



# らくびお 楽Bio通信

2022年  
2月号

## NS 乳酸菌革命記

霊長類動物は、人間以外は添加物や抗生物質を使いません。われわれ人間だけが毎日、防腐剤、着色料、保存料、人工甘味料の入ったものを食べています。

また、人間は必要以上に食べます。野生動物は、ある程度まで食べたらやめます。なぜ人間は、必要以上に食べるのでしょうか？それは人間の脳が、自分でつくった添加物のおいしさに騙されるからです。

おいしくする添加物を入れると、「おいしいね」といつて、必要以上に食べます。必要以上に食べると、腸内の菌もくたびれてきます。食べ物が入っていると種類を認識して、腸の細胞に知らせ、胆汁を出したり、インスリンを出したりして分解します。しかし、あまり食べすぎると、腸内菌の働きが鈍って、センサー機能が果たせなくなります。

その結果、食べたものが胃や小腸で消化できず、大腸に入ります。消化されないまま大腸に入りますと、有毒ガスを発生させたり、過敏反応を起こしたりします。いま過敏な人がものすごく増えているのはそのためです。有毒ガスも、さまざまな病気の原因をつくります。

また、人間は病気になると、薬を飲んで治そうとします。ほとんどの薬は、腸内で感染した悪い菌やウイルスを抑制できます。抗生物質をはじめ、いまの薬はともよく効きます。しかし、よいウイルス、悪いウイルス、選別なく殺してしまいます。

よい菌も無差別に殺してしまうのは、きわめて大きな問題ですが、そうした認識もまだ一般には希薄なままです。それでも、人々は健康でいたいので、今度はサプリメントを活用します。しかし、サプリメントもすべて安心できるわけではありません。食品と同じで、保存料を入れることもあるからです。それを飲んだら、二日くらい菌を増やせなくなります。そんなものの毎日飲んだらどうなりますか？防腐剤の入っているサプリメントを飲んで、糖尿病や心臓病になる人も必ず増えてきます。

また、先ほどお話ししたように、人の心のありようも菌に影響されています。自殺や犯罪の原因は、菌不足もあります。中国は今、精神疾患の人数が一億人以上といわれています。精神疾患を判定する簡単なテストをすると、中国だけでなく、アメリカ、日本でも10%くらいの人がパスできません。世界でもわりと貧しい国の人々は、このテストはほとんどパスできます。

文明が進んで豊かになって、発展した国の都会で暮らすと、みんな何かとイライラしてきて、さまざまなことに不満を募らせるようになりまます。このような問題も、菌と人間の共生関係の問題としてとらえることができます。

生活環境を清潔なものに変えてきたのは、人類だけです。人間に飼われている豚は、今の養豚の環境がよいとは思っていないでしょう。牛も鶏もそう。現在の環境がよいと思って生活しているのは、たぶん人間だけです。なぜかというところ、私たちの細胞や免疫機構は、一万年と少しも変わっていないからです。一万年前には抗生物質も抗菌グッズもありませんでしたから、人間と共生している菌も元気でした。すぐ腐るような自然のものを食べ、それでも元気でした。精神的に安定できないペットや動物が、都会にはたくさんいます。人間と一緒に進化しているカラスも、食べ物人間とほぼ同じになっています。

もともとカラスは、野生で死んだ動物の肉などを食べていたのが、人間の社会で暮らして、頭脳も行為も人間に近くなってきています。人間はわざわざ自分の環境を変え、それが動物の進化の方向にも影響を与えているのです。おそろく、動物も将

来は人間なみにウイルス感染症、がんなどにかかるようになるでしょう。

人間だけが、いわば自然に反する生き方をしてきました。動物は何万年も前と変わらぬ生き方を続け、私たちはそれを時々見て、自分たちの反自然の生き方を反省することができました。

人類がもっと賢い知恵というものは、ことごとく自然的なもので、それは自然が教えてくれたものです。もし、反自然の人間の生き方が、この先どんどん進んで、動物たちもそれに従うようになったら、真の自然の姿を人間は学べなくなってしまう。そうなったら、人類はもう滅亡するしかなくなります。

↳ NS 乳酸菌が病気を防ぐより抜粋



冬の大草原  
撮影：西村幹也 (NPO 法人しゃがあ)



お客様の声  
ページ→



1日2粒。寝る前に。  
娘にすすめられて、飲みはじめたところから、  
ぐっすり眠れるような気がします。  
疲れにくくなったかも...

70代・女性・群馬県在住

※個人の感想であり、効果効能を示すものではありません。

1日2粒。朝起きてすぐ飲んでます。  
水で飲むことが多い。その後豆乳を飲みます。  
3ヶ月ほど前から飲み始めました。  
腸活に興味があり、いろいろと試しましたが、あまり  
効果を実感できていない中お試し品を貝付けそこから  
参画参画して。元々便秘は言うより軟便に悩ま  
されていましたが、今までは違い、ぐっすり寝る効果が現れ  
びっくりするくらいに実感しました。菌がお腹の中で  
繁殖してくれていると思うと毎日嬉しんです。  
これから継続していきたいと思ってます。

40代・女性・神奈川県在住

# 「大草原の乳酸菌」 お客様の声



「日本講演新聞」  
大草原の乳酸菌が掲載されました



「元気読本」  
(2022年1月号)  
NS 乳酸菌が掲載されました



「らくなちゆるる通信」  
(2021年11月号)  
NS 乳酸菌の記事が掲載されました

# メディア掲載



鬼は〜外♪ 福は〜内♪  
どうぞよい節分をお過ごしください。  
北京オリンピック (冬季) も応援しましょう。

著者は福岡県にある葉子クリニックの院長、内山葉子氏です。著書に『子どもの病気は食事で治す』『毒だらけ』『パンと牛乳は今すぐやめなさい』などがある。クリニックでは西洋医学に東洋医学・酵素食などの自然療法を取り入れ、未病を目指すことを方針としている。

「病気に強い体をつくる」ということは、自然の中に古くからあった知恵を学び、現代科学の知見も活用しつつ、恩恵を得るということではないかと本書で問いかけています。



「子どもの病気は未然に防ぐ」  
(評言社刊)

# おすすめ書籍

## しゃがあの 日蒙文化交流支援

ラクアが支援している  
日蒙文化交流活動です。  
賛助会員を募集しております。



## バンベンの 砂漠緑化支援

ラクアが支援している  
モンゴル地方の  
植林活動です。



## NS乳酸菌で 良質な堆肥づくり

岐阜県高山市で NS 乳酸菌を活用した特別な堆肥づくりが行われています。ラクアでは(株)スピリットが推進する持続可能な社会的農業を応援しています。



## 笑顔プロジェクトで 子ども食堂支援

笑顔の自画像イラストを作成することで、作成費用の一部が「子ども食堂食材支援」に使用されます。ぜひ笑顔プロジェクトにご参加ください。



■ 電話でのご注文・お問い合わせ

フリーダイヤル  
**0120-098-529**

※受付時間/9:00~21:00 (土日祝日も承ります)

■ ホームページでのご注文・お問い合わせ

大草原の乳酸菌 検索



大草原の乳酸菌



楽Bio通信