

## 腸内快覧板

9 Sep.

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

## ●箕浦社長

## 腸内細菌と私より No.21

## クロロフィル 葉緑素の重要性

## ◎緑の野菜が赤い血に

血を持った動物は緑色野菜が必要です。肉食動物のライオンでさえも、緑の草をしっかりと食べています。ライオンやオオカミが襲うのは必ず草食動物で

す。ライオンがしま馬を襲って最初に食べる所は内臓、しかもそれは緑色をした腸、つまりまだ緑の草が残っている腸を最初に食べます。肉食動物は草を直接食べませんが、草食動物が半消化した状態の草を食べているのです。

緑色野菜の色の素は葉緑素です。この葉緑素の化学構造式と、血色素(ヘモグロビン)の化学構造式とはとてもよく似ています。どちらも

もピロール核と呼ばれるものが4個あり、これが手をつないでつくられるのがポルフィリン核、その真ん中に、葉緑素はマグネシウム(Mg)が一分子、血色素はマグネシウムの代わりに鉄(Fe)が一分子あります。この葉緑

素が体内に入り腸壁を通過するときに、ポルフィリン核の真ん中にあつたマグネシウムが鉄と入れ代わり、緑の液つまり葉緑素が真っ赤な血色素に代わります。緑の野菜を食べることで緑が赤に、腸壁を通過しただけできれいな血液がつくられる、言い換えれば血液は腸でつくられているのです。腸が元気でなければ上手な機能を果たすことはできません。

## ◎ダイオキシンの排毒に有効

体内の脂肪などに蓄積された猛毒ダイオキシン類の排泄促進にはうれん草などの緑黄色野菜の摂取が有効との研究成果を九州大学油症治療研究班(班長小栗一太教授)が発表しています。研究結果ではダイオキシン類の一種塩化ジベンゾフラン(PCDF)を投与したラットの試験で、えさに10%のほうれん草、青シソ、

ケールの葉を粉状にして混ぜたところ、普通のえさを与えたものに比べ3倍から3.9倍のPCDFを排泄しました。これにより、PCDFと結合しやすく緑色野菜に多く含まれるクロロフィルが「排毒」に有効と確認できた結論づけられています。ラットの実験ではPCDFだけに絞り研究されていますが、ダイオキシン、コプラナーPCFといった他のダイオキシン類もPCDFと分子構造や毒性が似ていることから研究班は「クロロフィルは、ダイオキシン全般の排毒に有効」としています。ダイオキシン類の摂取は油症患者を除き、大気や、水を通じて汚染された魚介類、肉、野菜などの植物からがほとんど。避けようもなく入ってしまったのならばどうやって排毒するかを考えるしかありません。

# 細菌雑学考

55



満まん堂学術顧問  
佐々木 俊雄氏

安保先生の体温免疫力を抜粋して紹介致します。

## 第三章 発熱させて病気を治す エイズを発症させない

エイズはエイズウイルスが免疫細胞の一つであるヘルパーT細胞に潜り込んでしまい、そのために免疫力が極端に低下してしまう病気です。人に感染すると、まずヘルパーT細胞に潜り込んで、もともとの遺伝子に自分の遺伝子を組み込んでしまいます。お陰でヘルパーT細胞は本来の遺伝子が持つ働きをすることが出来なくなります。ヘルパーT細胞は外敵の侵入を攻撃細胞に知らせる司令塔の役割なので、エイズウイルスに犯されると免疫の働きが破綻してしまいます。その結果、通常ならば害を及ぼさない細菌やウイルスにも負けてしまいます。

外敵だと判断して攻撃するには、自

分の細胞ではないというマーカーが必要ですが、遺伝子に乗っ取られたタンパク質では何ら変わらないので、敵であることが分かりません。ところが39度程度の温度になるとエイズウイルスの活動も活発になり細胞内で自分の遺伝子の合成を盛んに行うようになります。そのためエネルギーが細胞表面に現れてきます。外敵であるマーカーさえあれば免疫はこれを攻撃することが出来ます。

エイズウイルス感染者の臨床試験では、麻酔をして42度の体温を三時間維持させたところ、エイズウイルスが半減したことが判明しています。

## 免疫療法の医師を探す

現代医学で研究されている免疫療法がうまくいかないのは、免疫細胞やサイトカインなどは、私たちの体の中で微妙な

量で調節されており、体外で作ったものを無理矢理体に入れても、自然が持つ体内の秩序を破綻させてしまうのだと考えられます。

東洋医学では体のバランスが破綻していることから病気になるのでそれを正そうとする考え方に基づいています。つまり自然治癒力を最も重視した医学なのです。

恐怖におびえてしまったら、自然治癒力など高めようがありません。「これをしなければ余命三ヶ月」とか「これをしなければ再発する、転移する」といった言い方をよくしますが、これらの言葉がどれだけ患者さんを苦しめ、恐怖を与えるか……。

信頼できる医者を見つけて、自分の体を痛めつける治療法からぜひ脱却して欲しいものです。

## おなか**い****き****い****き**健康法 ベーシックセット

商品紹介

**A** セット

合計12,600円  
(本体12,000円)



「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



納豆菌加工食品



# 達磨の経済考

高野山真言宗慈明院名誉住職

吉住 明海

## 「恋心」

福岡で、地震に遭遇していた経験からか、東京での震度5程度の地震では、自分でも驚くほど冷静に対処していた。高層ビルは、驚くほど揺れ、地下鉄や鉄道も止まり、おまけに、タクシーは、なかなかつかまらず、携帯電話は使用不能、公衆電話は長い列ができていた。

土曜の午後という時間帯なので、平日のラッシュほどではないが、地下鉄からはみ出された、行き場を失った人の群れが、地下鉄入り口付近にたむろしている。夏休みの子供連れ、若いアベック老若男女の、人圍様様を少しだけ、垣間見た…。大都会の災害の怖さを、つくづく身にしみて感じた。

地震の日の夜、東京の知人から、食事

に誘われた。彼とは十年來の付き合いで、同じ年令という気安さもあって、話はよくなるが、二人だけの食事は、始めてであった。

四谷の居酒屋で、一口、ビールを飲んだ彼が、深いため息をひとつ、「好きな女が出来ちゃって…」何のことはない、中年のオッサンの艶話かと思いきや、意外と真剣な、純な恋心のような。相手との年齢差は、何と二十一歳である。五十四才のオッサンと三十三才の独身女性。無論、オッサンは、妻子持ち。不倫の恋である…。

母性と父性愛に、枯渇した思いは、年齢差を超えて、恋愛感情まで高まるものかも知れない。恋するがゆえに、芸術や

文化はその彩りを深くし、歴史さえも動かしえる原動力なのは、周知の事実ではある。ロミオとジュリエット、源氏物語、と恋愛は古今東西の文学の主題となってきた。時代とともに恋愛のあり方が、変化しているのは当然の事ながら、人間の愛し愛されたいという願望は、悩みや苦しみを伴いながら、永遠の夢なのかも知れない。だから、多様な人間様様として、

文学作品、映画、ドラマに描かれるのである。

「災害や緊急の時、誰の側になりたいか？」と、恋するオッサンに問ってみた…。返事をする代わりに、黙ってビールをぐつと飲み干した。

台筆

## 2005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



ご案内

### 会員さんの伝言掲示板

先月便秘で悩んでいる友達に満まん堂のサンプルをプレゼントしました。3日飲んだら、お通じが改善したらしく、とても喜んでおり、続けてみるとの事でした。最近の近況報告で、少し痩せたとの事。私も痩せないかなーと、少しだけ淡い期待を抱いております。

オヤジが臭いわけ!?

先日オヤジが臭いわけ! という新聞記事が私の目にとまりました。

オヤジ臭は、『加齢臭』といい、なにも男に限らず、女性にも当てはまり、40歳を過ぎた頃からだんだん体臭が強くなってくるとの事。これは皮膚の菌も関係しているが、腸内細菌にも関連が……。腸年齢を若く保つということは、臭いまでも関係してくるのだと改めて学習!

腸年齢を若く保ち、外見だけでなく、身体からにじみ出る香りまでも、いつまでも若く保ちたいものです・・・!(^o^)

### おなかいきいき健康クラブからのお知らせ

ちょう元気なときの乳酸菌!!

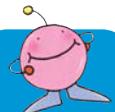
乳酸菌はどれも同じ、どれも良いとは限りません。乳酸菌は数百種類を超えます。これは、味や香りを追求し、食品として追及してきたからです。

味を追求したうまみを出す品種もあれば薬として使われている品種もあります。どの品種を選ぶかは重要な問題です。

ちょう元気なときの乳酸菌の特徴

1. 人のおなかに住む乳酸菌
2. 乳酸菌が作りだしたたくさんの酵素やビタミンなども乳酸菌と一緒に閉じ込めました。
3. 一般の乳酸菌と違い、胃酸にやられることなく生きて腸にたどり着く。
4. 腸の中でおきる異常な醗酵やその他、0-157のような病原菌の活動を抑える。
5. 腸の中に入ってきた腐敗菌も活動させません。
6. 乳酸菌の中でも最も優れた安定性の高い乳酸菌で、腸にたどり着くと増える。
7. 口臭の原因でもある口内の歯周病菌等(有害菌)の抑制にも役立つ。
8. 免疫力を高める
9. 小児の成長を促進し、成人の老化を防止。

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、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す。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

最近私はラジオ体操を見直しています。これがまたダイエットにもいいんですよ。産後のたるんだ体を引き締めるのに、とっても重宝しています! 毎日続けるとかなり効果がありますよ! 皆さんも是非お試しあれ!!ps.朝早起きしてやらなくても、自分の時間に合わせてやればいいですからね~!

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/>