

あすなろ新聞

B L 研 究 所
100円/1部

DXあすなろ米で健康度をあげる

現代日本人の一般的傾向

「全国の約八百の施設で人間ドックを受けた約三百一万人を対象に実施。結果を分析したところ、異常なしの「A」と、軽度異常だが心配なしの「B」の合計が約二十八万四千四百人で約95%。
異常項目をみると、高コレステロール(25.2%)が最多で・・・
つまり10人に9人が異常だったのです。

はじめて

この新聞を読まれているあなたは、これから健康維持や体調の回復を願って食生活改善にとりかかろうとしておられるところではないでしょうか。

お手元にある「DXあすなろ米」は薬のようなお米としてあなたの健康生活をサポートできると確信しています。

あなたの十五歳の頃の体重は??

現在は何kgの体重でしょうか。代謝がピークの頃の十五歳と比べていかがでしょうか。
10kgオーバーしているとしたら、その10kgとはなんなのでしょうか。脂肪でしょうか。その回答は事実でしょうか、真実ではありません。真実は「ゴミ」なのです。10kgもゴミを身体内部に詰め込んでいるわけ

すから、頭痛や腰痛や様々な体調不良があっても不思議ではないでしょうね。

なぜ、お米なのか

お米は体内にほとんどゴミを発生させません。燃やされた後残るのは水と二酸化炭素が大半なのです。非常にクリーンなエネルギーなのです。一方動物性はアンモニアをはじめ体内に有毒な物質を多く発生させます。ですから一食の比率は主食であるお米がおかずより多いことが理想なのです。

ごはんが少しかずが多い場合、おかずの質が悪いとゴミをたくさん取り入れることになり、身体は悪影響を受けやすくなります。ご飯が多いとおかずの質が少々悪くてもゴミは少なくなりませぬ。

けれど、その主食であるお米が「粕^{かす}」ではないけません。右から読めば白米です。カスである白米を食べるから身体がもたず、おかずをたくさん食べてしまうのです。

なぜ、玄米なのか

玄米はたとえればマッチ全体です。白米はマッチの軸のみです。炭水化物の塊である軸だけを食べても体内で燃やすことができません。燃やすためにはビタミンやミネラルが必要。白米ばかり食べていた昔は「脚気」が流行ったのです。そしておかずをたくさん食べてしまうのです。マッ

◆ 「DXあすなろ米」って何？
◆ 「米の精」について
◆ 「みどりのお米」ってなに

手の赤い頭は玄米の胚芽にあたります。軸を燃やすためのビタミンやミネラルがたくさんあります。つまり、玄米だけ食べても身体がもつのです。ちゃんとエネルギーに変えることができるのです。

バランス良く食べると言います

が本当のバランス食とは全体を食べることなのです。白米は部分しか食べないから生理のバランスを崩してしまうのです。したがって玄米を食べることが最善なのです。

けれど、「美味しくない、炊き方がめんどろ」などで挫折される方も多いためです。

なぜ、「DXあすなろ米」なのか

「DXあすなろ米」はなんといっても便利なのです。電気炊飯器で白米と同じ炊き方ができ、しかも美味しいのです！

これまで玄米を食べていた方も、白米を食べてきた方も「今までのごはんより美味しい！」と云われるのです。そして遅い人でも2、3日後に「食べた以上に出る」とほとんどの方が驚くのです。

「DXあすなろ米」ってどんなお米?

二種類の玄米が半々でブレンドされています。

一つは「米の精」というものでB.L.オルガ農法で栽培しています。水田に行くとい目瞭然ですが「これ稲??？」という化け物のような状態に生育しています。

有農農法で育てており「氣」という数値に出ないものが充満しています。そのせいで玄米らしくなく臭みもない上品で大変美味いお米なのです。

低農薬栽培ですが土が活性しているため

に分解が早く260種類の残留農薬検査でも無検出なのです。



一つは無農薬栽培の「活き青米」の多い「みどりのお米」です。青いお米にはギャバが多く、炭水化物は少ないですが、その他の生理活性成分が多いのです。これまでは「青いお米」は未熟米ということで二等米やクズ米として扱われていたのですが成

熟米にはない良いところがあると見直されているのです。成熟されたお米の刈り取りで残る青米は「死に青米」（濃い緑色）でいいところは少ないのですが、早く刈り取ったお米には「活き青米」（薄いきれいな青）が多いのです。

未検査米ってなに？

このお米はそれを取るために無選別を前提として栽培されているのです。

ですからこれは未検査のお米なのです。「未検査」というと良くないお米と誤解しないでほしいのです。いわゆる整粒米を選別したあとに残ったB品ではないのです。

検査とはお米の農薬や美味しさなどを検査するのではなくお米に等級をつけることなのです。

等級をつけてもらうためにする、これが検査なのです。もともとこのお米はそういう目的ではないので未検査なのです。

未検査米は日本で流通しているお米の6割あります。検査するためだけに費用がかかります。検査するだけ高いお米になるのです。

未検査だからまずい、検査米だから美味しいということはないのです。

かえって未検査米は低農薬などの利点が多いのです。（売ることとを目的にしないで自家消費のあまった分を市場に出すからです）「みどりのお米」は青年のお米です。見た目は良くなく、成熟米の半分ほどの大きさです。つまり「みどりのお米」100gを食べたとき、結果として成熟米の2倍以上の粒を食べています。青年の米の精気を2倍以上摂取しているのです。

① GABAが発芽玄米の2倍

というのは、結果として発芽玄米の2倍以上の粒を食べるからです。またGABAだけでなくその他の微量栄養素も2倍以上食べていることとなります。

② 胚芽の量は2倍以上

お米の栄養素の多くは胚芽部分にありますが、成熟米も「みどりのお米」も胚芽は同じ大きさです。違うのは「みどりのお米」の炭水化物の量が少ないだけです。これは同じ量を食べれば同等となります。しかし同じ「DXあすなろ米」100gを食べればカロリーはほぼ同じになります。その他の微量栄養素は発芽玄米の2倍以上多い塊を食べていることとなります。

③ 脂質が多い

胚芽由来の脂質です。非常に抗酸化力の強いビタミンEを多く含んでいます。ですから肌のくすみやシワが気になる方にご勧めです。食べて2ヶ月もすると乾燥肌の方はいつしか皮膚が光っていることに気が付くでしょう。また髪の毛の油分が増えてしっとりとしてきます。豊富で優良な脂質は細胞膜の材料となり、そのビタミンEが細胞膜に取り込まれ活性酸素からの害を防ぎます。

④ 繊維が多くしかも柔らかい

通常玄米の繊維と違い、非常に柔らかく白米と同じようにして炊けますし、よく水分を吸収します。便量が食べた量より多く感じられるのはこのためです。柔らかいので腸管のヒダの隅々に入り込み古便を削ぎ落とし、満遍なく腸を刺激します。これがどんなカンコな便秘でも改善する理由です。腸がすっきりして悪臭便を作らなくなると、肝臓がその腐敗ガスを解毒する労力が

なくなり肝臓も助かります。肝臓で解毒しきれなかったガスが血液中に漏れると血管の細胞もその毒素を回避して萎縮し硬くなります。そのガスが脳へゆけば頭痛の一つの原因ともなります。便秘体質は同時に頭痛持ちという人が多いわけです。

また、便秘のときにお化粧のノリがよくないことを経験された方も多いはずですが。大腸と皮膚の状態は相関関係があることは東洋医学でも述べていることです。最近は大腸ガンがすごい勢いで増えています。肉食過多と繊維不足の食生活ゆえですね。

⑤ ビタミンB群が豊富

これは胚芽中に含まれるもので、通常玄米より2倍の胚芽を食べているのです。非常に豊富です。とくにビタミンB1は炭水化物を燃やすのに必要です。白米を食べていては完全燃焼させてエネルギーを取り出せなくなるのです。スタミナはこの炭水化物のエネルギーで決定されます。決して焼肉定食ではありません。逆に白米食の過多は脚気など神経伝達に問題を起こします。栄養失調を起こさないために白米食ではおかげが増えるわけです。ですから「みどりのお米」はスタミナをつけさせてくれます。

⑥ 腎臓の動きをよくする

小水の出る量が今までと違ってくるのでよくわかります。室内犬にドッグフードと「みどりのお米」を半々にして食べさせた方が二人いらっしやいました。「おしっこが砂に沁みる程度だったのが水溜りができるくらいになった。それに、ウンチが手でつかめるくらいにしっかりした」という報告をいただきました。

また浮腫みがちの方で、食べ始めて2kg減量した方がいらっしやいました。浮腫みがなくなったそうです。面白いですね。ともかく腎臓がよく働き昼間に多量に小水が出ます。これは筆者の体験です。

⑦ GABAに注目

昔、化学調味料を食べると頭が良くなると宣伝されたことがあります。しかしグルタミン酸はGABAに代謝されないと脳に吸収されないことが分かっています。

では食べ物そのものに含まれるGABAは吸収されるかとなると、よく分かっているようです。最近では吸収されるとする研究もあるようです。けれど、無制限に吸収されるわけではなく、恐らく濃度差で吸収されるものと思われれます。脳の中で欠乏した（薄くなった）とき外来のGABAも吸収されるのかもしれない。そのときに豊富に脳の外にあれば好都合ですから、論議の真意はさておき食べないよりは食べたほうが得です。

痲痺はGABAの不足から痲痺を起すことなどもわかっています。抑制系の神経伝達物質ですから、神経の異常な興奮を抑えるのです。GABAは神経伝達物質でありますが同時に脳内の血行を高める作用もありますので、酸素が供給されます。

⑧ 鬱の予防

元甲南大学の玉利先生の研究で、このお米にはリチウムが多量に含まれていることがわかりました。リチウムは欠乏すると鬱病のリスクが高まります。毎日の主食でこのミネラルを摂取できることがよいのです。