



らく びお
楽 Bio 通信

2026年
1・2月号

～ラクアの大切なお客様へ製品や健康関連の情報を発信～

謹賀新年

もう2月ですが・・・

2026年もどうぞ宜しくお願いします♪



今年（2026年・令和8年）は、十干の「丙（ひのえ）」と十二支の「午（うま）」が組み合わさった「丙午（ひのえ・うま）」です。丙（ひのえ）は、十干の3番目で「火」の要素を持ち、太陽や明るさ、生命のエネルギーを表すとされています。また午（うま）は、古くから人間とともに生きてきた動物です。駿足を持ち、独立心が強く、人を助けてくれる存在でもあります。そのため丙午（ひのえうま）の年は、「勢いとエネルギーに満ちて、活動的になる」年になると考えられます。今年も皆様にとって良い一年になりますよう心より祈念いたします。

乳酸菌革命記

長もち食品はキケン！？



日本では10人に1人が、糖尿病およびその予備軍です。糖尿病はインスリン依存のⅠ型と生活習慣が原因で起きるⅡ型に分けられますが、圧倒的に多いのはⅡ型です。要するに生活習慣が悪かった人たちです。

これくらい原因のはっきりわかっている病気はありません。だから糖尿病の治療といえば、食生活を改める、運動する、ストレスを溜めない、の3点がセットになっています。しかし、よくわかっていながら、なお患者および患者予備軍がこれほど増え続けるのはなぜでしょうか？

糖尿病の原因の一つは、いうまでもなく食べすぎです。それも長もちする食品の食べすぎです。香辛料をよく使うインドや東南アジアの国々に糖尿病が多いという事実が国際衛生組織の調査でわかりましたが、結局、最大の原因は抗生物質と添加物、または香辛料の過剰摂取だと考えられます。

自然で暮らす動物に糖尿病はありません。でも人間に飼われるペットたちには糖尿病があります。彼らは人間と一緒に住んでから、抗生物質と添加物の犠牲になりました。

医療関係者はあまり指摘しませんが、やはり糖尿病の最大の原因は抗生物質と添加物です。いくら生活を改めても、添加物入りの加工食品中心では治りません。糖尿病を改善したい、あるいは治したいなら、添加物入り食品（長もちする食品）が多い食生活を改めると同時に、意識して乳酸菌を摂るようにしてみてください。



【『NS乳酸菌が病気を防ぐ』より抜粋】

お客様の声① (50・60代・女性・愛知県在住)

水戸 順子様

※牛乳アレルギーは、気付けば既にバテ

NS-Max, NS-Slimを各1粒、朝・暮に飲んでいま

か「ス」がよく出る。(飲み始めた時はお水も飲めず)

お水も便秘気味でしたので、いろんな便秘を良くする物を摂取して、体質改善の時期もありました。NS-MaxとSlimを飲み始めてから毎日出る。体質の良し悪しは腸からだと思うので、毎日排便は嬉しいですね。

※個人の感想であり、効果効能を示すものではありません。

お客様の声② (70代・女性・沖縄県在住)

約3ヶ月間飲んでいま

便臭が、お水も飲めずになつたかと思いま

「腸活」に良い!と友人から話を聞いて、実際に飲んでみて「なるほど!」と納得しました。

※個人の感想であり、効果効能を示すものではありません。

取扱製品のご紹介

こだわりの健康貢献・美容貢献アイテムを豊富に取り揃えています。定期便へ追加することも可能です。



①



②



③



④



⑤

- ①『NMN』(30粒): アンチエイジングで人気原料の国産NMN(ニコチンアミドモノヌクレオチド)が高配合。
- ②『マリンコラーゲンパウダー』(100g): 天然の鮭皮から抽出したコラーゲン。飲み物に混ぜるだけ。
- ③『ソノママミネラル』(30包): 自然界の電解質、50種類以上の天然由来のフルボ酸ミネラル含有。
- ④『こだわり青汁』(66包): オーガニック・有機素材を使用したこだわりの青汁。
- ⑤『にんにく玉ゴールド』(60粒): にんにくのさまざまな有用成分を凝縮した丸粒状のサプリ。

おすすめ書籍

『現代バテ即効回復マニュアル』

【著者】谷口英喜(神奈川県済生会横浜市東部病院患者支援センター長/医学博士)

バテは「気のせい」や「加齢」として、放置してはいけません。バテは原因不明の難病ではありません。バテのタイプに応じた適切な対策を施せば、改善できる場合が多いのも事実です。



ニュース



大相撲初場所は、熱海富士との決定戦を制し大関の安青錦関が見事優勝を飾りました。来場所は綱取りという異例のスピードで番付を駆け上がっています。

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乳酸菌で持続可能な社会的畜産・農業の推進

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)Koagoが推進する持続可能な社会的畜産・農業を応援しています。



社会的農業
LABO



楽Bio通信

ラクアが発行するお客様資料「楽Bio通信」の過去の号が閲覧できます。



ともに生きるよこぎ
株式会社ラクア

■お電話でのお申し込み(携帯電話からもご利用になれます)
0120-098-529
受付時間/午前9時~午後9時(土・日・祝日も承ります)

■FAXでのお申し込み
03-5280-2533
24時間受付(土・日・祝日も承ります)

■インターネットでのお申し込み
大草原の乳酸菌
検索
https://laca.co.jp

