

No.155

腸内快覧板



父の日



私は広島の自照庵で娘の友達家族を含めた六家族（子供十三人、大人八人）と一緒に、筍掘りや、江の川でのカヌー遊びなどで自然に囲まれて過ごしました。

私もつい最近まで親に対し特別な何ら尊敬の念を持ち合せていました。7歳で父親と死別した。

表題の祝日の由来や起源の諸説は色々あるようですが、父の日、母の日は、亡き親に対する感謝の気持ちから始つたようです。

私もつい最近まで親に対し特別な何ら尊敬の念を持ち合せていました。7歳で父親と死別した。

孫の成長を願いながら毎のぼり眺めていると、こ

天候に恵まれた五月のゴルデンウィークもあつと天候に恵まれた五月のゴルデンウィークもあつと

いう間に過ぎ去ってしまいましたが、皆様におかれましては如何お過ごしでしたか。

私は広島の自照庵で娘の友達家族を含めた六家族（子供十三人、大人八人）と一緒に、筍掘りや、江の川でのカヌー遊びなどで自然に囲まれて過ごしました。

自照庵の前の畑で、うぐいすや野鳥・蛙の鳴き声の中、よく食べ、よく走り、よくしゃべり、よく笑う子供たちの姿を見る大人の間にも始終笑顔と笑い声が響き、とても癒されたゴールデンウィークでした。

そこで、どういう訳か

自照庵の前の畑で、うぐいすや野鳥・蛙の鳴き声の中、よく食べ、よく走り、よくしゃべり、よく笑う子供たちの姿を見る大人の間にも始終笑顔と笑い声が響き、とても癒されたゴールデンウィークでした。

私にとりまして、父に対し特別な思い出もなく、残された私と兄、妹や弟を育てる母の苦労ばかりが印象に強く、父の苦労など知る由もありませんでした。しかし、倫理法人会で手にした万人幸福の葉の中に「本

を忘れず、末を乱さず」（世に恩を忘るなと言う事）がやかましく言われるが、わが命の根元は、両親である。この事に思い至れば、親を尊敬し、大切にするの

が、親がえらいからではなく、亡き父母は何を一番喜んでくれるのかとふと考えた。立場を変えれば、

子供たちが仲良く元気で活躍してくれるのが一番の喜びではないかとの思いに至ります。

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。何卒よろしくお願ひ致します。



の幸運をくれた両親や家内

いきたく思います。

今我々に求められている

のは、日本人としての自信と誇りを取り戻し、健康な家庭・地域社会を作ることだ

が、その精神の命の根っこを今一度考えながら進んでス

2013年
6 Jun.

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

父の日・母の日・
こどもの日

元気満まん堂
箕浦将昭

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

●ノロウイルスに罹っても軽くて済んだ
福岡県 M・Sさん

先日、幼稚園に行っている息子がノロウイルスに罹りました。私自身、ちょっと調子が悪かったので、これはうつるかもしれないと思ったのですが、案の定、見事にうつりました。

ノロウイルスに罹ると、下痢、嘔吐、食欲減退となるのですが、私の場合は下痢だけで済みました。というのも日頃から元気満まん堂の商品“Aセット”を愛用していたからだと思います。ノロウイルス特有の白い下痢便で、トイレには頻繁に駆け込みましたが、本当に軽くて済んだのです。お陰で寝込む事もなく、家事に育児に主婦の仕事をこなすことができました。日頃から腸のケアをしておくことがいかに大切な事が分かりました。感謝です。



【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。何卒よろしくお願ひ致します。

■編集後記

5月、6月は筍のシーズン。6月に入ると破竹が出てきます。水煮筍の白い粉はアクリル酸ではなく、タンパク質のシロチノンだそうです。シロチノンを摂取すると脳内物質のドーパミンが増加し、気力アップ、集中力アップ、ストレスを和らげる効果につながるそうです！また筍はカリウムが多いので、血圧が高い方にはお勧めの旬の食材ですね！

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

高校の後輩から、久しぶりに電話が入った。難病指定の病気を患い、余命僅かだと思うから、生きているうちに『戒名』を付けてほしいと言う。「そんな事は、死んでからでも遅くない、自分の戒名を眺めながら、死ぬ事ばかり考えて、毎日を過ごすつもりか……。生まれたら、必ず死ぬものだ。いつ死ぬかなど、自分で決める事ではない。そんなことより、今日を生き抜けよ。病気で死ぬのではなく、『寿命』で死ぬのだ。」気が付いたら、受話器をしつかり握りしめていた。

『朝生まれて、夕べに死す』 蝉の儚い寿命を喻えて言われるが、約一年間は、水中で過ごし、成虫となつて、空中を舞いひたすら、子孫を残すことに、数時間費やし、死んでゆく。蝉の成虫には口すら無い、食べないのである。交尾して産卵するためだけなのか……。

生まれた河川に、命がけで戻ってきて産卵して、鮭なども死んでゆく。

人間とて、死ぬ事が目的の生命ではあるまい。生きる事、生き抜くことが、生を享けた者の使命である。どんなに辛くとも苦しくとも、死ぬ方が楽だと思える事もあるだろうが、それでも生命を全うするべきだと、私は信じる。

「先輩、俺の葬式してくれますか」と問われた。

「お前より、俺が先に逝くかも知れないから、確約は出来ないぞ……。」「そりやないスよ。殺しても死なない先輩だから。ハハハハ。」やつと、笑い声になつた。

生き抜けよと、心のうちに祈る。



蟬 • • • かげろうの命



商品紹介

A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
元祖元素

納豆菌加工食品
元祖元素

人が病気になるたつた2つの原因

新潟大学教授 阿保 徹

出版元 講談社

第八章 栄養学が忘れた

重要なこと

ストレスは生きている限り、必ず生じるもの。ただ日常生活のバランスが崩れ、ストレス過剰の状態にしてしまうと、体はその状態に適応しようと、反応して、低酸素・低体温の状態になり、ガン細胞が分裂しやすい内部環境が整うことになります。私たちの体は食べたものに含まれる栄養素を腸で消化吸収し、血液を通して全身の細胞に運ぶことで活動を作り出しています。解糖系もミトコンドリア系とともに栄養素はエネルギー産生にはもっと他の要素、電磁波や放射線、酸素なども必要です。しかし、ミトコンドリア系のエネルギー産生にはもつと他の要素、電磁波や放射線、酸素なども必要になります。活動エネルギー

一を生み出すには電子伝達系という回路で一個の陽子と一個の電子で成り立つ安定した構造の水素を栄養素から引き離し、ミトコンドリアの膜の内側と外側に電位差を作らなければなりません。この水素分子を引き離す仕事を電磁波が行っています。太陽光線あまり過剰に暖め過ぎず、あまり冷やし過ぎずというバランスがとても大事なのです。野菜や果物に含まれる微量放射線はカリウム40と呼ばれ、この量はカリウムの0.012%しかないので、細胞まで運ばれると、この微量な放射線が細胞内にミトコンドリアに当たり、栄養素から水素を引き離すのです。野菜や果物を取る必要があるのは糖質やビタミン、ミネラルなどの栄養素ばかりでなくカリウム40を補給すると

この世の中には僅かなカロリー摂取で、毎日元気で生きている人が少なからず居ます。大阪の森美智代さんは一日青汁一杯80カロリーや、十五年元気に暮らしておられます。柴田年彦さんは玄米食を中心とした500カロリー程度の食事で、心身ともに充実した毎日を送られています。栄養学の計算ではカロリーを問題にしますが、これは燃焼エネルギーを数値化したものが無く注射などから脱却できます。

エネルギー生成の最終段階は水素と酸素で水という工程で、食べ物以外の要素がいくつも加わり、で、根本はその人が抱えているストレスの問題にあるので、ストレスの糖の利用率が低下したと言ふことでしょう。インスリン抵抗性といふ状態で、生理的に見た場合、体が低酸素・低体温に適応し、血中の糖を生じます。高血糖、高血圧になると言ふことは生き方の偏りを知らせる体の反応なのだと理解すべきです。

長寿雑学

147



満まん堂学術顧問
佐木俊雄氏

いう目的があると言うことです。カリウム40は崩壊してしまふとカルシウムに変化します。もう一つが酸素です。ミトコンドリアは有酸素運動のなかで活性化される性質があり、酸素が不足するとエネルギー产生に支障をきたし、生命活動は停滞します。

酸素運動のなかで活性化される性質は、肝臓で脂肪酸に分解されるための細胞に運ばれて活動エネルギーになります。脂質は脂肪酸に分解されると、脂質は脂肪酸に分解されると、肝臓でケトン態に変えられ全身に、肝臓でケトン態に変えられます。糖質制限に適応できた人は、高ケトン状態でも健康上の問題が少なからず居ます。大阪の森美智代さんは一日青汁一杯80カロリーや、十五年元気に暮らしておられます。柴田年彦さんは玄米食を中心とした500カロリー程度の食事で、心身ともに充実した毎日を送られています。栄養学の計算ではカロリーを問題にしますが、これは燃焼エネルギーを数値化したものが無く注射などから脱却できます。

エネルギー生成の最終段階は水素と酸素で水という工程で、食べ物以外の要素がいくつも加わり、で、根本はその人が抱えているストレスの問題にあるので、ストレスの糖の利用率が低下したと言ふことでしょう。インスリン抵抗性といふ状態で、生理的に見た場合、体が低酸素・低体温に適応し、血中の糖を生じます。高血糖、高血圧になると言ふことは生き方の偏りを知らせる体の反応なのだと理解すべきです。