

微量元素ミネラル療法が生活習慣病に挑戦!!

ミネラル不足がもたらす病気

生活習慣病とは

生活習慣病は、食生活・運動不足・ストレス・喫煙・飲酒などの生活習慣の影響を受けて発症したり、進行したりする病気の総称です。主な生活習慣病には、ガン・脳卒中・心臓病・糖尿病・高血圧症・骨粗しょう症・アトピーなどがあり、また発症まで自覚症状がほとんどなく、一つの病気が他の病気の引き金になるのが特徴です。

近年、日本人の死亡原因の6割以上が生活習慣病であり、日頃の「予防対策」が重大なポイントであると言えます。

ミネラル名	主な欠乏症
カルシウム Ca	骨格変型、虫歯、骨粗鬆症、破傷風
鉄 Fe	貧血、脱毛症、成長障害
亜鉛 Zn	成長抑制、生殖腺機能障害、免疫力低下 精力減退、血糖値異常
マグネシウム Mg	糖尿病、動脈硬化症、不整脈
マンガン Mn	骨格変型、発育障害、糖尿病、脂肪代謝異常
銅 Cu	貧血、毛髪色素欠乏症、栄養疾患、動脈硬化症
コバルト Co	貧血、食欲減退
クロム Cr	糖尿病、高血糖症、動脈硬化症

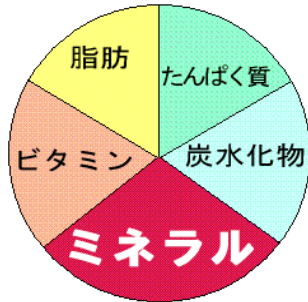
※代表的なミネラル不足についての一例です。

現代病の原因は、ミネラル不足だった!!

知らないで大変なことになる!!

微量元素(ミネラル)は人間の体内で、**合成が不可能です!**

ミネラルは、自分の体内で作ることができません。そのために、体細胞内での重要な生命・健康維持活動の際に外部から取り込めないと、体に異常が発生します。たとえ取り込むことができても摂取量が少ないと、欠乏症が起こり、さまざまな病気を引き起こしてしまいます。



微量元素(ミネラル)は...

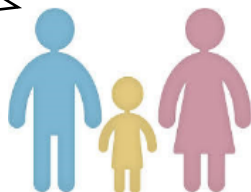
五大栄養素のうち、**ミネラル**だけは**無機質(金属類)**であり私たちの体内で**合成は不可能**です。

外から摂取する以外ありません



食べ物、水など

食べて吸収してはじめて体内で生きる。



人間も他の動物も...生物すべて

◎ミネラルとは◎

ビタミンとともに、私たちの「体に必要な金属元素」です。身体の発育、代謝、生理作用をコントロールする働きがあり、細胞のバランスを維持して神経や筋肉機能を正しく保ち、とても重要であり、健康維持に欠かせません。

今、野菜のミネラルが減っている!!

一重 要一

50年前
ミネラル豊富

現在
見かけは大きい
ミネラルは少ない

