

避ける事の困難な生活環境から、皆様の大切な健康を守る方法を提案しております

絶対に摂ってはいけないトランス脂肪酸

マーガリン、ショートニング、パン、ケーキ、スナック菓子など、多くの食品に使われているトランス脂肪酸は、有害物質で、全身の細胞の機能を阻害します。

脳の病気

サラダ油、コーン油、大豆油、グレープシードオイルなどに含まれているリノール酸は加熱すると毒素が発生します。細胞を急激に酸化させ、脳梗塞やアルツハイマー病といった脳の病気のリスクが高くなります。

白砂糖

人工的に作られた果糖などは、中毒性が高く、血糖値を急激に上昇させます。精神状態が不安定になり、より砂糖を欲する、血液が酸性、老化を促進、代謝の異常を招くなど、様々な悪影響があります。

過剰な肉食

肉や魚の主成分であるタンパク質は、体内で分解される際に、アンモニアが生成されます。このアンモニアは、肝臓で毒性の低い尿素に変換され、さらに腎臓でろ過され、尿として排泄されます。添加物や化学物質、アルコールなど、知らず知らずの内に毒素を摂りいれている生活環境では、特に疲弊している臓器といえます。

日本は世界で最も農薬を使う国のひとつです

農薬や化学肥料を使った野菜は、単にそれ自体が害となるだけでなく、これらを使うことで、生育の段階で、発ガン性のある物質が増えることもある程、リスクの高い野菜になります。

化学肥料によって

土壌が貧弱になったことで、野菜の栄養価自体も下がっているのが現状です。生活の中で、少しずつでも農薬を摂取し続けてしまう現状は食と健康を揺るがす大きな問題です。

東日本大震災以降

魚介や海藻など、日本人の食卓には欠かせない海の幸にも、水銀などの有害金属や化学物質の生体濃縮への不安が増加しています。

身体の中に蓄積されている毒素

保存料、着色料、香料、甘味料、乳化剤などの添加物、長期間服用している薬、生活環境の中で使用している化粧品、シャンプー、フッ素配合の歯磨き粉、水道水に含まれる有害物質、大気汚染に含まれる有害物質