O N A K A I K I I K I K E N K O H O

No.35

腸内快覧板

6 Jun.

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

●箕浦社長

腸内細菌は「もう一人の自分」

100種100兆個といわれる腸内細菌のおかげで、私たちは生かされています。そのことへの気づきと感謝の気持ちを、私は「おかげさま」と呼んでいます。

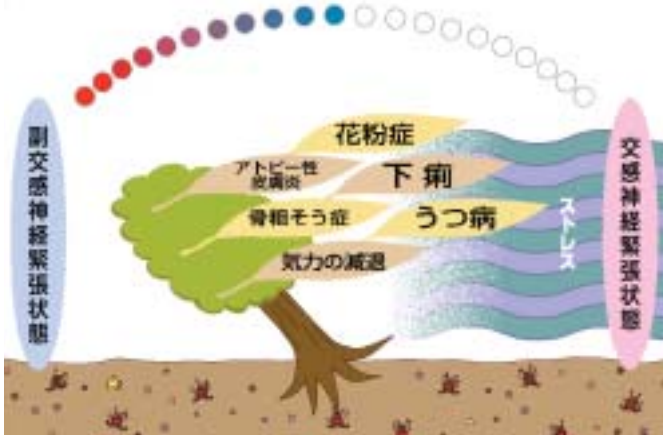
腸内細菌とはそもそも何か。腸内細菌がなぜ大事なのか。腸内細菌は重さにして約1キログラムとまさしく臓器の一部なのです。腸内細菌が死滅すると人間は生きていけないといわれる程に大事な大事な臓器なのです。

腸内細菌も生きものです。それらは私たちの「想い」による影響をダイレクトに受けています。喜びと感謝の波動は腸内善玉菌の働きを活発にしますが、怒りや悲しみ、イライラは腸内善玉菌の働きを阻害し、悪玉菌の繁殖を許します。

ストレスがたまり睡眠不足が続くと、おなかが張り、刺激臭の強いオナラが出るなどして、困った経験は誰でもあるのではないでしょうか。つまり、この状態こそが、腸内や血液が汚れていることの証です。

病気は生活の赤信号と言われます。病気や体調の悪いときは生活の見直しをし、この一回限りのレンタル宇宙服(肉体)のメンテナンスと共に、今までの生活に感謝する絶好のチャンスを頂いたと気付ければ最高です。

新潟大学医学部教授 安保 徹氏との出会いから、交感神経、副交感神経の働きが生命のメカニズムに無意識に関係していることを学びました。動物が餌をとるときの行動(運動、思考)が交感神経の働きで、食べ物を口にした後、食べた物を消化する、腸を動かすなどが副交感神経の働きです。我々は交感神経と副交感神経とのシーソーバランスの均衡の上で生活しており、これらのバランスが長期に崩れたときに、我々は何らかの疾病(病気)に犯される事になるのです。昼は仕事をし夜は休むといったように、これらの交感神経と副交感神経はいつもシーソーゲームで動いている存在です。腸は、これらの神経を支える土台です。この土台がしっかりしていないと、シーソーバランスの均衡が取れないだけでなく、偏ったときに元に戻りにくくなるといわれているのです。



ストレスのたまりやすい現代社会では、私たちは腸内善玉菌をいじめ続けるような日々を送っています。ストレスだけでなく、食品添加物や防腐剤などの化学物質を日常的に摂取するような食生活も病気の原因づくりです。その結果、腸内も血液も汚れ、現代人の体は不健康の極みといっても過言ではないでしょう。こうした状態では、いかに最高の医療を受けても、体はそれらを十分に活用できずに、手術後の回復も思うように進まず、薬の副作用に悩まされることになります。

自らの自然治癒力を高めるために、まずは腸内細菌善玉軍団を強化し、そして「おかげさま」で生かされている私たちの生命の原点を、もう一度見直してみましょう。

元気満まん堂が実践している「おなかいきいき健康法」は、私達が本来持っている体の内部から元気になる力を引き出し、より元気になり天寿をまっとうする方法なのです。

細菌雑学考 28

満まん堂学術顧問
佐々木　俊雄氏

元気満まん堂ベーシックセットの効果と原理についてお話します。（No3）

①おならの臭い

②便秘の解消

③アトピー改善

④アレルギー

⑤冷え性

⑥肌の変化

⑦高血圧

⑧糖尿病の改善

7番目に高血圧が治るということです。私の例で申しますと、血圧の下が90～120、上が170～220と行ったり来たりしていました。元気満まん堂を飲みだして、8ヶ月くらい経った頃から、最高血圧が170を超す事がなくなりました。1年ぐらいたった時には、高血圧の薬は止めました。現在は下が70～90上が130～150です。現在飲んでいるのはAセットだけですけど、自然に血圧が下がってきています。

これには理由があります。元気満まん堂で行っている血液観察で、初めて自分の血液を見た時は、私の血液はドロドロでした。ところが、元気満まん堂を続けて飲み、再度血液観察をした時には、くっついていた血球がバラバラになりサラサラ血液に変わっていました。

前みたいなドロドロ血液だったら、そうとう圧力をかけなければ、毛細血管や、いろんなところに血液が回らなかったけれど、血液がサラサラになったら、血液が血管をスムーズに通るようになるので、当然血圧は下がりますよね。このようにして血液をサラサラにしていく効果が血圧を下げる効果につながるので、血圧は下がって当然だと理解しました。

また、Aセットを飲んでいれば、血液がサラサラになるので、痴呆や心筋梗塞の予防にもなるということですね。

8番目に、糖尿病が改善されるようですね。弟が糖尿病で、おまけに心臓が悪く、心臓のバイパス手術をしています。風船療法でやっと命を永らえたわけですが、お医者さんに納豆は食べていいよと言われていたので、Aセットを食べています。

また私の知っている方で、もうちょっとしたら透析しないといけない段階までいっていたそうなんですが、Aセットを飲み始めて、数値が下がってきたので、現在透析の危機は脱しましたと言う事を聞きました。日によっては数値が上がる日もあるようですが、現在その方はAセットと『喝』を飲んで、今、非常にミネラルのバランスも良くなってきているようです。

また、ある人は糖尿病の数値がずっと下がっていくので、医者から糖尿病の薬を減らしてもらったそうです。本人は非常に喜んでおられます。

私の知っている限りでも病状が改善された方が何人もおられます。ですから、糖尿病も長く飲んでいれば、予防効果が十分あると確信しています。

三ヶ月にわたり飲んだときの予防効果をお話しました。

艶やかな潤いのある肌にしたい、便秘を何とか解消したい、アトピーを何とか解消したい、高血圧を何とか治したい、脳梗塞を予防したいなどの願望がある方に、ぜひともお勧めしたいなと思っております。

心のみちしるべ 33

認知の原理 27

奇想天外な教育法

EUC総合研究所
右田　耕士氏

永守社長の、独得というより奇想天外な教育法は産業界をあっと言わせたことがしばしばです。飯食いが早い順から採用した新入社員採用試験、声が大きい順から採用した中途入社採用試験など、実にユニークな試験方法を考えて実行しています。ここで参考にしたいのは部下指導です。『叱る教育』と云われていますが、私は一言で云えば『本音の教育』と解釈すべきだと思います。

どのくらい本音かと云いますと…、社長が叱り始めたら手の届く所にある灰皿や茶わん、何でも手当たりしだい投げ付けるのです。女子社員が気を効かして、灰皿や茶わんを社長の手の届かないところに避けたという程です。役員幹部にテレビを何台投げ付けて壊したか分かりません。皆、社長に本気で『殺される!』と思ったと言うのです。

これだけの叱責ができる永守社長ですが、新入社員を本音で叱るまでに最低二年をかけます。つまり、社長と新入社員との『信頼感』がしっかり育つまでに二年をかけるのです。二年でダメなら三年かけます。しっかり信頼感が育った上で『叱り』始めます。上司からどのような叱責を受けても、素直にその指摘を受け入れて正していく、それは信頼感から生まれます。信頼感や愛情という絆で結ばれていなければ、叱責は傷になります。

人間には防衛本能があります。自分の存在を脅かされると、即座に拒否反応を起こします。常に自分の身を安全に、そして維持しようとする反応です。相手からの叱責や非難、侮辱は身体が危険を感ずることと同じです。ですから、叱責や非難に対し、人間は即座に拒否反応を示します。その拒否反応を起こさず、素直に叱責や非難の意味を善意にとらえ反省するという心理が生まれるためには、尋常でない深く強い信頼感が働いていなければなりません。ここを永守社長は見事にやってのけているわけです。

創業して十年を経た頃、近くに連れ込み宿のような建物が建ちました。すると、「あんな建物の近くに女子社員をおいておくわけにはいかん」と云って、莫大な費用をかけてサッサと本社を丸ごと移転してしまいました。女子社員の教育はことのほか厳しく、その教育効果はテキメンで「嫁にもらうなら日本電産の女子社員がいいよ!」と評判になったほどです。『将来の若者を育てるのは女性。その女性をしっかり育てることこそ我が社の使命である』というのが永守社長の信念です。

日本電産での面白い現象は、社員が「社長に叱られるようになった。俺は一人前になったぞ!」と自分を評価するようになったと云うのです。社長との信頼感がしっかり育った上で「この人間を何が何でも一人前にする!」というもの凄い覚悟で叱責教育が始まるわけで、社長が社員にかける愛情が半端ではありません。

指摘なり、叱責を受けて、部下は自分の過ちに気付きます。気付かなかったら気付くまで指導する。それが叱責だろうが、優しく云われようが、間違いは間違い、拙劣さは拙劣さです。本人はよく分かります。しかし、本人が自分の間違いやいたらなさを素直に認めて受け入れ、なおかつ正すか、となると別問題なわけです。

子供の教育にも全く同じことが云えると思います。愛情の一つの働きとして間違いや拙劣さを叱責する時、愛情という土壌の中で相手はそれを素直に受け取り、自分の成長の糧にする。しかし、相手を外から見て、対立の心から叱責する時、傷付き、拒否反応を示す、ということになるのではないでしょうか。

互いに成長し、発展する集団である条件は、「強い信頼感と深い愛情」が働いている集である、と云えるのではないでしょうか。そして、日本電産はグループ合計の年商が七千億円、２０１０年には一兆円を目指すという大企業に成長しています。日本電産の永守社長の経営歴は私たち人間の本質は「愛」である、ということを証明しているのではないでしょうか。

調味料編

酢 砂糖 塩 みりん 醤油 ドレッシング 味噌 たれ

美味しい料理のコツは、なんと言ってもまず調味料選び。日本の伝統的な料理には、「砂糖」「塩」「酢」「醤油」「味噌」が上手に使われ、古くから独自の製法にこだわって作られた美味しい調味料が全国にありました。

ここでは、「おなかいきいき健康法」の立場から、優れた美味しい調味料をご紹介します。優れた調味料は、ミネラル成分や各種アミノ酸も豊富で、日頃の食事を美味しく健康的なものに仕上げてくれます。また、調味料は毎日の食事に使われるものですから、ほんとうに安全な食品でなければなりません。

オススメ食材は、(株)健将ライフにて販売しておりますのでご用命ください。

※定価には消費税は含まれておりません。

北伊
丸大豆天然醸造
純もろみしょうゆ
900ml
定価 880円

防腐剤を一切使用せず日本古来から受け継がれた醸造法にて麹を造り、さらに何年もの歳月を経て出来上がり円熟した天然醸造醤油です。

九州自然食品協同組合
純黒糖
500g
定価 330円

天然熟成
海水の素
1000g
定価 1,680円

マサ子先生のミネラル栄養学 No.7

＜銅(Cu)について＞

今回は銅についてとりあげてみました。この銅は必須微量元素のひとつです。大昔から医療にも殺菌、抗炎症、創傷治療の目的で使われていたものです。

日常の生活をしていれば、過剰も欠乏もほとんど起こらないので、あまり注意が向けられなかったものなのです。食品では茶、コーヒー、ココア、干魚、かまぼこ、海藻等に多く含まれています。

哺乳類の造血には鉄に加えて銅も必要な元素です。そのほかにも数々の酵素の中にも含まれています。現在は、家畜の飼料のなかに銅塩として、貯水池の藻の発生を抑えたり、農薬として、殺貝剤として、また、船舶や魚網の防汚剤として用いられたりしています。銅は生体にとって必須であると同時に、生活材料としても貴重なものです。銅欠乏に対処する一方で銅中毒の生じる可能性がありますので、十分注意する必要があるでしょう。

食品中銅含量の増加は心疾患の増加に関係しているとの注目すべき指摘があります。多く摂りすぎると脂質が酸化され、その結果、動脈硬化や細動脈繊維化など老化速度を速めているという仮説もでています。人の体は本来、「恒常性維持機能」がとても優れています。これを崩さないようにしっかりした体を維持していくように努めることが若さを保つ秘訣なのでは??いつまでも若々しく元気に!!

箕浦　雅子

サラサラ血液をめざして 第7回

山部芳雄（山部歯科医院　院長）

腸内環境の改善による試み

健康メモ

『鼻呼吸のすすめ』

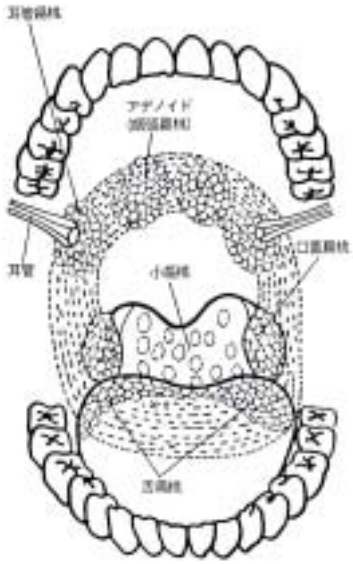
今回は、暗視野顕微鏡による生きた血液分析はお休みして前回につづき、『鼻呼吸のすすめ』についてお話したいと思います。

皆さん、前回の**【口呼吸のチェックリスト（症状・既往）】**の項目を検討され、どうだったでしょうか？皆さんは鼻呼吸をしてましたか？1〜2つでもあると口呼吸が疑われます。

何故、お口で呼吸するのが悪いのでしょうか。

東京大学医学部口腔外科講師の西原克成医学博士は発生学の研究から口呼吸の弊害を述べられ、実際に口呼吸から強制的に鼻呼吸に変えさせる事によっていろいろな病気を治しておられます。空気中には塵・埃・細菌・ウィルスなどがいろいろ存在します。鼻から呼吸することは、空気が鼻孔から咽頭に入るまでに塵や埃が取り除かれ（浄化）、加温・加湿され、気管のほうに流れていきます。しかし、口呼吸は口の中の乾燥を招き、口の中も粘膜ですので乾燥すると粘膜に炎症を起こし、口腔疾患（歯周病など）や口臭などの原因にもなります。また入った空気は直接喉を刺激し、ワルダイエル扁桃リンパ輪の異常をきたします。ワルダイエル扁桃リンパ輪**（図1）**とは空気の通り道である鼻の奥と食べ物の道である口の奥にある扁桃リンパ輪（喉の周りにある咽頭扁桃、口蓋扁桃、耳管扁桃、舌扁桃、小扁桃の5種類からなる）で100年前ドイツの医学者ワルダイエルが人類の遠い祖先である原始脊椎動物のエラの腺が変化した白血球造血巣であることを発見した時、「すべての病的現象はここから始まる」と述べているそうです。

（図1）



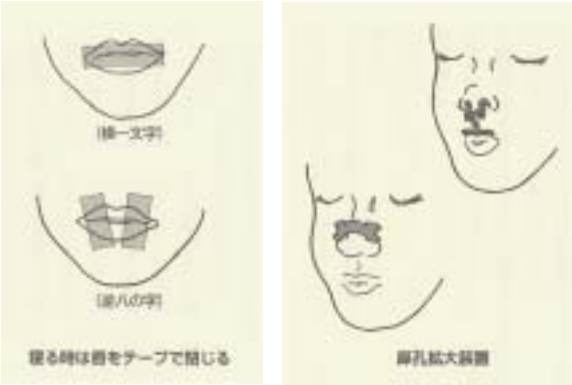
このことからも口呼吸がいろいろな病気と関係している事がわかります。ではどんな病気と関係しているのでしょうか。西原先生は次のように言われています。

【口呼吸でおかされる器官と関連する病気】

* 口腔……歯周病、むし歯、口内炎
* 鼻・副鼻腔……鼻炎・副鼻腔炎
* 甲状腺……甲状腺炎
* 内耳……耳鳴り、メニエール病、難聴
* 関節頭の白血球造血器…リウマチ、関節炎
* リンパ造血器……悪性リンパ腫
* 骨髄造血器……再生不良性貧血、血小板減少病
* 膵臓……糖尿病、膵臓炎
* 小腸大腸……腸炎、潰瘍性大腸炎
* 皮膚……皮疹、湿疹、アトピー性皮膚炎掌蹠膿庖症
* 脳神経……偏頭痛、うつ病、過呼吸症
* 脳下垂体……種々の免疫病
* 気道気管支……喘息、間質性肺炎
* 心臓脈管系……心疾患、大動脈炎、脳梗塞、脳内出血
* 腎臓副腎……ネフローゼ、腎炎

などまだあります。

【鼻呼吸を習得する方法】



以上のように皆さんも健康のためにも鼻呼吸ができる様に努力してみませんか!!

次回は、野呂明夫先生の器具を『パタカラ』を使った口呼吸の改善についてお話したいと思います。

参考文献の主なもの
西原克成著：「健康は『呼吸』で決まる」実業之日本社
野呂明夫著：「口腔リハビリ器具『パタカラ』を利用した口腔筋機能療法」日本歯科東洋医学会誌，第20巻1・2号

薬剤師
愛子先生の

おなかQ&A

Q 生活習慣病予防はできるの？

皆さん、他にも素朴な質問や疑問があったら、
どんどん聞いてね！

A 生活習慣病ってどうしてかかってしまうんだと思いますか？若い頃は気にならなかったけれど、年を重ねるごとに気になってきますよね！

おなかに視点を当てて考えてみましょう。年齢を重ねるとともに、ウンチやオナラのにおいがだんだん臭くなってるなと感じたことはありませんか。それが「当たり前」となってきた頃には、身体に何らかの異変が起きているんですよ。オナラとウンチのにおいが臭いということは、腸内の危険信号です。腸内の悪玉菌が増えるとオナラやウンチが臭くなり、血液を汚し、内臓や血圧など、いろいろなところに危険信号が出始め、その信号をも無視をした結果が生活習慣病という形になって現れているだけなのです。

皆さんはもうお分かりでしょう。まずは、原点に戻って「腸を元気にすること」が健康への近道ですね。腸内善玉菌を増やし、血液を綺麗にしていくことが、生活習慣病の予防にも繋がっていくのです。「元気の元は胃腸から」元気満まん堂は、あなたの心と身体、そして腸内善玉菌をいつも応援しています。

おなかいきいき健康法

あなたの健康応援団
元気満まん堂

「4つの健康」の調和をめざす。
これが「おなかいきいき健康法」の秘訣です。

**「4つの健康」を考え、
健康への自立に取り組んでみませんか。**

今回は、もう一度【経済面における健康】を取り上げます。

【経済面における健康】

- **明日の糧を思い煩うことのない経済的な基盤**
- **自分への自信と信頼という人生の土台を築く**
- **健康の自立と自己の自立を支える経済的な自立**

毎日を穏やかに、満ち足りた気持ちで過ごす。互いに相手を思い遣り、助け合いの気持ちを忘れずに人とおつきあいをする。そのためには明日の糧を思い煩うことのないような、ある程度の経済的な基盤が必要となります。自分の健康は自分で養うという健康の自立、自分の存在意義と使命を自覚して行動する自己の自立とともに、経済的な自立をめざすことは、実り多い「未来のあなた」を実現する旅にとって、欠かすことのできないものといえるでしょう。心身が健康であれば、日々の活動も活気をおび、自分の能力を高めることに対する喜びが生まれ、やがて経済的な基盤も自然と確立されてくるはずです。すると自分への自信と信頼という人生の土台ができ、それが心身の健康をさらに向上させることにつながっていくといえます。

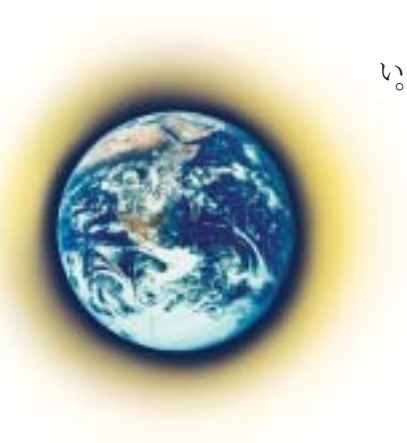
自然の循環と波動　第23回

山村　徹（山村波動整体院　院長）

ゴミ問題から（5）

～自然循環・リサイクルの実践～

二十一世紀が自然環境保護、リサイクルをテーマとして動かざるをえないことは、地球全体を考えるとき必然的なことで、二十世紀の負の部分を背負って、それを浄化していく作業をできるところから具体的に始めていかなければならないと思う。今回もリサイクル炉を使っての自然循環の小さな実践を列記しながら、これからの自然環境について考えてみたい。



（4）木材の燻煙乾燥への実践

宮崎県宮崎市の企業K社は一年前からこのリサイクル炉に注目、この炉がつくりだすエネルギーを木材乾燥に応用できないかと考え、研究、実践してきたが、燃料節減と優秀な乾燥木材づくりに一応の成功をおさめつつあるように思う。

K社は宮崎市で燻煙乾燥炉を導入して、木材の乾燥を手がけてきたが、バブルの崩壊後、建築業界の不況とともに、割高な乾燥木材の需要は激減し、事業は不振を究めていたが、このリサイクル炉のソフトを導入、炉に設置し、その炉から排出するエネルギー化した煙を燻煙乾燥炉に入れることによって、ランニングコストを　50％削減、安価で優秀な乾燥木材づくりに挑戦し、成功しつつあるように思う。

このことをよく考えてみると、森林伐採によって生じた枝木等の残渣、廃材等を原料として、それをエネルギー化し、木材乾燥炉に導入し、優れた建築木材を造り出すという二重のリサイクルの実践が始まったと考えれば、このリサイクル炉のめざすものと完全に一致すると思う。

宇宙空間に充満するエネルギーを誘導、集積し、その自然エネルギーの力を借りて、有機廃棄物を自然に還していく実験やリサイクル化していく実験を小さな所から始めて、大きな広がりにしていきたいと思う。

善玉菌がよろこぶ食事　ひとくちCooking

ごまマヨサラダ

材　料　4人分

切り干し大根　……80ｇ（水につけて戻す）
きゅうり……1本（せん切り）
塩……小さじ1/5
レモン汁……1/4個分
＜A＞
マヨネーズ……1/2カップ
しょうゆ……大さじ1/2
ツナ缶……（小）1缶（油をよくきる）
黒いりごま……大さじ1

作り方

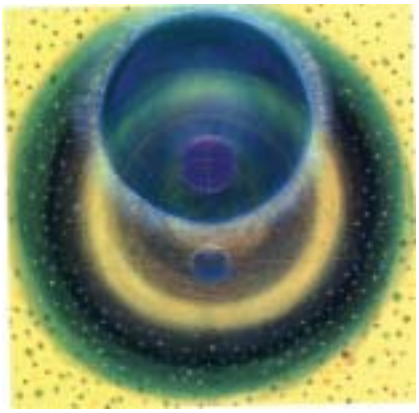
❶ きゅうりは塩を振り、しんなりしたら、水気をよくしぼる。
❷ Aをよく混ぜ合わせ、ツナを加えて混ぜる。
❸ ②に①、水気をよくしぼった切り干し大根、黒ごまを入れてあえる。

信じて待つ

No.2

ゆめこ（本名　岡澤　優明子）

ひとは、
科学から、物理学から、スポーツから、宗教から、
医学から、音楽、絵画、彫刻などの芸術から、
または、病気にかかることから、
あるいはそれを看護することから、
愛する人との別れから、淋しさや孤独から、
海や山の自然から、出産や子育てから、
健康や喜びをもたらす料理から、
あるいは、争いや戦争の中から、
必ず何かの感情をともなって、
生と死、肉体と魂、
ここに在る意味や役割について考え始め、
やがて宇宙の真理に気づいていきます。



ただ歩くことや、ただ話すことから、
ただだまってすわっている中にも、
また、眠りの中にさえ、
気づきのチャンスはひそんでいます。

それぞれ自分の書いたシナリオ通りに、
それぞれのテンポで目覚めていきます。
必要な時に、必要な体験をして、
体験の中の毎瞬々々が、チャンスの連続。
誰と比べる必要もないのです。

それは、五年十年という時間ではなく
一生、二生、あるいは五生、十生…
あるいはもっと先のことかもしれません。
次元を越えて、星をまたぎ、
私たちは進化を続けます。

次号に続く

これまでのA・Bセットに、パワーのCセットが新登場！

Cセット

合計
12,000円
（消費税・送料別途）

アルファルファとニンニクのWパワーで体に喝！

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

達磨の経済考

高野山真言宗慈明院住職
吉住　明海

「骨壷 No 1」

「線香やお花をお供えするのは理解できるが、なんでお墓に水をかけるのですか？」

四十九日の法要を終えて、霊園墓地にご遺骨を納めに行った時のこと、檀家の高校生の娘さんの素朴な質問である。現在の生活ではあまり見かけない『手桶と柄杓』が珍しいのか、私に問いかける。仏教では六道を説くが、その内の一つに、常に飢えと乾きに苦しむ『餓鬼』というものがあって貪欲な者が墜ちるとされるが、先祖の誰かが餓鬼道で苦しんでいるかも知れないから、水を供養するために墓石にかけたようだと答えておいた。

「おじいさんはお酒が好きだったから、お水より『お酒』の方が喜ぶかもネ…」

若い人は屈託がない、故人もきっと苦笑いしているだろう。

最近、特に気が付く事がある。『骨壷』の様変わりである。骨壷は白磁の物だと思い込んでいたら、やっぱり人間のなせる業か流行があるようだ。金・銀・鳳凰模様・仏画など、また素材も九谷焼・益子焼・砥部焼と様々である。九州ではまだ聞かないが、東京には骨壷の専門店があるらしく、骨壷までブランド志向とは噴飯ものではあるが、ヴィトンやカルチェの骨壷が出来たら案外売れるかも知れない…？

沖縄の壺屋焼の窯元で、見事な壺が置いてあった。是非にも欲しいと思ったが、聞いてみると骨壷であった。さすがに私は買わなかったが、観光客で骨壷と知った上でも買い求めてゆく人も多いと話してくれた。何に使うのだろう…。

合掌

…次号につづく

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。

Ⓐセット

合計 12,000円
（消費税・送料別途）

アルファルファ加工食品
ミネラルバランス食品
ミネラル・微量元素たっぷり 元祖元素（がんそげんそ）

納豆菌加工食品
スーパー乳酸菌&納豆菌 すこやか元気 なっとき菌

Ⓐセットマン!!

～食中毒にご用心の巻き～

Aセットマンのマンガは、元気満まん堂スタッフの皆さんによる共同制作です。

おなかいきいき健康クラブ活動のご案内

英会話 English conversation

食事をしながら英会話。今週のテーマは、「What will you do this weekend?」
週末何をするの？アレン先生が一人一人に質問！
全く英語が話せなかった人も、徐々に話せるように…。続けていくということは、少しずつでも
身に付くものなのだと改めて実感！継続は力なりとはよくいったものだ。＾０＾

アレンです。僕は恥ずかしがりやです。
日本語は話せません。
しかし、「もしもし」と「こんにちは」は
覚えましたよ。

皆さん写真をとるので、
こっち向いてー！チーズ!!

とりあえずおなかがすいたので、
食べよーっと。

We have a good time.
Enjoy with us!
See you soon!

2003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ケ月継続購入すると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、いつでもご入り用の時に「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

催しのご案内

■元気満まん堂 心のセミナー

日時 / 平成15年7月6日（日）
PM.1:00 開場　PM.1:30 開演（3:30終了予定）
場所/ 天神クリスタルビル　2階 Cホール
福岡市中央区天神4丁目6-7
参加費/ 500円
講師/ 堀　雄二先生
内容/「愛は脳を活性化する」

堀先生は、主に能力活性化の講演、セミナーの主催、企業の社員教育、大学の特別講師を勤められ、大脳生理学、遺伝子工学、理論物理学を基礎に、主に言霊による脳の活性化を体で体感できる表現方法で伝えてられます。7月のセミナーは、脳を活性化させ、潜在能力を活用し人生を幸せに生きる方法を皆さんに体感していただきながらお話していただきます。言霊の力がいかに大きいか皆さん改めて実感できるのではないでしょうか?楽しみですね！

■暗視野顕微鏡による血液観察

日時 / 平成15年6月22日（日）　AM.10:00～
場所/（株）健将 2F　福岡市東区松香台1丁目2−1
費用/ 会員　2000円、　一般　3000円

暗視野顕微鏡での血液観察は、一滴の生きた血液の状態を調べ全身の様子を把握しそれを健康管理に役立たせるものです。山部歯科の院長山部先生より、血液観察に応じてのアドバイスもしていただけます。
(事前にお申し込みが必要です)

おなかいきいき健康クラブからのお知らせ

■元気満まん堂ゲストルーム週間行事

場所／福岡市東区馬出3丁目15-25
アンピールマンション1417号室

＜ＹＭ Dreamからのお知らせ＞

毎週木曜日、PM2時よりYM Dream説明会を行っています。お越しになられる方は元気満まん堂までご連絡ください。ゲスト大歓迎です。

＜瞑想会＞

毎週木曜日PM7時より、瀬田先生を囲んでの瞑想会を行っています。ご興味のある方は是非ご参加ください。楽しいですよ＾０＾お友達もご一緒にご参加ください。お待ちしています。

＜EX英会話＞

毎週火曜日又は水曜日20時～。カナダ人のアレン先生を囲んで、英会話を行っています。皆さん、自分が伝えたいことを英語で伝えることに悪戦苦闘中。形式はフリートークで、食事をいただきながらアットホームな雰囲気の中でやってますよ。皆さんも参加してみませんか?楽しいですよ。時間は2時間～3時間です。会費　1500円（軽食付き）
箕浦葉子までご連絡ください。携帯090-7922-4674
E-mail　yoko.genkimanman@docomo.ne.jp

★お申込み、お問い合わせ先／元気満まん堂　TEL092-674-4545　FAX092-661-1051

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。

●おなかいきいき健康クラブ体験談
皆様の体験談を小冊子にさせていただきました。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お知らせ下さい。

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セットをお送りさせていただきます。何卒よろしくお願い致します。

■編集後記

最近は時間がたつのがすごく速い…本当に一日は24時間なんだろうか？はたまた年をとったのであろうか？私は、前記のほうに違いないと思っている…ハハ＾０＾；（葉）

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/