



ニューサンキング

らくびお 楽Bio通信

2020年
2月号

NS 乳酸菌革命記



(左) 梁姍博士
(中) 金鋒博士
(右) 李微博士

養豚での実験が成功した後、人間へ試してみることにしました。でも、実際に人間で試すのはそう簡単なことではありません。

私はまず、自分の体で実験することになりました。私は、白いネズミよりも、自分で症状を知りたいのです。ネズミや豚で効果は分かりますが、気持ちを知ることができません。最初の2日間、一切食物をとらずに、水だけ飲んで、胃や腸を空っぽの状態にしました。それから2リットルのヨーグルトを飲んだのです。1回で胃袋に入れる量は、飲んでも食べなくても人間は2リットルです。2リットル飲んで体が拒絶しなければ、安全性が確保できることになりました。自分の体に問題ないことが分かりましたので、次は、家族や科学院の大学生達に薦めてみました。市販のミルクを購入して、乳酸菌を入れてヨーグルトをつくり、「いいヨーグルトを差し上げます。飲んでみてください。」と言って無料で配りました。

豚では、はっきりと行動が変わることが確認できましたが、人間はそうはいきません。人間はいつも自分の感情を隠している、あるいは曖昧な気持ち、そうかどうかはっきりしない方が多いです。嫌いなのにニコニコしている人もいます。嬉しいのに涙が出て、悲しく振る舞うこともできます。豚は嘘をつきませんが、人間は感情と逆のことも平気で演じてしまいます。

ヨーグルトでは乳酸菌の量が限られているので、次は乳酸菌をフリーズドライに圧縮して、カプセルに入れてみました。これでも問題はありませんでした。当初、家族に薦めても「自分で使えばいいでしょう」と言われて、なかなか取り合ってくれませんでした。けれども、病気がかかった時に飲んだらすぐに良くなることが分かりはじめて、進んで飲むようになりました。特に娘は説得が困難でした。子供は、効くかどうかでなく、味が嫌いなら飲みたくないのです。食べやすいものを作る必要性を感じました。

娘は勉強の緊張で便が乱れた時に、偏食もあって体調があまりよくありませんでした。そこで、私の乳酸菌の錠剤を飲ませてみました。すると次の日に、電話でメッセージを送ってきました。「お父さん、こん

ないものをなぜ早くくれなかったの？すばらしいものですよ」と。自分の父親の研究を信じてくれなかったから、仕方がない」と私は返事をしました。いま娘は、いつも学校に戻る前に、必ず忘れないものは乳酸菌の錠剤です。

ダイエット



永田孝行
(一般社団法人日本ダイエットスペシャリスト協会理事長・医学博士)

ダイエットにはじつに奥深い要素が含まれています。私は健康増進科学を研究し、一般の健康維持増進から生活習慣の運動療法や栄養・食事療法などを追求している中で、健康にはメンタルヘルスや睡眠、サーカディアンリズムなども大切な要素になっていることを認識しています。これらは身体代謝にかかわる要素であり、少しでも乱れてしまうと自律神経などを介して体重や体型及び健康・精神面などにも悪影響を及ぼしますが、ダイエットによってそのほとんどが解消・改善に向かいます。多くの人がダイエットに関心を

示しますが、多種多様な情報に翻弄されて正しい判断ができなくなっていることに問題があります。私は2001年「低インシュリンダイエット」を出版し、当時からダイエットには糖質制限食ではなく、低GI値食をすすめています。

さまざまなダイエット情報が氾濫する中で、選択肢が定まらず、日々、情報に翻弄されている人が多いのも事実です。私たちは、このような危機感から2015年4月に「日本ダイエットスペシャリスト協会(JDSA)」を設立しました(一般社団法人に改組)。

ぜひご興味ある方は「Diet Basic Book」を手に取っていただき、協会認定のJDSA資格を取得し、それぞれのビジネスや「コミュニティ」にお役立てください。

- 【JDSA認定資格】
- 初級◆ヘルシーダイエットター
- 中級◆ダイエットエキスパート
- 上級◆ダイエットプロフェッサー



日本ダイエット
スペシャリスト協会



お客様の声
ページ→

※個人の感想であり、効果効能を示すものではありません。

「大草原の乳酸菌」
お客様の声

○5ヶ月後になると思います。
○2〜3日通じのない便秘だったので、今は毎日あって快適です。

70代・女性・福岡県在住

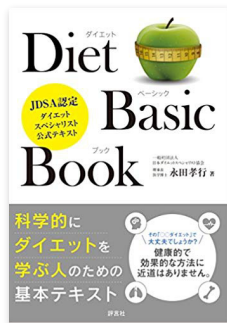
約1年程(継続)
主人は便秘もしなくなりました。
僕にもお通じもなくなりました。
腸の調子にも関係ないのか、
肌も良くなりました。

60代・女性・佐賀県在住



大草原で馬に乗って競争する子どもたち
撮影：西村幹也(NPO法人しゃがぁ)

日本ダイエットスペシャリスト協会の理事長、永田孝行氏の著書です。著者の書籍出版は国内外合わせて62冊で、なんとその販売部数は500万部を突破しています。本書では科学的にダイエットを学ぶための基本テキストとなっており、ダイエットに関する正しい知識が豊富に記載されています。JDSA認定のダイエットスペシャリスト公式テキストでもあります。



『Diet Basic Book』
(評言社刊/2019年)

おすすめ書籍

栄養成分表示(100g当り)	
食物繊維	34.3g
カルシウム	1500mg
マグネシウム	434mg
鉄	50.5mg
ビタミンA	299μg
ビタミンC	41mg
ビタミンE	5.2mg
総カテキン	3980mg
SOD消去活性	470万unit
オラック	840ORAC

有機JAS大麦若葉、有機JAS緑茶、植物ミネラル入りの飲みやすい青汁(微粒末健康食品)です。こだわり抜いた原料を使用しているので、安全・安心です。主原料の大麦若葉粉末は熟処理をしていないので酵素が生きています(SOD酵素470万unit)。天然の食物繊維や、健康を維持する為に必要なミネラル・ビタミン類も多く含まれています。活性酸素などの影響で加齢と共に体はどんどん酸化(老化)が進行しますが、酸化還元力はなんとマイナス52mvで還元力の強さが美容効果も期待できます。



「還元力青汁」(2.5g×66包)
《楽Bioショップ商品番号012》

おすすめ製品

しゃがぁの
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。モンゴルから伝統楽器の演奏家を招いて、日本全国で音楽会ツアーなどを開催しています。賛助会員も募集中です。

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砂漠緑化のための植林活動です。緑化支援品である食品は大変好評です。

NS 乳酸菌で持続可能な
社会的農業の推進



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)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」
公式ホームページ



「楽Bio通信ページ」
公式ホームページ