

No.150

腸内中央覧板



2013年
1 Jan.

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

新春ごあいさつ 「健康寿命」

癸巳（みすのとみ・きし）正月

元気満まん堂 箕浦将昭

明けましておめでとうございます。皆様におかれましては幸多き、巳年の新年を迎えた事とお慶び申しあげます。

巳（へび）は成長するため脱皮します。私たちもこの変革の激しい世の中にあって、（古い皮を）脱ぎ

います。皆様方におかれましては幸多き、巳年の新年を迎えた事とお慶び申しあげます。

巳（へび）は成長するため脱皮します。私たちもこの変革の激しい世の中にあって、（古い皮を）脱ぎ

ます。厚労省が昨年6月、「健康寿命」とは、「介護を受ける」年齢のことです。

厚労省から二〇一〇年に對し、同年の平均寿命は男性七九、女性が八六、三歳。つまり、男性は約13年余り、女性は約13年、健康ではなくても「生きている」ことが判りました。

飽食の末に病気になつても、病院の手厚い看護で無理矢理生かされて、平均寿命だけが伸びているという現状です。元気で幸せなのが現状です。

あけましておめでとうございます

に生きる事が出来るという事がいかに幸せか、社会に迷惑を掛けないで生きていく幸福感は何者にも変えられません。

可能な事です。この事が、がんを完全に予防する事ができない大きな理由の一つであると、三重大学名誉教授田口寛先生はおっしゃっています。

本年4月1日から新たにスタートします「第二次健 康日本21・健康増進法の改正」で基本方針が全面改訂されました。その変更の主な狙いは、食生活の改善や運動習慣の定着による一次予防（生活習慣を改善して健康を増進し、生活習慣病の発症を予防する）にあります。

元気満まん堂Aセットで消化促進と腸内環境を整過ぎは、肝臓、腎臓に負担を掛けると同時に、胃腸が疲れます。胃腸の疲れは血液を汚します。お正月の食べ過ぎや飲み過ぎは、肝臓、腎臓に負担を掛けると同時に、胃腸が疲れます。胃腸の疲れは血液を汚します。

（医食同源）であり、逆に病気になるのも食べ物（病食同源）なのです。食べ物は健康に関して、諸刃の剣であります。驚くべき事に発がん原因の第一位が、なにと食べ物（全原因の35%）であります。がん予防のために、タバコを吸わない様にする事は可能でしょ

うが、食べ物を食べないであります。今年も宜しくお願ひします。元気満まん堂にご縁を頂きました皆様の二〇一三年が幸多かれどお祈り致します。今年も宜しくお願ひし

2013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

●大阪市 T・Dさん（40歳代 男性）
10年前から、朝食後は必ずお腹が痛くなり、下痢に悩まされていました。市販の薬も何種類か試してみましたが、全く改善されず、半ばあきらめしていましたが、インターネットで偶然「ちょうど元気なっときな」を見つけ、「ダメもと」で取り寄せさせて頂きました。飲み始めて、なんと！2日目から腹痛がなくなり、便の状態も良くなり、とても驚きました。もう少し早く出会いたかった！これからも飲み続けたいと思います。

●三重県 U・Rさん（50歳代 女性）
腸が弱く、便はいつも悪い状態です。「ちょうど元気なっときな」の存在を知り、1日のうち、朝・晩に3粒ずつ5日間試してみました。5日目の日に旅行を予定していましたが、何の心配もなく、飲み食いをすることができました。困ったときの救世主として、今後頼りになるサプリと実感致しました。



【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



お願い

●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

明けましておめでとうございます。((o(*^▽^*)o)) 今年は巳年、実のなる年。去年蒔いた種を収穫する…。私は自分の人生に意識的、無意識的にしろ、どんな種を蒔いたのだろうか？今年はしっかり自分自身を受け止めようと思っています。

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譽住職

吉住 明海

細胞をガン化させる低酸素・低体温状態は、日常に照らし合わせた場合、ストレス過多の状態であるということです。このストレス過多は、自律神経の働きに影響を与えます。私たちの体は、ストレスを感じたとき、神経系とホルモン系を総動員して、解糖系を働かせる準備をしていきます。体は、そのストレスに適応して、生き延びようと反応します。その結果、低酸素・低体温状態になり、青ざめたり、どきどきしたりといった変化も現れるのです。こうした状態が長く続いたら、刺激があまりにも強烈であつたりすれば、

暮れには、喪中の葉書が送られてくる。毎年増えていく気がする。同級生の訃報を知ると、そのうち、自分の番が巡ってくるだろうと、思つてはみるが、『エンドングノート』(死ぬ前にやつて、置きたい事)など、己の死などに立ち向かう気もないし、適当な時期に、オサラバ出来ればそれでいい。

(『何の為に・・・』を捨てよう)

結果や成果、効果などではなく、今、行っている事をひたすらに真面目に行う(無功德と、一応定めてみた)。

世の為、人の為つて何故か、スッキリしないはずである。人の為とは、人偏つけたら、『偽』となる。つまり、偽りなのかと納得した。

『無功德』

謹賀新年 平成25年 癸巳 祈 平穏無事

一年の計は元旦にあり。

毎年、何かしら、目標めいた事柄は考えている。しかし、守れた年は一度も無く、夏までどころか、春にはすっかり、忘却の彼方に流れ去っている・・・。

懲りずに、気分一新とリセットして、考えたのは、(『何の為に・・・』を捨てよう)

結果や成果、効果などではなく、今、行っている事をひたすらに真面目に行う(無功德と、一応定めてみた)。

世の為、人の為つて何故か、スッキリしないはずである。人の為とは、人偏つけたら、『偽』となる。つまり、偽りなのかと納得した。

暮れには、喪中の葉書が送られてくる。毎年増えていく気がする。同級生の訃報を知ると、そのうち、自分の番が巡ってくるだろうと、思つてはみるが、『エンドングノート』(死ぬ前にやつて、置きたい事)など、己の死などに立ち向かう気もないし、適当な時期に、オサラバ出来ればそれでいい。

細胞をガソリン化させる低酸素・低体温状態は、日常に照らし合わせた場合、ストレス過多の状態であるということです。このストレス過多は、自律神経の働きに影響を与えます。

細胞をガソリン化させる低酸素・低体温状態は、日常に照らし合わせた場合、ストレス過多の状態であるということです。このストレス過多は、自律神経の働きに影響を与えます。

細胞の解糖系がフル稼働する。これが低酸素・低体温になる本当の意味です。糖質はピルビン酸に分解され、実際に活動エネルギーが発生するのです。ピルビン酸が生成する過程で、疲労物質である乳酸も生まれます。

細胞の解糖系がフル稼働する。これが低酸素・低体温になる本当の意味です。糖質はピルビン酸に分解され、実際に活動エネルギーが発生するのです。ピルビン酸が生成する過程で、疲労物質である乳酸も生まれます。

第三章 ストレスの本当の役割

出版元 講談社 新潟大学教授 阿保 徹

講談社

新潟大学教授 阿保 徹



満まん堂学術顧問
佐々木 俊雄氏

体は耐え切れなくなつて、病気になります。危機を乗り越えるために、

が低酸素・低体温になる本当の意味です。糖質はピルビン酸に分解され、実際に活動エネルギーが発生するのです。ピルビン酸が生成する過程で、疲労物質である乳酸も生まれます。

糖値を上げているのです。ストレスによる交感神経緊張によって、高血

糖になり、慢性化して糖尿病になることがあります。インス

リンの分泌は副交感神経の支配下に

あるため、交感神経優位の生き方を続けると、分泌が抑制され、急激に上がった血糖値をうまく下げる

ことが多いと考えられます。インス

リンの分泌は副交感神経の支配下に続けると、分泌が抑制され、急激に上がった血糖値をうまく下げる

ことが多いと考えられます。インス

リンの分泌は副交感神経の支配下に続けると、分泌が抑制され、急激に上がった血糖値をうまく下げる

ことが多いと考

えられます。インス

リンの分泌は副交感神経の支配下に

続けると、分泌が抑制され、急

激に上がった血糖値をうまく下げる

ことが多いと考

えられます。インス

リンの分泌は副交感神経の支配下に

続けると、分泌が抑制され、急

激に上がった血糖値をうまく下げる