴長短足、なで肩なればこそ、着物も似合つだらうが、足は長いし、肩などは、水泳の選手のように逞しくある。現代の若者達、破れたジーパンが、ファッショングのだから、仕方ないのかも知れないが・・・。美しさとは何か?と、考え込んでしまつ。

『秘すれば

最初から、さらけ出して見せてしまえば、見

る者は美しさに感動しない花と面白きと珍しき、

これ三つは同じ心なり)と説いている。あまりに

多くを、ひけらかしては食傷きみになる如く、

秘する奥ゆかしさと、その意外性を珍しく面白

き花と教えているのであるうか・・・。

知らずともよい事、見なくてもよい物を暴き

出して、美しいと思えるのであるうか。現実の

生活が、精神的にゆとりが無いと、感じるのは

『秘』といふものが、あまりに無いからかも知

れぬ。人間の喜怒哀楽の感情も、耐え忍び秘す

らしになると考えるのだが、なかなか難事な事

である・・・。

商品紹介

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。

アルファルファ加工食品
ミネラルバランス食品

元祖元素

納豆菌加工食品

元祖元素

合計12,600円
(本体12,000円)

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 俊雄氏

第二章 体质も変わる免疫の知恵

えば、大人になつて治るはずだったものが、難治化を辿り、アトピー患者が増加します。

糖尿病は働き過ぎやストレスから始まつていて、頑張った結果、起こると考えられます。食事を摂ると副交感神経優位になり、臍臍からインスリンが分泌されますが、頑張つて働き過ぎ等で交感神経が緊張すると、食事をしても副交感神経への切り替えがうまく出来ず、インスリンの分泌がされなくなり、血中のブドウ糖の濃度が上昇してしまいます。他にも心身に無理をすると出る交感神経刺激物質のアドレナリンやノルアドレナリンにも血糖上昇作用があり、また、ストレスから甘いものが欲しくなり、過食に走る生活パターンになり、発症することも考えられます。食事や

間食での明らかなカロリーオーバーは改めるべきですが、極端な食事制限による空腹感を我慢して過ごすことには、更なる交感神経の緊張を呼ぶことになり、逆効果になりかねません。高血圧や心臓病、ケロイド体质も遺伝よりも本人の頑張り過ぎからスタートした病気と理解できます。

間食での明らかなカロリーオーバーは改めるべきですが、極端な食事制限による空腹感を我慢して過ごすことにより、逆効果になりかねません。

は改めるべきですが、あらゆる病気の発症原因になります。体温を下げ過ぎるとリンパ球と顆粒球の数が正常の範囲を超えて、生命維持に必要な免疫力が下がります。41度のお風呂に10分間入浴すると、深部体温が39度に上昇して血流が増加します。薬

熱を良く出して親の手を焼かせた子供は、リンパ球が多い体质で、年齢が上がるにつれて、リンパ球過剰状態は少しづつ修正されて、大人になつたとき、免疫力が高い状態で落ち着きます。しかし、一時期の免疫過剰体质ではなく、今のようにアレルギー疾患の子供が増えたのは、生活が豊かになつたために飽食や運動不足、甘やかしや過保護でリンパ球過剰の子が増えたためと考えられます。治療のために使われるステロイド剤の長期使用や大量使用によって、リンパ球過剰だった体质が顆粒球過剰体质に変わつてしま

皮膚に血液循環の障害が起きたか、常在菌である化膿性細菌に感染した時で、白血球の中での顆粒球増加に原因があります。もともと年齢的に皮膚の新陳代謝が活発な時期に、精神の不安定さが重なることでにきびが花盛りになります。

皮膚には外的侵入を阻止するために皮膚をコートする角質層があり、角質層は外的の侵入から肌を守る皮脂やセラミドなどでバリア成分が多い、従つて、洗い過ぎは逆効果になります。

冷え性は血行不良が常時起きています。内用か外用の消炎鎮痛剤を使うと一時的には痛みは消えても、体は冷えるわけで頻繁に使用すれば、冷え性を招き、血行障害から腰痛を繰り返すと言う悪循環に陥ります。

疲労すると血流障害が起き、それに伴い、血管拡張物質のプレステグランジンが出て痛みが出たり、赤くはれ上がつたりします。内用か外用

て交感神経緊張が改善されないまま続いている状態で、あらゆる病気の発症原因になります。体温を下げ過ぎるとリンパ球と顆粒球の数が正常の範囲を超えて、生命維持に必要な免疫力が下がります。41度のお風呂に10分間入浴すると、深部体温が39度に上昇して血流が増加します。薬

長寿雑学 126