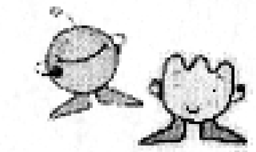
腸内快覧版

No. 9

発行所
株式会社 健将ライフ
福岡市東区松香台
1丁目2番1号
TEL (092) 674-4545
FAX (092) 661-1051



乳酸菌とは

　乳酸菌とは糖類から多量の乳酸を産生する細菌の総称であり、一分類に過ぎません。
　ラクトバチルス属、ストレプトコッカス属、ロイコノストック属、ヘジオコッカス属等種類が多く、形態も桿菌（かんきん）と球菌に大別されます。
　また乳酸だけを生成するホモ発酵型と乳酸以外に副産物（アルコール等）を生成するヘテロ発酵型に分類されます。
　ラクトバチルス属は桿菌（かんきん）で乳製品の製造によく用いられラクチス菌はバターやチーズの製造に、ビフィズス菌は乳児の腸内に常に存在し、乳糖を分解することからヨーグルト等の製造に用いられています。ブルガリア菌は昔からヨーグルトを生産することに用いられてきたことでよく知られた乳酸菌です。
　これらのことからラクトバチルス属十六種のみを乳酸菌であると誤解されています。
　乳糖は、乳児の頃から牛乳等を飲み統けていなければ分解が難しく、大人になるに従って分解できなくなります。大人の方で牛乳や乳糖を分散剤として使用された薬を飲むと下痢をするなどは、これが原因の一つとされています。
　元気満まん堂のベーシックセットに使用されている乳酸菌はストレプトコッカス属でグラム陽性の卵型球菌であり、この乳酸菌は人の腸管内から分離した乳酸菌を、牛乳を主成分とする培養基に培養後噴霧乾燥したもので、白色〜クリーム色のヨーグルト味の粉末で、乳酸菌の有効代謝産物の抗菌性物質、酵素類、ビタミン群等を含んでいます。
　また、この乳酸菌には人の腸管内の増殖性、悪玉菌の抑制作用、整腸作用の優れた安定性の高い活性乳酸菌が一グラム中十億以上含まれており、防湿が完全であれば室温に保存しても一年以上生菌数の減少は殆ど見られませんが、防湿していない四十度の状態では一ヶ月で十%以上の生菌数の減少が見られますので、容器の入れ替えや吸湿剤を取り出すことは避けなければなりません。
　多少難しい専門的な解説になりましたがご了承の程お願いします。

佐々木俊雄氏

伝言板

お知らせ

グランドオープンも盛大に終わり、皆様のご協力ありがとうございます。なお、グランドオープンの様子は後日お知らせ致します。

お願い

　弊社では元気満まん堂の商品（Aセット又はBセット）のご愛用後の体験談の寄稿を募集致しております。
　なお、体験談をお寄せ頂いた会員様には、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頂きたいと思っております。
　何卒、宜しくお願い致します。

心のみちしるべ−7

EUC総合研究所
右田耕士

「認知の原理」

　人間が《知る》《理解する》《分かる》ということは、一体どう言う仕組みが働いているのでしょうか？物やことを認知できるのは何故でしょうか？
　この「認知の原理」のテーマは、西欧ではソクラテスの時代から、東洋では釈迦の時代から既に始まっています。
　例えばこうです。
　幼児にコップを見せて、「これなぁに？」と聞くと「これはコップ」と答えました。
　「よく分かったわね！偉いなぁ坊やは。いくつ坊やは」「二つ」と坊やが答えました。「二つで、もう分かるの！偉いなぁ」と大人が褒めました。
　坊やが「これはコップ」と分かった、この「認知」のメカニズム（仕組み）はどういうものでしょうか。…こう言うテーマです。
　人間の人格を作り出す中心は「自覚」だと思います。日常使われている言葉で言えば「知る、理解する、分かる、納得する、気付く」等です。従って、それはどのような原理、どのような仕組み、どのような手順で行われるのか。それを理解し、活用することが非常に重要になります。
　これは何ですか？と出された物が、今まで見たことも聞いたこともない品物だったら分かるでしょうか？
　そうです。分かりません。では何故分からないのでしょうか。
　理由は、見たことも聞いたこともない、今始めて見る品物だからです。当然です。
　見たことも聞いたこともない品物とは自分がその品物との経験も体験もないことです。と云うことは、体験、経験の一切を記憶する潜在意識（心）の中に「記録」が無いということです。
　自分の心の中にインプットされた印象も記憶も無いことです。ですから、その品物を判断する「基準」や「物差し」になるものが自分の中にないことです。だから「分からない」と云うことになります。
　「分かる。認知できる。」とは、それを判断できる「基準（物差し）」が自分の心の中にあると云うことです。これが認知のメカニズム（原理）です。
　二歳の坊やが、それは「コップだよ」と分かったのは、坊やの心の中にそういう形の物は「コップ」と云う名前の物だ、と云う「基準（判断の物差し）」があるからです。
　かつて、コップを目の前にして、「これはコップと云うのよ、これにお水やジュースを入れて飲むのよ」、こう親に何回も何回も教えられ、潜在意識（心）の中に「コップ」の「名前（言葉）」と「形（姿、イメージ）」が記憶され、それが「判断の基準」になるわけです。（ロボットのメカニズムはこの《認知》の原理を活用したものです）
　そこで、では一体私達の日常生活の中でこの原理がどのように働いているのか、これを考えて見ようと思います。
　先ず人間関係の中で、相手をどうみているか、……あの人は親切だ、あの人は優しい、あの人は勇気がある、あの人は温かい、…私達は日頃よくこう言った表現をします。その表現の元はそのように判断したことです。それはこちらの「親切、優しさ、勇気、温かさ」を物差しにして判断したことです。自分の中に判断材料（物差し）があるから、判断できます。
　人様をみて、「この人は頑固だ」「あの人は冷たい」「彼は意地悪なところがある」と思ったとすれば、そのように判断した「頑固さ、冷たさ、意地悪さ」が自分の中にあると言うことになります。自分も同じように頑固、冷たさ、意地悪さを持っているということになります。
　先人はたった一言「人の振り見て我が身を直せ」と云いました。

体験談

静岡県藤枝市　岡田一恵

　私は、もう何十年も毎年ひどい花粉症に悩まされていました。二月頃は、症状もピークに達し、鼻は詰まり鼻水はたれ目はかゆく、目の回りは、掻くため皮がむけて、顔全体もシワシワカサカサでした。あまり鼻水がたれるのでティッシュで鼻栓をして子供に「怖い」と言われた事もありました。
　ところが今年は、今までに比べるとウソのように症状が軽いのです。たまにはクシャミが出たり鼻水が出たりはありますが、両方の鼻が詰まって息をするのも大変という事が一度もありません。
　実は、平成十二年十月中頃より元気満まん堂のAセットを飲んでいます。
　症状がどれほど重くせつないかを友達と言い合っていた去年までと違い、今年は聞いているだけの私です。このまま飲んでいたら来年は症状が出ないのではないかと密かに信じています。

セミナー案内（会場：㈱健将ライフ 2F会議室）

ふれあい会	19:00〜	3月…8日, 15日, 22日, 29日 4月…5日, 12日, 19日, 26日
商品説明	①10:00〜②14:00〜③16:00〜	3月…3日, 17日, 31日　4月…14日
事業説明	10:00〜17:00	3月…4日, 18日 4月…1日, 15日

みんなの健康応援団
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://manman.co.jp/