



原子状水素(水素水) その3

「ハハハ、水で病気が治るって。バカも休みやすみ言いなさい・・・」
 「あのねえ、あなたの病気は水で治るほど簡単なものでないですよ・・・」
 「水で病気が治るぐらいなら、私たちも苦労しませんよ・・・」
 「あなた、気は確かですか。そんな嘘にだまされてはいけません・・・」
 「ところで、その治療法は厚生省が認めているんですか・・・」

この厚生省通達から述べますが、1965（昭和40）4月9日付、厚生省薬務局長より各都道府県知事に通達・第763号で「陰極液(還元水・水素水)は飲用して胃腸内異常発酵・慢性下痢・胃酸過多・制酸に有効である。陽極液(酸性水)は弱酸性のアストリンゼン(汗や皮脂の分泌を抑える化粧品)として美容に用いられる」と既に**50年前**に許可を出しています。

水道水には、体に害を及ぼす「塩素」や「トリハロメタンなどの発がん物質」、更に古い水道管から「カドニウム」が出ています。

「塩素含有量」は法律で0.1ppm以上を含むとあります。(一時、都では1.5ppm以上)。そこで、悪い菌を殺している代わりに、人間にとって大切な腸内細菌までも殺します。腸内細菌の数が減り、消化がうまくできないと悪い菌が増殖し、食べ残ったものが腐って毒が体内に回るようになります。

塩素は正確には「次亜塩素酸ナトリウム」です。これは、体内に細菌が入ると白血球は「次亜塩素酸」を生み出し殺菌します。ですから、広い意味で次亜塩素酸は**活性酸素**の一種なのです。

林光秀「現代医学の七つの大罪」1997

「沸かして飲んでいれば大丈夫」か？という、実は沸かすと発がん物質などがむしろ**3倍**に増えるのです。そこで、「水素水生成器」の多くは浄水作用も搭載され塩素を除去し、さらに抗菌作用も装備され、水素水が生成できるものが出ています(日本トリム社)。

ヒトの身体の水分は70%が水であるのですから、食べ物以上に気を使うべきなのです。良い水を飲むことで病気や老化が予防し、健康的な生活が送れることを考えれば決して高い投資ではないはずです。

そこで、水素水を一日600ml以上は飲むようにして下さい。例として、

- ① **まず朝一番**は、口内細菌が最も繁殖しているののでうがいをする。ココナツオイルを大匙1杯を口に含み**ぶくぶく**とオイルプリング15分間をしてから500ml飲む。
- ② **昼食と夕食の1時間前**に200~500ml。
- ③ **入浴前後**に飲む。

水はゆっくり飲むというのが基本です。「健診 Style 2007」

