



新年あけましておめでとうございます。昨年は至らぬところもあつたと思いますが、院長はじめ職員一同精一杯の治療をいたしました。新年には多くの皆さんから回復の御報告を受け、私たちの働きが役にたっていることにうれしく思いました。今年も宜しく願います。

さて、実は昨年の年頭には私の体調が悪く、引退と引継ぎの準備を始めておりました。掌と足裏の痺れがひどく、湿布薬を貼らなければ眠れないので、いろいろと原因を考え対処をし、6月に発毛剤を中止しました。すると2か月ほどしてから痺れが薄れ、9月からは湿布薬がなくても眠れるようになりました。日本で唯一の発毛剤と宣伝されている大手薬品会社と同じ成分のものをアメリカから輸入したのですが、これほどの薬害があるとは思いませんでした。そういうわけで、まだ十五年は現役で働けると考えなおしたので、頭は輝きますです。うが、眩しさをこらえて御付き合ってください。

マリヤ・クリニックの障害治療の考え方は、身体に悪影響を与えている原因を検査で探り、その原因を身体に害のない方法で除去すると共に、遺伝子情報に基づく健康の設計図どおりに身体を回復するべく必要な栄養素を摂取することです。栄養素にしても、他の栄養医学を標榜する医療機関のように大量に処方するよりもむしろ、栄養の消化吸収能力と身体への対応の具合を調べるために、必要な栄養処方と食事の摂り方や運動その他の生活指導を合わせながら、3か月以上の経過治療を原則としています。

身体に有害なものとしては、精製食品を開業当初は挙げましたが、食品に含まれる添加物や残留農薬その他の物と共に、今回のような化粧品や、生活上の薬剤や添加物その他の有害物が大きく影響することもわかってきました。2014年のニュース10月号をご覧ください。政府や食品業界は、消費者の健康被害を気にせずに、外国では添加物を認めない物も認めているのが現状です。今回は、もう少し詳しく皆さんにお知らせします。消費者の声こそが改善のカギです。

院長の体調の悪さの原因追及の中で機能性低血糖症の治療を始め、分子整合栄養医学を日本で最初に適用する内科医となりましたが、今回は私の体調不良の原因としての有害物の指摘となりました。何事も泣き寝入りをしてはいけません。社会悪と戦って行きましょう。

事務長 柏崎久雄

**感染症又は感染症疑いの方は、入口、診察室、会計の流れが異なります。**

風邪、水ぼうそう、おたふくかぜ、インフルエンザ、はしか、風疹等の感染症の方、又はその疑いの方は、来院時は正面入口横の中央で通路わきのインターホンで受付までご連絡下さい。問診票を廊下でお渡しし、2階第2診察室にてご記入下さい。診察後のお会計は、処方内容が確定してから、1階に降りて下さい。トイレ後のハンドソープによる手洗いの実施にご協力下さい。

### 聖書を読む会

1月20日(火)午後2時~2時20分  
当院待合室にて行います。  
どなたでも参加できます。

- \* インフルエンザの予防接種(3240円、3歳以下2500円)の予約は必要ありませんが、ご希望の方は、午前は9時迄、午後は通常の受付時間内にお越し下さい。当院のワクチンはメモリアルが含まれておりません。在庫はすくなくなっています。
- \* 栄養指導や個人的ご相談、セカンド・オピニオンなど、内容をお伝えの上、予約をお願いいたします。予約がなく、詳細なご説明を求められても、対応ができません。発達障害の治療には、説明が重要なため、ご予約がないと対応ができません。キャンセルの場合はお早めにご連絡ください。栄養指導枠のキャンセル待ちの方がおります。
- \* 成人女性(妊娠を希望する方)に対する風疹抗体価検査とワクチン接種の助成が3月で終了しますので、ご希望が有る方はお早めにご来院下さい。
- \* 病児保育のご利用には、初回登録が必要です。既往歴や予防接種歴などの把握が必要なので、ご利用を希望の方は前もって登録をお願いいたします。15分程度掛かります。
- \* CGNTVというインターネットテレビの「本の旅」という番組に院長夫妻が出演し、「神のデザインによる医療」と「発達障害の治療の試み」が紹介され、二人の結婚のなれそめなども話されています。

## ＜食品に含まれる有害物＞

厚労省は、「食品添加物の安全性について食品安全委員会による評価を受け、人の健康を損なうおそれのない場合に限って、成分の規格や、使用の基準を定めたうえで、使用を認めています。また、使用が認められた食品添加物についても、国民一人当たりの摂取量を調査するなど、安全の確保に努めています。」と述べています。

日本食品添加物協会の資料によれば、安全性の確かめ方は以下の通りです。

一般毒性試験	28日間反復投与毒性試験	実験動物に28日間繰り返し与えて生じる毒性を調べる
	90日間反復投与毒性試験	実験動物に90日間以上繰り返し与えて生じる毒性を調べる
	1年間反復投与毒性試験	実験動物に一年以上の長期間にわたって与えて生じる毒性を調べる
特殊毒性試験	繁殖試験	実験動物に二世帯にわたって与え、生殖機能や新生児の生育におよぼす影響を調べる
	催奇形性試験	実験動物の妊娠中の母体に与え、胎児の発生、生育におよぼす影響を調べる
	発がん性試験	実験動物にほぼ一生にわたって与え、発がん性の有無を調べる
	抗原性試験	実験動物でアレルギーの有無を調べる
	変異原性試験 (発がん性試験の予備試験)	細胞の遺伝子や染色体への影響を調べる

マウスに一種類の添加物を与えて害が認められなければ安全と言えるのでしょうか。神経や感覚などの異常をどのようにしてマウスは訴えるのでしょうか。毒性がはっきりと現れないものを安全というのでしょうか。人間は、現代の日常生活で驚くほど多量多種の食品添加物を摂取しています。この複合的かつ蓄積による害は、誰が確認するのでしょうか。

〔危険な食品添加物〕

### 1. 亜硝酸ナトリウム（発色剤。ハムやソーセージの変色を防止するために添加）

「毒物及び劇物取締法」で劇物に指定され、致死量は0.18gで青酸カリの0.15gに匹敵します。食肉や魚肉に含まれるアミンに反応して、発がん性のあるニトロソアミン類に変化します。ビタミンCが必ず含まれているのは、ニトロソアミンの生成を阻害するためです。

### 2. トランス脂肪酸（マーガリンやファットスプレット、ショートニングに含まれています。）

植物油は液体ですが、硬化油や乳化剤や着色料その他を混ぜて人工的に作るのがマーガリンで、油脂成分が80%未満のものをファットスプレットと言います。硬化油は水素と結合するとトランス脂肪酸になりますが、これは悪玉コレステロールを高めて善玉コレステロールを低下させ、心疾患のリスクを高め、喘息やアトピー性皮膚炎などのアレルギー、認知症やがんになる可能性があるとして、アメリカの一部を含めて使用禁止がなされてきています。

ショートニングはマーガリンの水分を減らしたもので、食感改善効果が高いためにパン、ビスケット、ケーキ、スナック菓子などに多く含まれています。揚げ物にもショートニングが使われているファーストフード店は多いようです。

市販のパンには殆どマーガリンや後述のイーストフードが含まれており、注意が必要です。神戸屋がイーストフード、乳化剤、臭素酸カリウムなどを含まないパン作りを始めているのは素晴らしいことで、私たちが推奨できる唯一のパンメーカーです。

### 3. イーストフード（パン製造に用いる膨張剤）

イースト（パン酵母）に混ぜるとふっくらとするので、パンの大量生産には欠かせないとして

用いられてきました。イーストフードには、塩化アンモニウム・塩化マグネシウム・リン酸三カルシウムなど16種類あるそうですが、塩化アンモニウムは毒性が強く、犬は6g、ウサギは2gで死んでしまうそうです。大量生産のパンには、臭素酸カリウムが含まれていることも多く、これは腎臓に腫瘍を、腹膜にガンを発生させることがあると報告されています。

#### 4. アスパルテーム (合成甘味料、ダイエット食品や飲料に多く含まれます。)

アスパルテームは、アミノ酸と劇物のメチルアルコールを合成して造られ、砂糖の200倍ほどの甘味があるそうです。カロリーはないのですが、膵臓はこのような人工甘味料にも反応してインスリンを出すことがわかり、脂肪が蓄積されて肥満にも繋がり、また機能性低血糖症などの血糖調整の機能が悪い人には不適切です。体内でメチルアルコールに分解される恐れもあり、脳にまで入り込むので脳腫瘍や白血病、悪性リンパ腫、腎臓機能の低下などの原因となるとも言われ、ウツやイライラなどの精神症状も起こすと言われています。

合成甘味料のアセスルファムK (カリウム) は、体内で分解されずに身体に蓄積し、胎児にも移行することがわかっています。リンパ球の減少や肝機能障害の恐れがあります。

ソルビットも胃けいれん、腹痛、下痢などの急性症状を起こす場合があると報告されています。

#### 5. リン酸塩 (チーズに含まれる乳化剤、かんすい)

乳化剤は、水と油を混じりやすくするためのものですが、合成乳化剤にはリン酸塩が含まれ、血中カルシウムを低下させ、骨を弱くします。腎臓の石灰化を起こすものもあります。プロセスチーズに多く添加されますが、合成か自然のものかの明瞭表示は無いようです。

ラーメンに含まれるかんすいも殆どがリン酸塩で、リン酸塩は他には食肉製品、魚肉練り製品、漬物などがあり、多くの食品に用いられています。

合成甘味料のソルビットと脂肪酸を加熱処理して造られるソルビタン脂肪酸エステルは、アイスクリーム・ショートニング・マヨネーズ・バタークリームなどに使われますが、ラットの実験では死亡率増加、成長抑制、肝臓及び腎臓の肥大があったそうです。

#### 6. タール色素 (食品の着色剤)

最初はコールタールから造られた合成着色料で、現在は石油精製によるナフサを原料に造られます。食品、医薬品、化粧品、衣類などの着色料、食品添加物として使用され、現在でも多く食品に用いられています。赤色2号は発がん性が確認されてアメリカでは使用禁止になりましたが、日本では未だ認められています。赤色2号はアゾ結合という化学結合を持っていて、同じような赤色40号、赤色102号、黄色4号、黄色5号も化学構造が似ているので、発がん性の可能性があります。上記のような毒性試験で確認されるかは疑問です。

#### 7. カラメル色素 (多くの食品に含まれています。)

カラメル色素には4種類あって、カラメルⅢとカラメルⅣは炭水化物などにアンモニア化合物を加えて熱処理をして合成したもので、アメリカでは発がん性があるとして訴えられ、コーラの製法から除外されることになりました。日本では、どれが含まれているか表示義務がないのでわかりません。

#### 8. ベーキングパウダー (膨張剤。ビスケットやクッキーなどに含まれます。)

ベーキングパウダーは重曹にミョウバン (硫酸アルミニウム) を加えて造りますが、アルミニウムが腎臓や膀胱そして神経へ悪影響をもたらす、若年性痴呆に繋がることもあります。握力の低下を引き起こすこともあります。ミョウバンは、野菜や魚介類の煮崩れ防止や品質安定剤としても使用されています。

#### 9. pH調整剤

アジピン酸・グルコン酸・酒石酸・クエン酸・乳酸・リンゴ酸などが食品の酸性度・アルカリ度を調整して保存性を向上させる目的で使われています。酒石酸はワインの樽に溜まるものですが、マリヤ・クリニックでは細胞内でエネルギー生成を行うTCAサイクルの妨げになる疑いを持っています。



## 10. カフェイン（紅茶、コーヒー、緑茶）

カフェイン・ニコチン・コカイン・モルヒネなどのアルカロイドは中枢神経を興奮させる作用があり、感覚や精神を活性化させ眠気を覚まし、利尿作用や胃液分泌作用もあります。ただ、過剰に常用すると集中力の低下、不眠、不安感などの症状が現れます。子供には控えるべきであり、妊婦には好ましくありません。

### 11. 合成香料

サリチル酸メチルは毒性が強く、ベンズアルデヒド、フェノール類、イソチオシアン酸アリル、エーテル類など毒性があります。香料をわざわざつけること自体が危ないと思ってください。

### 12. 増粘多糖類

粘性のある樹液や海藻から抽出したのですが、安全性の疑われるものもあります。

### 13. 塩

WHOの塩の摂取基準は成人で一日5g未満ですが、日本人の平均摂取量は男性で11.3g、女性で9.6gと報告されており、塩分の強い食品は避けるべきです。中国の塩には塩の固結を防ぐためにフェロシアン化合物が添加されているようで、これは加熱するとシアンが分離します。これは青酸化合物であり、臓器や脳への障害をもたらします。

#### ※ 資料

- ・ 「加工食品の危険度調べました」「冷凍・レトルト食品の危険度調べました」「調味料の危険度調べました」「飲み物の危険度しらべました」（株）三オブックス
- ・ 厚労省などの政府資料をネットで。

まとめてみて、やはり加工食品や安易な食品や飲み物は危険だとわかりました。ダイエット志向を逆手にとって、人工甘味料を多用して却って害になるものを提供しているようです。

アイスクリームやクッキーやお菓子など子供の好きなものに危険が多いこともわかりました。味の強い物には危険性が多いのですが、亜鉛の摂取不足によって味蕾が形成せず、合成調味料に幼児期から慣れてしまって、味の強いものを好む傾向が子供の頃から形成されるようです。

料理を簡単にする簡易調味料も、危険なものが多く、丁寧に時間を掛けて料理をする大事さが身に沁みます。保存の為に熱処理が大事です。腐らないものというのは、やはりおかしいでしょう。

不健康な人ほど、不健康なものを食べたり飲んだりしていることに気が付きます。そして、身体を壊していくのでしょうか。「なんで自分が病気になるのか？」と健康を謳歌していた人間が、不治の病になってから後悔しても遅いのです。健康は、日常の気配りと自制心から形成されるものです。

肥満の人が多いですが、肥満は現代の異常な食生活に敗北し、病気になっていく明らかな兆候です。このままでは、今後の世代の寿命は短くなり、病気の人が多くなり、日本社会は崩壊していくでしょう。健康を害すると精神的にも不安定になり、感情の起伏が激しくなって、周囲の人との交流に障害がでできます。日々の節制が、幸せを形成していくのです。

今後は、化粧品や暮らしの中の製品、そして仕事や作業に係る有害物を調べて報告させていただきたいと思います。特に、子供たちの環境には十分注意をしなければなりません。

#### 《 診 療 時 間 》

月曜～金曜（午前8時30分～12時10分、午後2時30分～5時30分）

土曜（午前8時30分～12時10分、午後2時～4時）

休診日 木曜、日曜、祝日、年末年始

- ・ 各種健康保険取扱機関
- ・ 生活保護指定機関
- ・ 介護保険取扱機関
- ・ 特定疾患取扱機関
- ・ 結核予防法指定機関
- ・ 自立支援医療機関
- ・ 身体障害者認定医
- ・ 各種健康診断
- ・ 小中台小学校校医
- ・ 栄養療法(分子整合医学)



（携帯サイトへ）