

2020
秋号

人生を前向きに 元気が出る雑誌

エール

特集
元気
で若々しい人は
ここ
が違う



～心の旅～

錦秋の東北へ

マイメモリー

西崎

緑さん

エール秋号 2020年10月1日発行(季刊誌) 通巻32号 発行所/一般社団法人百歳万歳 〒1105-0004 東京都港区新橋2-20-15 新橋駅前ビル1号館 506

定価1000円 本体910円+送料200円

EsPAIR
ms-espair.co.jp

WOX を飲むと SpO₂ が上がります



300ml ¥500(税別)



500ml ¥600(税別)

飲む酸素

高濃度酸素 ウォーター

リキッド

WOX 検索

メディサイエンス・エスポア株式会社 〒212-0027 川崎市幸区新塚1-2
TEL.044-511-2214 FAX.044-533-7438
メディサイエンス・エスポア株式会社はNPO法人QOLサポート研究会の賛助会員です。QOLサポート研究会⇒<http://qolup.net/>

新型コロナウイルスの感染から私たちが得たもの これからの生活や健康についてもっと勉強しよう

●新たな生活常識 衛生意識をレベルアップ

世界中を襲った新型コロナウイルスの感染。まだまだおさまりにありませぬ。これからの世界はどうなってしまうのか、心配し過ぎて、うつになる人もいると聞きます。感染するのが怖いと家に閉じこもってばかりいると体調が悪くなり、認知症にかかりやすくなったり、介護度が上がったたり、ひいては死亡に至る率も高くなることが大規模調査で知られる日本老年学的評価研究機構(JAGES)の研究で分かっています。これではコロナに感染するよりずっと恐ろしく思います。機構では、人とのコミュニケーションや運動がとて大事故だと警鐘を鳴らしています。国も「ウィズコロナ」と言っているように、既に新型コロナウイルスと共に新しい生活常識を作っていくかなければならない時期になっていくのです。

この度の経験から私たちは学ぶことも多かったです。まずは衛生意識。一段階レベルアップしましょうという意識改革ができてきたと思います。これは新型コロナウイルスだけに限らず、そのままだけにきた菌やウイルスに対処します。さらに純水と食品添加物の銀だけというシンブルな形です。金属やプラスチックや塗装を傷めませぬ。このような安全な製品です。私は、口の中の殺菌にも使用しています。

●身体を動かし、細胞を活性化するのはエネルギー、それには、栄養分、水、そして酸素が不可欠

新型コロナウイルスに感染すると怖いのは肺炎。肺炎に侵された部分からは酸素を取り込めませんので酸素不足になり。エネルギー不足につながってしまうのが大きな問題なのです。

エネルギーは栄養分と水と酸素によって作られます。水も大切です。食べ物の栄養分を体内に取り入れるには水が必要です。また、水がないと何も起きないのです。例えば洗濯機に洗剤を入れても洗えません。水があつてこそ洗剤が衣類の汚れを取り除くことができるのです。人間の体内も同じです。水に溶けた栄養分だけが体内に入り、水の中で化学反応を起こしてエネルギーに変えるのが酸素です。

脳も心臓もエネルギーで動いています。エネルギーで活性化されると、細胞分裂が起きて細胞の数が増えます。血管や血液も細胞です。私たちの身体を動かす筋肉もエネルギーで増え

てなく、そのままこれから冬に向かって蔓延するであろうインフルエンザの感染症対策にも役立ちますし、自然災害が多い日本において、被災地などに対して効率的な効果的な衛生体制の新ルールやエチケットができてくるのではないのでしょうか。

衛生に対してあまり神経質になると、何度も手を洗い、消毒することばかりに目が行き、手がポロポロになってしまうなどという好ましくない結果にいたりします。みんなて知恵を出し合い無理なく継続できる衛生体制を考へ出す必要があります。

また、手と、ドアの取っ手や家具など手に触れるものだけを消毒すれば安心ということではないように思います。顔や髪の毛、マスクや服など体全体の衛生をも考える必要があります。消毒薬にも色んな製品があります。各々の特長や使い方も注意しないといけません。

これからはアルコールや次亜塩素酸などだけでなく、改良された様々な製品が出てくると思います。市場に出回っているものも国が認めているからと安心しないで、製品内容をき

ますし、免疫細胞もエネルギーによって活性化し、増えるのです。

新型コロナウイルスの感染を予防するにも感染後の肺炎を抑えるにも免疫力を高める必要があります。免疫細胞は腸内で作られるというこ

とて整腸機能のある乳酸菌がもてはやされていますが、免疫細胞は決して腸内だけでなく、皮下など体内のあらゆるところにいて体中をめぐっています。その免疫細胞を活性化し、新たに作り出すのもエネルギーです。従って酸素をたくさん体内に取り込むと免疫細胞が活性化し、増えて、肺炎になるのを防いでくれるのです。

加齢とともに酸素を体に取り込む力が弱ってきます。出来るだけ酸素を体内に入れるために私たちは意識して姿勢に気をつけ、胸を張り、呼吸法に気をつけ酸素を取り入れることを心がける必要があります。さらに血行を良くして細胞を刺激するために適度な運動も必要です。

しかし、今は、酸素は肺だけではなく、水と同じように口腔粘膜や消化管からとることができるといわれています。それが酸素補給水として知られる「W O X[®]」なのです。酸素補給水を飲むことによって口腔粘膜や消化管から水と共に酸素が吸収されるのです。肺から入る酸素が足りない部分は「W O X[®]」を活用して補給しましょう。こうした日々の習慣によってエネルギー量が多くなると健康を維持する

ちゃんと確認してから使っていたきたいです。たとえばアルコールは揮発するので効果は持続しませんし、次亜塩素酸で塩素を吸い込んでしまうと肺炎になる場合もありますので、こうしたケミカル剤のほうがいいかもしれません。つまり、新型コロナウイルスより怖いのもかもしれません。つまり、継続して使える安心・安全な消毒薬が必要とされているのです。

今、私のいろいろな経験から消毒薬の中で最も安全だと思ふのが銀を使った製品。昔からヨーロッパでは赤ちゃんが生まれたら銀のスプーンを贈るとか、銀の食器が長く使われてきたほど安全な天然の物質ですが、これまで変色と消毒効果が弱いという欠点がありました。これを解決し、銀をパワーアップしたのが「HTシルバー」です。ナノ銀や銀コロイドに比べて約20倍もの効果があり、10ppmでウイルスにも効きます。

アルコールや次亜塩素酸などのケミカル剤は化学反応で消毒するので、100の菌があると100のケミカル剤が消費されて0になります。当然ケミカル剤が無くなると効果はなくなりません。しかし、無機剤の「HTシルバー」だけでなく若返りにつながります。

これから冬に向けてインフルエンザの流行も懸念されます。インフルエンザはワクチンです。すでに開発されています。新型コロナウイルスのワクチン開発も世界の各地でされています。が、いまのところ使えるものはありません。ワクチンが完成されても新型コロナウイルスは変化しますのでそのつど新ワクチンが開発されなければなりません。私たちは毎年インフルエンザと同じように新型コロナウイルスのワクチンを打ち続けなければならぬでしょう。ただ、ワクチンとは免疫を刺激して抗体を作るものです。ワクチンを接種しても、高齢者の場合、なかなか抗体が上がらないといわれています。それは年をとると抗体を作る免疫細胞のエネルギーが少なくなっています。エネルギーが多くなると細胞が活性化するので抗体を作りやすくなります。ワクチンも必要ですが、まずは自分の免疫細胞を増やし活性化しておくことこそがインフルエンザ、新型コロナウイルス対策になるのだと思います。

世界的な新型コロナウイルス感染のおかげで、私たちは何が大事か、これまでとは違った視点で考えることができるようになってきました。この機会に自分たちの身体のこと、健康のこと、大切なエネルギーについて勉強してゆきましょう。