

# 食べて治す 治療法の柱！

## 3大ルール

### 我慢のない食事法！

#### 9～10時間以内なら何度でも食事OK

・朝はバターコーヒー、又は紅茶にバター。

【注意①】糖質を午前中に入れない、

【注意②】バターはグラスフェッドの無塩バター

・昼にスムージー（食事時間内にゆっくり飲んでもOK※最低1回）

【注意①】葉物野菜を中心に5,6種類を配合。

【注意②】前日の夕食から14～15時間後に食事時間スタート

・夜はご飯OK,なるべく質がいい糖質を（玄米◎）

【注意】液体油での揚げ物禁止

※オリーブオイル・ココナッツオイル等で揚げてください

・糖質は質がいい糖質ならOK（根菜類は毎日食べる。果物なら夕方以降OK）

# 覚えてますか？

## 加熱NGの油って...

- ・ラード（宮崎県産ノンGMO）
- ・バター（グラスフェッド）
- ・ギー（インド）
- ・ココナッツオイル
- ・オリーブオイル

【炒め物・天ぷら・揚げ物】

火を直接使う物は

固形のオイルを使います。

- ・亜麻仁オイル
- ・アボガドオイル
- ・ごま油
- ・米油
- ・ヘンプオイル
- ・チアシード

二重結合なし

脂肪酸

二重結合あり

熱を加えて調理に使用する

飽和脂肪酸

不飽和脂肪酸

### 脂肪酸の分類

(X) は熱を加えるとトランス脂肪酸に変化しやすい人工油

長鎖脂肪酸  
・蓄積しやすい  
・消化吸収が遅い

ラード  
ココナッツオイル

中鎖脂肪酸  
・蓄積しにくい  
・消化吸収しやすい  
・エネルギー早い

MCT オイル

短鎖脂肪酸  
・蓄積しにくい  
・消化吸収しやすい

バター  
ギー

オメガ3  
・脳機能活性  
・眼病予防  
リノレン酸

亜麻仁オイル  
えごまオイル  
魚油

積極的に摂取  
(熱を加えない)

オメガ6  
・体の機能を整える  
・取り過ぎ炎症作る  
リノール酸

X ごま油  
X 米油  
X 紅花油  
X 綿実油  
X グレープフルーツシード

オメガ9  
・心臓病高血圧の予防  
・体内でも合成  
オレイン酸

オリーブオイル  
アボガドオイル  
X キャノーラ  
X パーム  
X サラダ油



NG の油を加熱すると ...  
こんな **モンスター** に

ただ、ここまでの話を聞いて ...  
治す**食事法の鍵**が  
**食品の選び方**と違ってませんか？

実は、違います。

# 【健康哲学】

もっとも大切なことは ...

正しい **仕組み（順番）を知る** こと



仕組み（順番）を理解しないと  
結果は大きく変化します。

仕組みを1つでも間違えてしまうと、  
全然違う結果になるので注意しましょう。

# 身体が健康になる仕組みとは…

## 重要な3つの順番

### 1. デトックス

栄養補給や食改善と思われがちですが、まずは出す。

これが出来ないと、健康はありません！

化学物質は石油由来で人間にはそれを分解・無毒化する力は全くありません。

### 2. 栄養

リセットしてから、入れる（食べる）ものを変えていく。

こう聞けば当たり前ですが、考えたことなかったですよ？

### 3. 運動・睡眠

体を回復させるのは「栄養・運動・睡眠」の3つしかありません。

栄養が摂れるようになったら、運動習慣と睡眠の質を上げることも重要になります。

# 結論からお伝えします！ 食べて治す治療法の伴は…

## 体内に残留した化学物質の完全デトックス

**【注意】** これからお伝えする情報は…

世界最先端の科学者達の研究により導きだされた確かな情報です。

日本の10年先を行くといわれる医療レベルの

アメリカ医師達が1000万円はらって習う内容ですので

よく聞き、理解し、必ずお役立てください。



便



断食

汗

健康への第1歩

デトックス

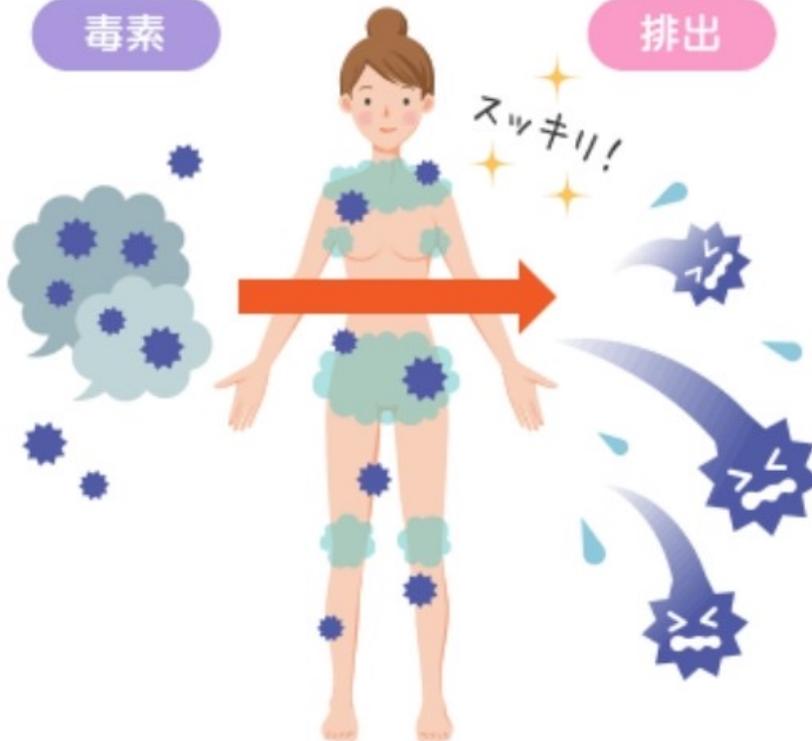
# デトックス これをしっかりすれば...!

## デトックスとは?

### 有害な物質



### 毒素



### 排出

【Point】細胞単位での

生まれ変わりが必要な理由!

- ✓身体は 36 兆個以上の細胞でできている。
- ✓蓄積は、全身の細胞に影響する。
- ✓毒素が細胞レベルで炎症を起こす。
- ✓癌など重篤症状をも引き起こす。
- ✓毒素が細胞を病気の実に変える。

# あなたの身体はもう始まっている 体内デトックス

気になるデトックスの前に ...

『そもそも、摂取しないようにするもの』

コレを覚えましょう！

# 自分・家族の身を壊す 身近な化学物質

その1 発がん物質

その2 脳・発育・不妊障害

その3 アレルギー発症

# その1 発がん物質

## ・ ソルビン酸・ソルビン酸 K (保存料)

細菌やカビの発生・増殖を抑える働きで使用。

染色体に異常をもたらす 発がん物質へ

## ・ 亜硝酸ナトリウム

発色剤。毒性が強く、食肉に含まれるアミンという物質と結びつく。

許容量 (体重 kg× 0.06mg) ニトロソアミンという 発がん物質へ

## ・ 安息香酸ナトリウム

保存料。ビタミン C と反応すると

ベンゼンという 発がん物質へ

## ・ タンパク質加水分解物 (アミノ酸等と表記)

WHO が“安全許容が設定できない”と表明。

事実上摂取すべきではない 発がん物質へ

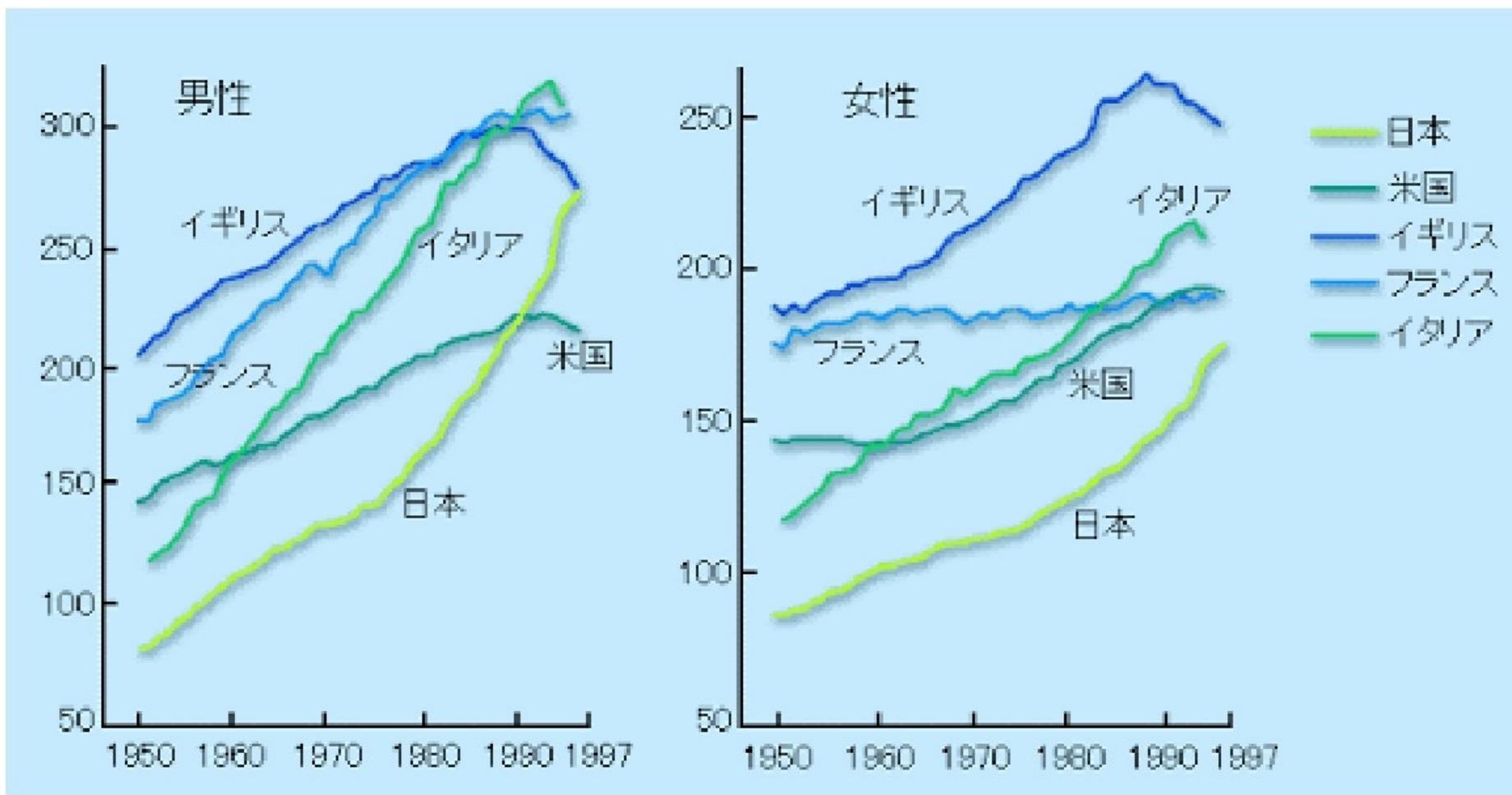


# ソルビン酸、ソルビン酸K (保存料)

- ・細菌やカビの発生・増殖を抑える働きがある為 腐敗防止として多くの食品に使われる保存料
- ・かまぼこ、ちくわ、はんぺん、ハム、ソーセージ 漬物、佃煮、イカの燻製、ワイン、チーズ、あん類 果実ペースト、クリーム、大福などの和菓子、果汁、ジャム、シロップなど
- ・ソルビン酸Kは細胞を突然変異（変異原性）させたり 染色体異常を引き起こすことがわかっています。  
変異原性はがんの発生と関係があります。
- ・ラットに、体重1キログラムあたり4.2gのソルビン酸カリウムを投与したところ、約半分のラットが死亡。



# 癌の死亡率：国際比較



※2000年以降のグラフも同じ推移をたどっている

# その2 脳・発育・不妊障害

- ・ 人口甘味料、果糖ブドウ糖液糖

特にアスパルテームは、他よりも安価。  
食品会社はこぞって使用。

- ・ 糖尿病などのリスク

アスパルテームを摂取し、上がってしまった血糖値は  
下がりにくい ことが研究結果がでています。

- ・ 不妊、発達障害、ADHD など …

アスパルテームは、体のあらゆる面に悪影響。

妊婦が摂取すると脳障害児 が産まれる可能性があり、  
回復不可能な

脳へのダメージ が懸念されています。

発達障害、ADHD に深く影響 がある可能性も …



# カロリーゼロに騙されるな！

## 〈人工甘味料〉

カロリーゼロ  
糖質オフ  
低カロリー

←などの表示を使う場合、ほぼ人工甘味料  
が使われています

蟻は人工甘味料に寄ってきません！

**肥満ホルモンを刺激！！**

- 1、ホルモンに影響を及ぼして体内に脂肪を蓄える
- 2、味覚を鈍化させる
- 3、コカイン以上の依存性がある

# 人工甘味料は砂糖の数百倍～数千倍

- ・ サッカリンは砂糖の200～700倍の甘み
- ・ アステルパームは160～220倍
- ・ アセスルファルカリウム (K)は200倍  
アステルパームよりも極め付けに安価
- ・ スクラロースは600倍
- ・ ネオテームは700～13000倍です

人工甘味料、  
それは...  
ただの**毒**

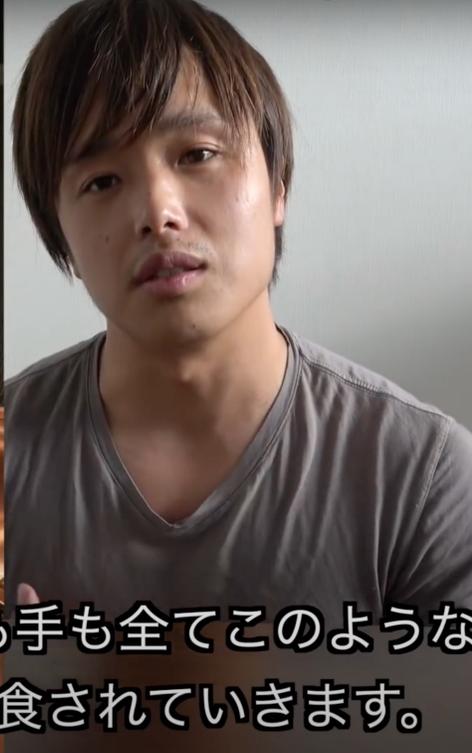
【注意】 糖類で  
もありません。



# 人工甘味料の恐怖

有名YouTuberのぷろたんが  
人工甘味料が原因で難治性の皮膚疾患に

人工甘味料大量に摂取した身体の末路が最悪でした 人工甘味料大量に摂取した身体の末路が最悪でした・・・【動画内グロ注意】 人工甘味料大量に摂取した身体の末路が最悪でした・・・【動画内グロ注意】



汗を掻くともっとひどいことにな

足も背中も手も全てこのような  
感じで浸食されていきます。

お家にありますか？

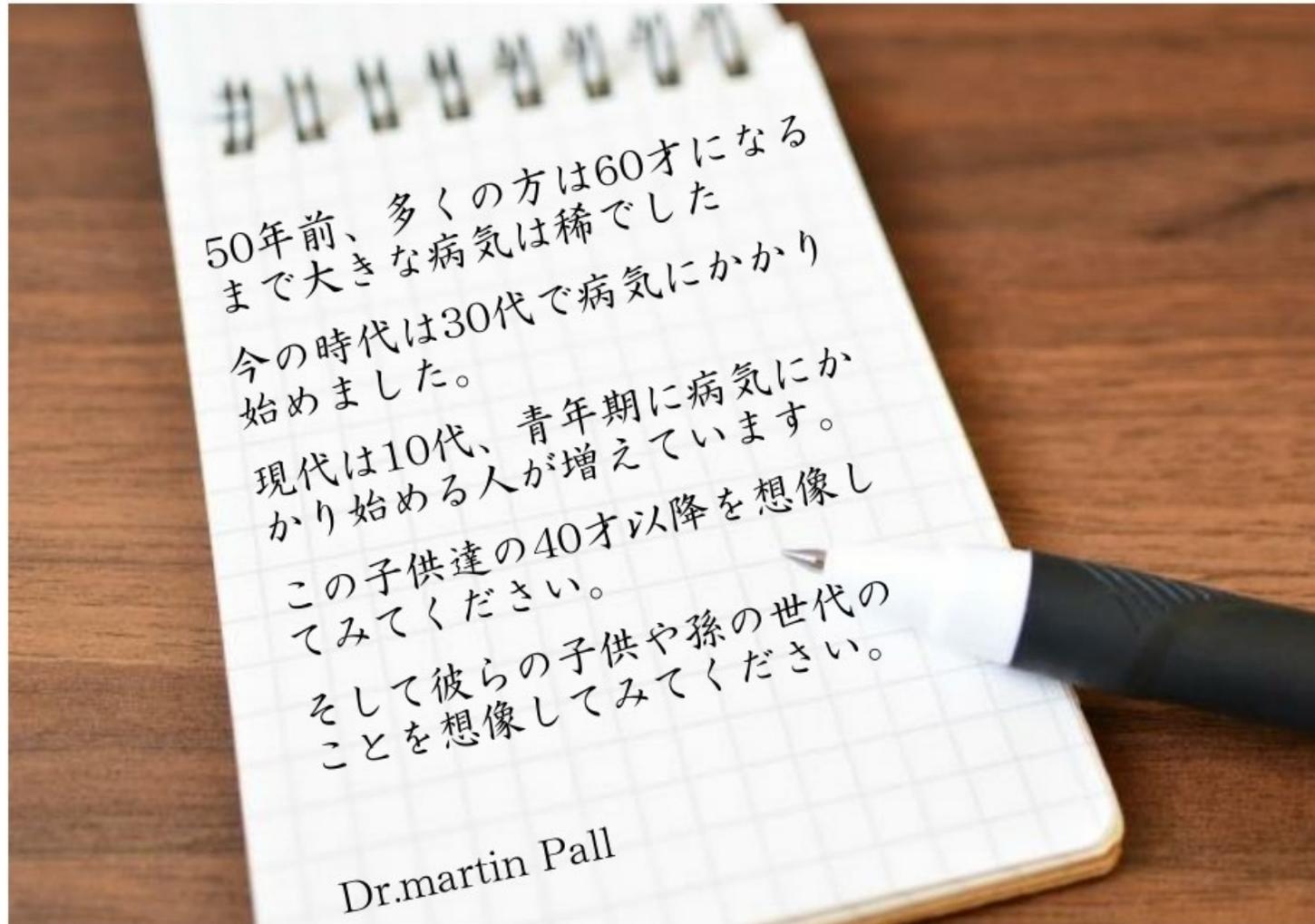
発がん物質 + 人口甘味料  
魔の組み合わせ ...

味覚障害  
KING !



食品添加物  
人工甘味料  
の代表

# 便利の登場と引き換えに、 若年層が大きな病気に...



昭和、平成初期は

- ・ガン
- ・心筋梗塞
- ・脳梗塞

などの大病は60歳以上の高齢  
者の病気だった

現在は60歳以下の年代に移  
行してきている...

# その3 アレルギー発症

## タール色素 原料はガソリン

- ・赤色2号、赤色102号、赤色106号。  
海外ではがんやアレルギーを引き起こす原因になると判断され、アメリカやカナダでは使用禁止。
- ・赤色3号も甲状腺の異常を引き起こす可能性があるとしてアメリカやドイツで使用が禁止。
- ・日本は使い放題！



赤色2号、赤色3号、赤色40号  
赤色102号、赤色103号、赤色104号  
赤色105号、赤色106号、黄色4号  
黄色5号、緑色3号、青色1号、青色2号の  
12種類です。



# コチニール色素

カメムシを乾燥させてエタノール抽出

- アレルギーの原因  
ヨーロッパ、アメリカ禁止
- 赤、オレンジ色
- ハム、ソーセージ、清涼飲料水



# 今の子供は1回・20gの食塩を摂れる

- ・味覚の破壊

今の子供は1度に20gの食塩を摂れる。

300cc/9g 海水レベル

- ・作られた味が美味しいと感じる
- ・添加物は本物より美味しい
- ・安くて、簡単、便利！！
- ・大いに吟味する必要がある！
- ・健康へのダメージ
- ・ある日、発がん性が認められる

# 食品添加物の魅力

- 安くなる！ 5分の1程度
- 安くて、簡単、便利
- 昔のお店や市場では、冷蔵庫に入れて保管してね！ 今日中に食べてね！  
今は1週間腐らない。
- 色も綺麗
- 和菓子は特に着色料、カステラ、どら焼き！  
甘み、艶出し、乾燥防止目的のソルビット！
- 漬物が真っ白でないとダメ、黄色くないとダメ
- ハムは透明感ないとダメ、天然色素、貝殻虫の赤色抽出 透明感  
亜硝酸ナトリウムもやばい！

**食品添加物は**

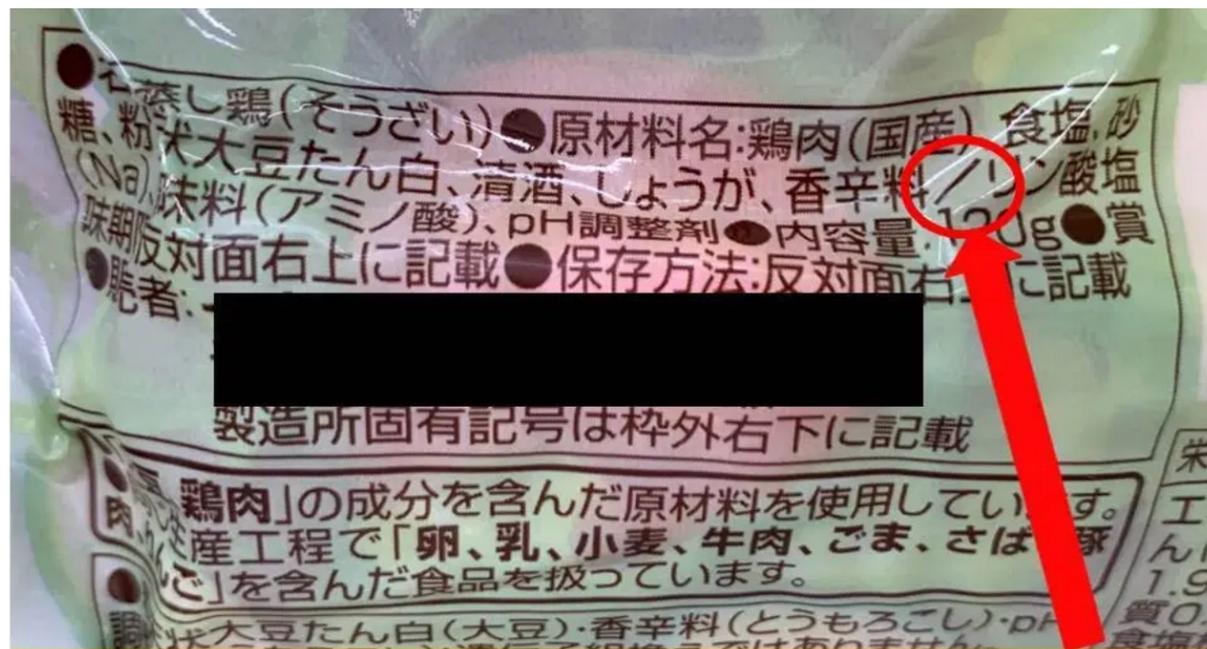
**国が安全を保証しているわけではない。**

**良いよ、と認めているだけ**

# 消費者が知りようもないもの

- 一括表示
- 調味料（アミノ酸など） 2つ以上書けば20種類でもOK!
- 焼肉のたれ、ステーキソース  
醤油には添加物がたくさん入っている  
安息香酸ナトリウム、サッカリンナトリウム   ステーキソースには  
入っていないことのできる 詐欺に等しい

# 添加物の見方



スライスなし サラダチキン  
スラッシュ ( / ) 表示を境に…  
(原材料 ← / → 添加物)

添加物以外にも…

『糖質だから』じゃない

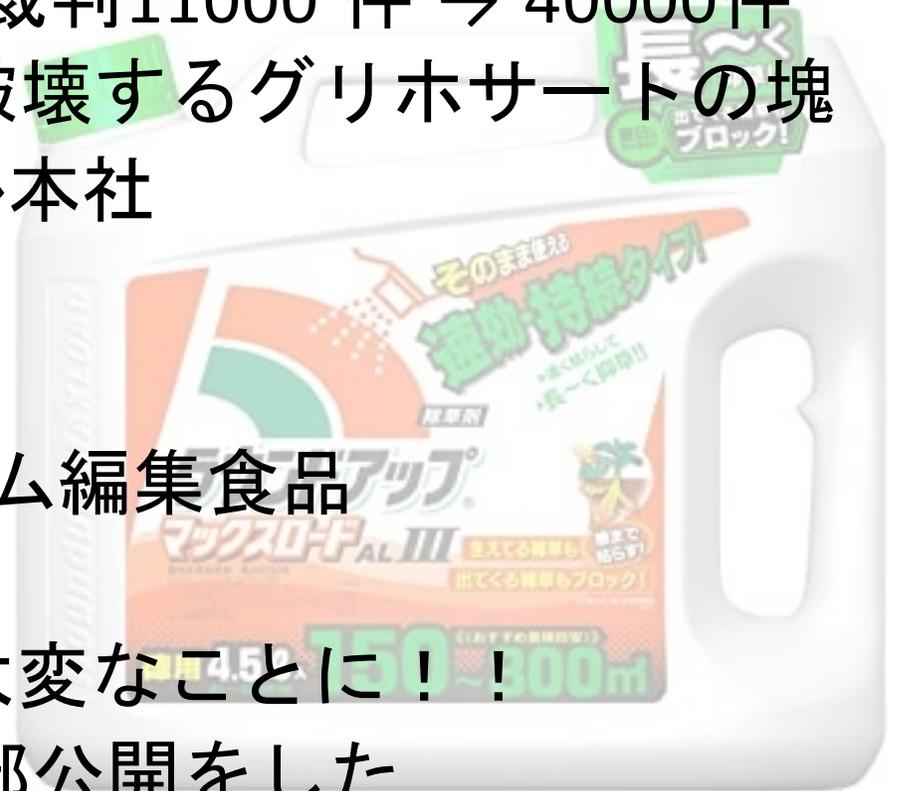
小麦が危険な

さらなる理由をご存じですか？

# まだまだ出てくる

## 第三の敵：ラウンドアップ

- ・ 多国籍バイオメーカー モンサント 裁判11000件 → 40000件
- ・ 発がんではなく、遺伝子スイッチを破壊するグリホサートの塊
- ・ アメリカのミズーリ州クレープクール本社
- ・ 2018年 バイエル社により買収
- ・ 2008年 110億ドル
- ・ 遺伝組み替え世界シェア NO.1 ゲノム編集食品
- ・ 除草剤「ラウンドアップ」
- ・ 日本では報道がなく、米、EU では大変なことに！
- ・ デトックスジャパンのみが日本で一部公開をした



# 輸入小麦製品の 除草剤残留調査結果

海外では、小麦の収穫前にグリホサートと呼ばれる除草剤を散布する処理が恒常化しているといわれています。

農林水産省の調査でも、**カナダ、アメリカの輸入小麦には9割を超える検出率でその除草剤の残留が発見されました。**

現代の私たちの身の回りは、主食として小麦製品で溢れています。

もちろん、この**除草剤も病気の原因**です。

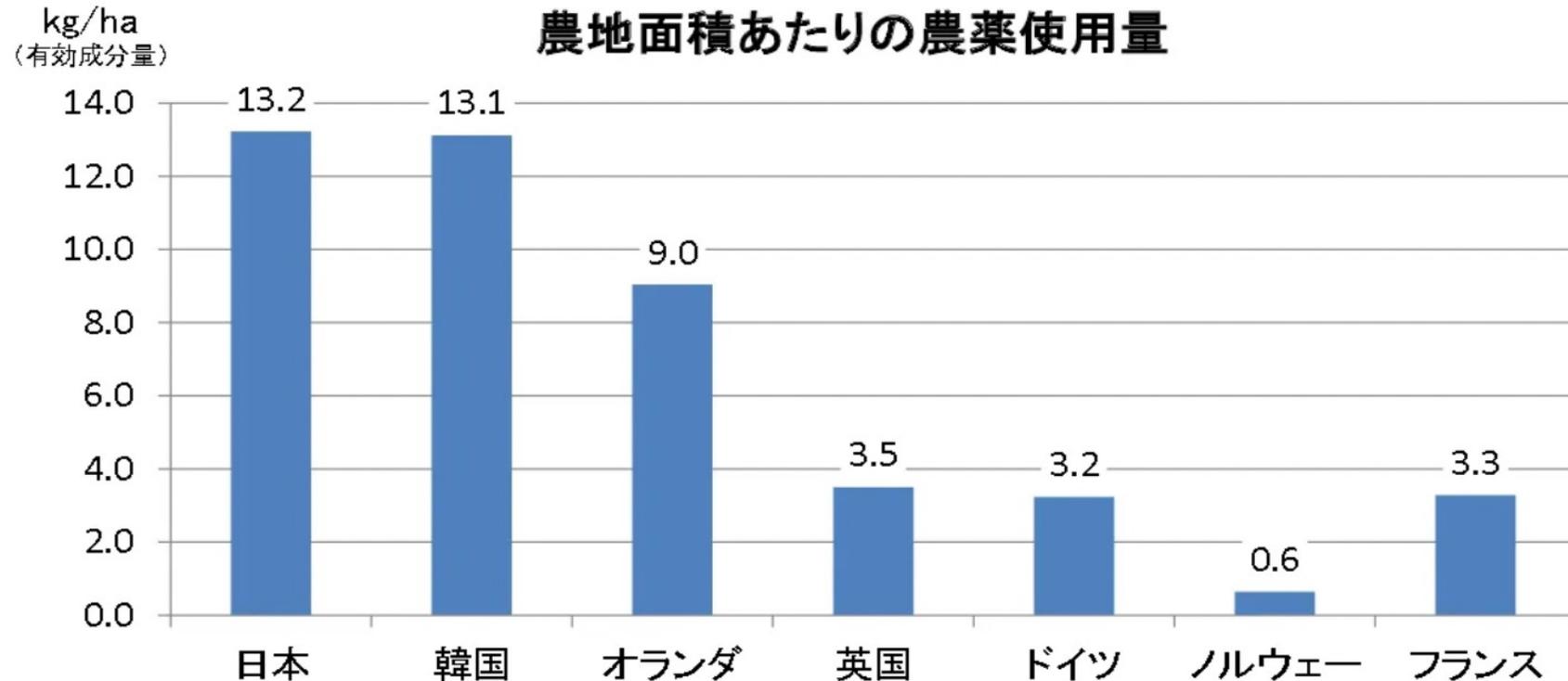
**可能な限り摂取しないのが良い**ですが、もしもの時は国産であることを優先し、それも難しい場合は以下の小麦商品は避けましょう。



# 日本の野菜の農薬にも注意！

## 日本は世界1の農薬大国！

○ 日本は、温暖多雨な気候であるため、病害虫が発生しやすく、病害虫による減収、品質低下等を防ぐため、欧州各国に比べて農薬使用量が多い。



# 日本の残留農薬基準は世界より甘い

ピンクの国は日本より基準値が厳しい国！  
日本より基準値が甘いのは中国のみ！！

農薬名	日本の基準値 (mg/kg)	CODEXの基準値(mg/kg)	韓国の基準値 (mg/kg)	中国の基準値 (mg/kg)	タイの基準値 (mg/kg)	ベトナムの基準値(mg/kg)	米国の基準値 (mg/kg)	カナダの基準値 (mg/kg)	オーストラリアの基準値 (mg/kg)	EUの基準値 (mg/kg)
BHC	0.2	-	0.01	基準値なし	0.01	輸入を認めない	不検出	0.1	不検出	0.01
クロチアニジン	50	0.7	0.7 ※2	基準値なし	0.7	0.7	70	70	0.7※2	0.7
DDT	0.2	-	0.01	0.2	0.01	輸入を認めない	不検出	0.1	不検出	0.2※1
ジノテフラン	25	-	7.0 ※2	基準値なし	0.01	輸入を認めない	50	0.1	0.02	0.01
グリホサート	1	-	0.01	1	0.01	輸入を認めない	1.0	0.1	2	2
イミダクロプリド	10	50	30 #	0.5	50	輸入を認めない	不検出	50	10※2	0.05※1
ニテンピラム	10	-	0.01	基準値なし	0.01	輸入を認めない	不検出	0.1	不検出	0.01
規定形式	ポジティブリスト	-	ポジティブリスト	ネガティブリスト	ポジティブリスト	ポジティブリスト	ポジティブリスト	ポジティブリスト	ポジティブリスト	ポジティブリスト

**日本の野菜が安全なのではなく  
基準値の設定が甘いので基準値をクリアできているだけ！**

# 野菜はしっかり洗うことが大事！

中国では野菜洗いの洗剤も普及していますが  
日本ではそれほど洗わずに調理をしがち

## おすすめの野菜洗い用の洗剤



- 安心な天然素材

ほっきの貝殻から生まれた天然素材100%の除菌洗浄剤。だから安心・安全！

- 残留農薬・ワックスの除去

塩素系洗剤にはできなかった、残留農薬などの有害化学物質が除去できます。

- 食材の鮮度保持

食材の鮮度保持効果に優れ、日持ちがよくなります。

- 強力除菌

強力な除菌効果で家中の除菌・消臭に使えます。

- 環境配慮型商品

廃棄処理をしても河川・土壌を汚染することはありません。

# まだまだあるけど… たった3つの意識で全部撃退！

【×安い】有機野菜、グラスフェットなど…

【×簡単】成分表をしっかりと確認！食品添加物摂取を避ける

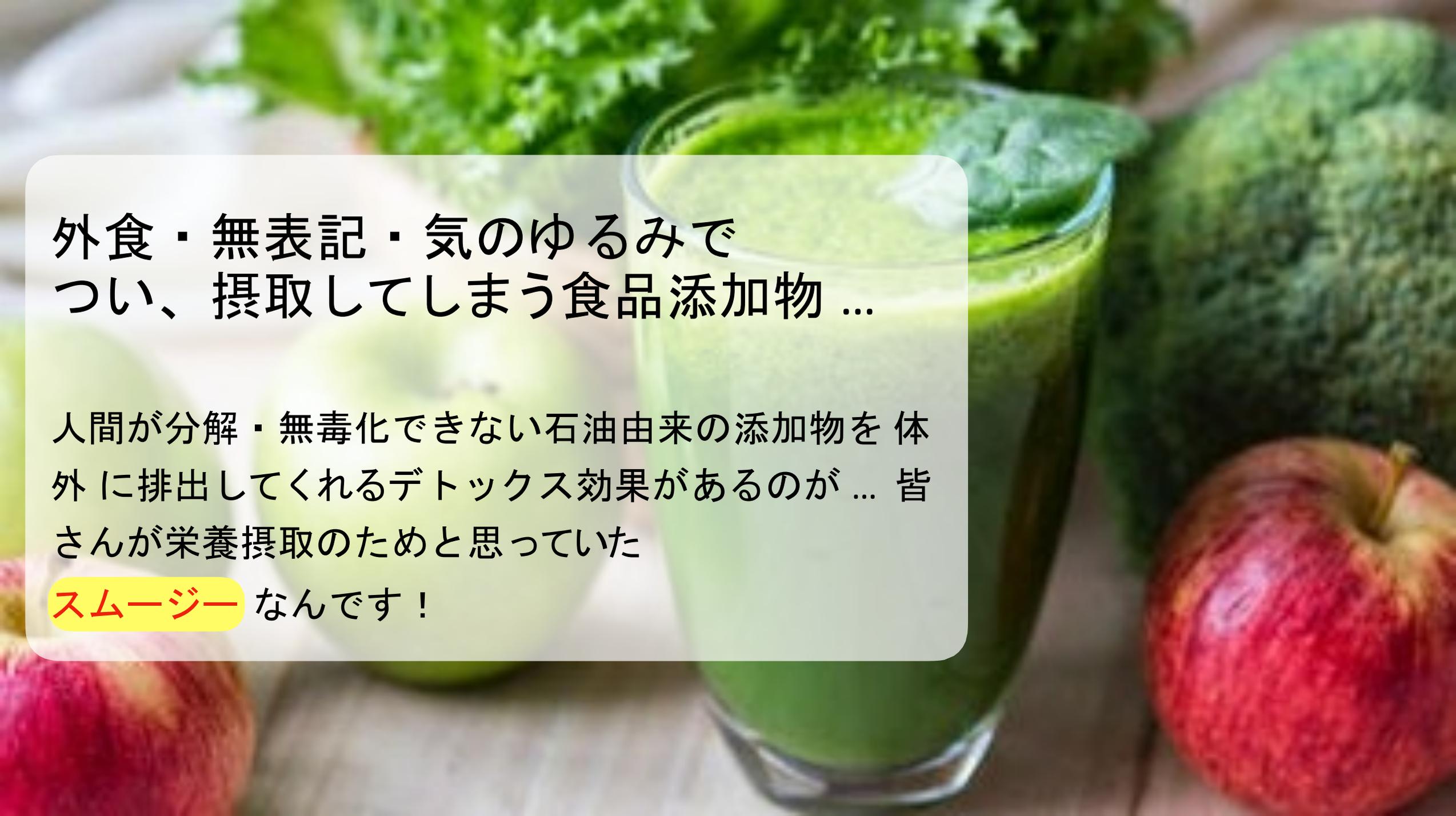
【×便利】コンビニを避ける

この3大要素を会得していきましょう。

とは言っても…

食べてしまうときありますよね？

添加物大国の日本で  
完全に防ぐのは不可能！！

A glass of vibrant green smoothie is the central focus, surrounded by fresh ingredients like spinach, broccoli, and red apples. The background is softly blurred, emphasizing the smoothie and the healthful theme.

## 外食・無表記・気のゆるみで つい、摂取してしまう食品添加物 ...

人間が分解・無毒化できない石油由来の添加物を体外に排出してくれるデトックス効果があるのが ... 皆さんが栄養摂取のためと思っていた

**スムージー** なんです！

# しかも、スムージーは 血液（ヘモグロビン）も作る！

動物には血液！ 植物には葉緑素！



真ん中に鉄 (Fe) があるのが血液、Mgがあるのが葉緑素

簡単に言えば ...

ほんと一部分の違いなので、デトックスだけでなく血液の素材としてとても優秀ということです！

ただし...

この変換にはレモン果汁が重要！

必ず、忘れないように入れてください。

# 高濃度レベルの毒性物質の ダメージはどこに？

遺伝子組み換え、薬、重金属、化学物質、食品添加物は

- 善玉腸内細菌（バクテリア）を殺し、悪玉細菌が繁殖

- 腸内環境の悪化

# 調子とは「腸子」である

調子上げることは、「腸子」を上げること！

腸子とは腸の子ども、「うんち」である。

突然に襲った病でも腸の調子上げることが改善の早道である。

腸のバランスを戻すことが最優先、食べた物を綺麗に消化することのできない腸のバランスを戻すことである。

良いものを食べても効果は半減する。

**全ての病は腸に発生し、腸の改善が急務・早道である。**