



# いたわり

2011年1月号, No.120  
 (すりのキュート)健康新聞

☎ 初売り 1月4日(火) 午前10時～ ☺  
 あけましておめでとうございます、今年も皆様の命(健康)がキラキラと輝くために、日々精進していく所存であり、どうぞよろしくお願い申し上げます。

## くすりのキュートの健康教室 (場市) くすりのキュート(健康)王名店2階(教室)

第234回 「くすりのキュート王名店健康教室」  
 <日時> 1月18日(火) 午後2時～3時

第14回 「マザーの会」(子育て・母乳育児・子育て)  
 <日時> 2月7日(月) 午後1時半～3時  
 <講師> むなかた助産院 助産師 賀久はつ先生

## 超・超・超感動！TAO貸切公演

12月21日、5回目となるクラ工業貸切「TAO凱旋公演2010」に九州各地から2300名のバイオリンファンが集いました。くすりのキュートも王名店・植店のお客様120名と共に「超感動」を共有してきました。

最高にすばらしいステージでした。毎年進化していくTAOを見て幸せです。1年間の努力、苦しい事をいっしょに乗り越えました。キュートのお客様もクラ工業さんもみんな家族みたいでいい感じがありました。おたまたかになりました！

今年初めて参加させて頂いてありがとうございました。バスの中でのクラの話、いかに健康である事が大事であるかを改めて勉強させて頂きました。TAOを見たのも初めてで、本当に言葉にできないくらいの魂のステージでした。バスの音も本当に良かったです。またTAOの方々がクラを食べて病気をいなくなったと聞き、TAOの方々は技術はもちろんです。体が資本です。どんな方々がお客様の商品なので本当に元気になるんだなと思いました。

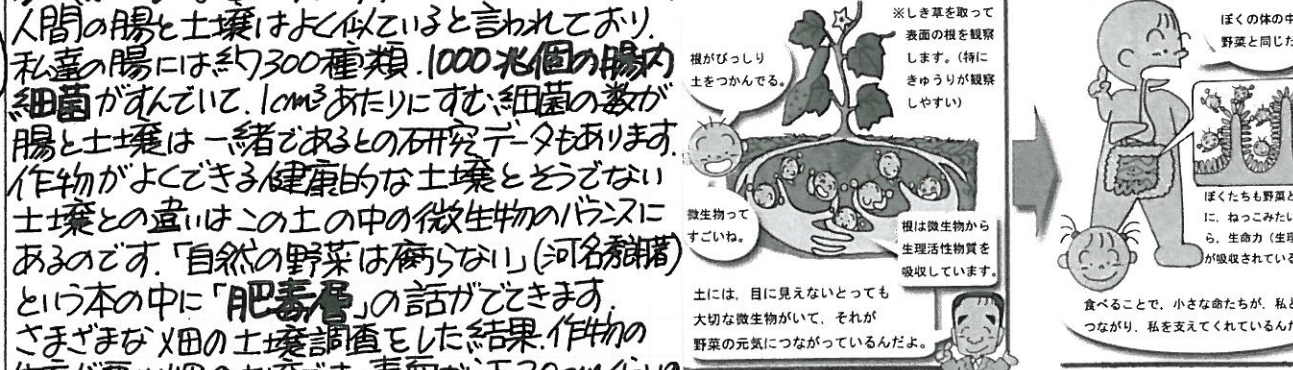
涙が止まりませんでした。自分で限界を作っちゃいけないんですよ。何でもできるとは思いません。涙のあとには喜びがあるよとできました。



# 宿便は万病の元

「宿便は万病のもと」とよく言われます。なぜかと言うと腸管にへばりついている宿便の為に汚れた血液が全身を駆けめぐり、私達の細胞まで汚れていくからです。どんな大木でも、その根を傷めれば枯死するように人間の根にあたる腸に宿便をためていると身体の免疫力が衰えていろいろな病気のもとになるのです。

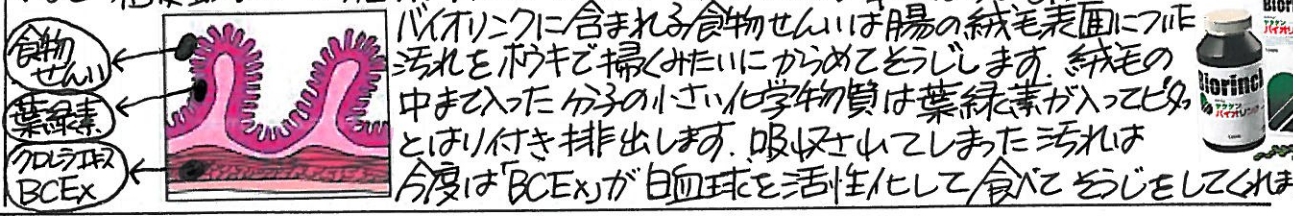
宿便は何かというと、腸内に停滞してドロドロした食べ物のカスであると言えます。小腸の絨毛という毛に宿便がへばりつくと造血力が衰え、貧血や冷えや冷感などの症状を引き起こされやすくなります。大腸の絨毛に宿便が付くと、栄養や水分の吸収力が衰えて「ガヤホリフ」などの塊の原因にもなります。やさしい根を見る



人間の腸には約300種類、100兆個の腸内細菌がおりて、1cmあたりにおよび細菌の数が腸と土壌は一緒であるとの研究データもあります。作物がよくできる健康的な土壌とどうもない土壌との違いはこの土の中の微生物のバランスにあるのです。「自然の野菜は腐らない」(河名秀博)という本の中に「肥毒層」の話が載っています。さまざまな畑の土壌調査をした結果、作物の生育が悪い畑の土壌では、表面から下20cmくらいのところに、冷たくて硬い層が幅8cmくらい存在するというのです。これが「肥毒層」といわれる層なのですが、土の土壌の層と比べると5度くらい温度が低いそうです。この肥毒層は、化学肥料の毒性成分(硝酸性窒素等)や牛糞などの動物性たい肥の過剰栄養成分が蓄積したものであり、この層が根の生育を阻害するため、作物の生命力が弱り、病気や害虫が発生するといわれています。

人間の場合、腸内の肥毒層にあたるのが宿便ではないかと考えられます。この宿便が腸の冷たさをもたらす、絨毛の発育を阻害し、免疫力を低下させ病気をもたらすといえるでしょう。その宿便をつけた原因は、防腐剤や保存料、発色剤などの添加物が入った加工食品と、動物性食品(肉、卵、乳製品)の過剰摂取です。さらに精製した白砂糖や精製塩、化学調味料などの白い粉末も肥毒となり、宿便を形成する原因となっているとみることが出来ます。

宿便取りには、添加物で汚染されていない、生命力のある植物性の食べ物を中心とした食事法が最も有効です。…という事は食事の度に「バイオリン」を食べていると「宿便取り」にも「宿便予防」にも役に立っているという事になります。



※これらの働きからバイオリンは食事の度に、食事と一緒に食べて下さいね！

