

地球♪ミネラル♪に感謝

エフ通信

《地球に自然を人々に愛と健康を》



2021年5月号

松本圭一WEX様 通称まっちゃん~から頂いた資料です！！
今回は水道水の危険性についての資料を頂きました！
今、なぜ？エコウォーターが必要かの理解を深めましょう！！



何気なく毎日飲んでいる「水道水」ですが、この水は本当に安全なのでしょう。私は「水道水」にはいくつかの問題があると思っています。そんな馬鹿なと思われるかも知れませんが、昔と比べて川の水が汚れてきているように、「水道水」も変化してきています。

まず、現在の日本の水道法水質基準を見ますと、一般細菌にはじまり、濁度まで47項目の検査項目があります。原水には、大腸菌などの細菌や不純物、有害ミネラル、発ガン性物質など、さまざまなものが入っています。

それらのある一定の基準を設けて規制しているものが、水道法水質基準試験です。確かに多くの項目のように思いますが、日本のように周りが海で囲まれたところは大丈夫ですが、アメリカやヨーロッパなどはとても水質基準は更に厳しいのです。

今でこそ、局所的には戦乱が続いていますが、その昔は、いつ敵国が川に毒を混ぜてくるか分からないという時代もありました。また、現在でも、川下の国は、川上の国が出す汚染物質にいつ犯されるか分かりません。

ですから、自然と「水」というものに対しては厳しい目が向けられます。ちなみに、日本の有害成分の検査項目47に対して、アメリカは「363」、農薬4に対して「82」、発ガン性物質7に対して「53」と、その検査項目数の違いは歴然です。

そして、一番恐ろしいのが「塩素」基準の甘さというより「恐さ」です。日本の水道水では原水中に含まれる病原菌を殺菌するために「塩素」を使います。その基準は各家庭の蛇口における塩素濃度は「0.1PPM」以上と決まっています。





0.1 PPMと言っても、「ピン」とこないかも知れませんが、つまり下限があって上限がない、「どれだけ入れても合法ですよ」と言っているようなものなのです。これはとても恐いことです。

塩素は確かに殺菌もしますが、ビタミンB群を破壊し、皮膚であれば肌荒れの原因にもなります。台所で使われるキッチン○ハイターなども塩素を使っており、手につけば、手がヌルヌルします。あれは皮膚の表面の細胞が塩素によって破壊されているからです。

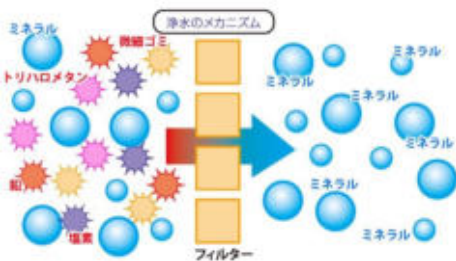
ですから、アトピーなどの疾患に罹っている方は、一番風呂やシャワー、プールなどは注意が必要です。

世界の「塩素」に対する動き、認識は日本とは反対で、スイスでは、0.1 PPM以下、フランスでは、浄水場では0.1 PPMですが、蛇口では0、ドイツは塩素使用禁止です。

今、アメリカが世界各地へ軍隊を派兵していますが、アメリカ軍の野戦基準が0.4 PPMです。ちなみに大阪はと言うと、0.7~1 PPMと非常に高濃度の塩素であることが分かります。

塩素は、0.5 PPMでコレラ、赤痢などの細菌を99%殺菌します。しかし、私たちの腸内には100兆個の微生物が存在し、その中には善玉菌と呼ばれ、人間に有用な働きをしてくれるものもあります。

ですから、「水道水」に含まれる塩素はそれら善玉菌も殺してしまいます。また、1 PPM以上では、細胞膜、毛髪、肌、しわなどの異常が表われてくるそうです。



ですから、出来るだけ「塩素」の入った水道水は避けて、炭を使ってる過したり、浄水器などを利用していく必要があると思います。

水は人の命です。どんな健康な方も「水」がなくなれば生きてはいけません。いいお水を飲みたいものです。

📍 飲み水にこだわることこそ健康長寿の秘訣

日本では水道の蛇口をひねれば止まることなく水があふれ出ます。

お水にこだわる人が増えてきましたが、水道水の危険性に気づいていない人も多いと思います。

健康を考えた時、多くの人はずまず食事を改めます。しかし、今飲んでいるお水が、体によくないお水だとしたら効果は半減してしまいます。

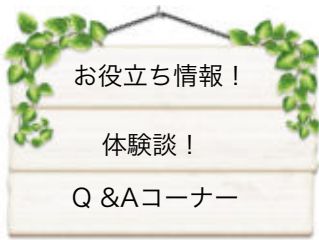
反対に、体にいいお水を飲んでいけば、体はよみがえり、生き生きとしてきます。

体にいいお水を飲むことで予防できる病気は、

- *脳梗塞、*心筋梗塞、*がん、
- *糖尿病、

*肥満などの生活習慣病から、うつ病に至るまで、たくさんあります。





お役立ち情報!

体験談!

Q & Aコーナー

他グループ様より

いちご(いちご)狩りにお誘い頂け、...無農薬ではなかったの一瞬食べ放題に躊躇しましたが

こんな時こそ👍

水筒に機能水を持ち(水筒)頂いたカップに入れながら

漬けながら気持ちよたくさん頂きました🍓🍌🍓 ECOでこんな事が出来るなんて👍

安心安全幸せのいちご狩でしたあ🍓🍓🍓



学校でホウセンカを育てていました。周りの子は猛暑で枯れました。我が家はサーバー水で元気！一泊二日で旅行に行ったらクタクタに！でも！サーバー水で元気になりました！

以前の投稿をもう一度👍

金沢のECO WATER愛用者様の小2の息子さんの夏休みの宿題です。

ミネラル水は、ECOのサーバー水です💧

👍 他グループ様より

うちの息子のほうせんか、夏休み前までは元気なくて、お花も咲いてなかったのですが、

この夏の猛暑にも負けずにしっかりお花が咲いて、超元気ですよ～😊

💖 夏休み前までは小学校で育てていたんです。周りの子たちみんな枯れてしまったそうです😭

自宅では40日くらい、毎日サーバー水あげてました😊

でも1泊2日で旅行に出かけて帰ってきたら、萎れてどうしようかと思いましたが、サーバー水あげたら、すぐに元どおりになりました！

コロナの影響で、外食が減り、お惣菜や、お弁当を買ってくる人が増えていきますね。

添加物とミネラルについて動画にしてみました。

1年4か月経ったパンは？マクドナルドのポテトは本当に腐らない？

<https://youtu.be/yNp2ZHDXzwc>

添加物の取りすぎは免疫力を下げてしまいます。

そして、中戸川先生は、添加物より、ミネラル不足が怖い！！とおっしゃっています。

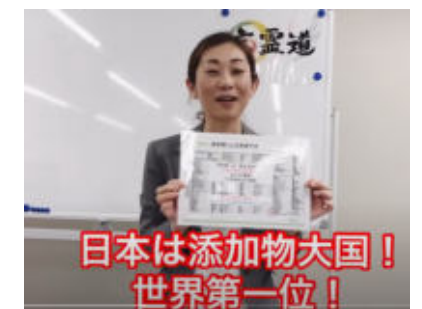
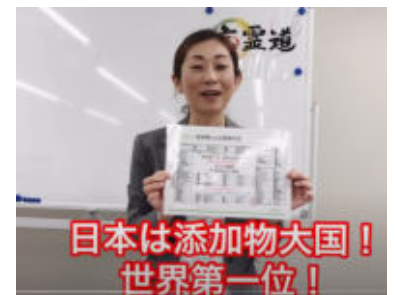
添加物を取ってしまうのは仕方ない世の中。その分、しっかりとミネラルを取って、免疫力を上げておきましょうね！

添加物いっぱいの食事をしている方は、食べる前にシュッシュ。機能水も飲んでおきましょう(roger)

中戸川貢先生

「現代の食事はミネラル不足～新型栄養失調」

<https://m.youtube.com/watch?v=S-Jr8tP-6Lo>

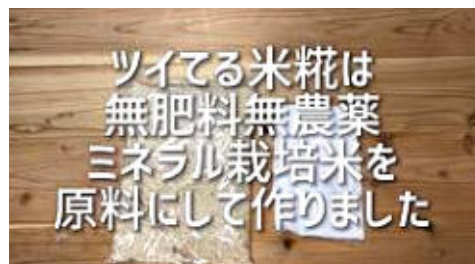
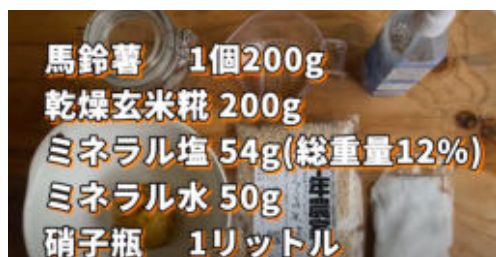


ポテト味噌の動画を三重県で農家をしているめぐみの里さんが作ってくれました😊

ジャガイモで味噌ができるんですね 😊

関東のリーダーさんもジャガイモでお味噌を仕込んでいらっしゃいましたよ 😊😊

<https://youtu.be/assjcoJhjfc>



ミネラルの定期配送のサイズ変更をされたい方は、ポタポタクラブログインサイトから簡単にお手続きができます。ノートにやり方を入れておきました。

パスワードがわからない方でも、IDが分かればログインできます。IDもわからない方は、定期配送の伝票か、ご紹介代理店にご確認下さい。

商品がもらえる、マイルポイントの確認な、マイル交換もできます 😊



Q & A

ご質問があったので共有させていただきます。

Q 定期配送をお休みしても フィルターは送っていただけますか？

A 定期配送をお休みすると、フィルターをもらえるフィルポイントはなくなってしまいます。

36フィル貯まるとフィルターが無料で送られてきます。フィルポイントも、マイルポイントも250mlで2P 500ml、1ℓで3Pです。

マイルポイントは定期配送を止めてもなくなりません。

質問してもいいでしょうか？

Q たくたの、野菜にサーバー水+LEのなかに入れてジャッキーんとするのは、どういう作用で元気になるのですか？

@ちかさん

A なんででしょうね 🙏🙏

根拠は私は知らないのですが、6月の森田顧問講演会で聞いてみますね。ミネラルの不思議ってまだまだ沢山ありますので、いろんな発見があります

水溶性のビタミンが溶け出すので、漬ける時は、葉物野菜は短時間にして下さいね。

1ℓのお水に、ミネラルを5ml入れた濃いめのミネラルに漬けて下さい。

漬ける時間は決まりはないので皆さんそれぞれです。私は、葉物野菜はサッと漬ける～10分くらいにしています。

@黒崎 千佳子さん、ありがとうございます😊

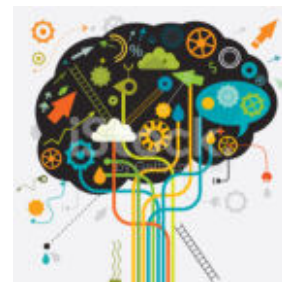
いつも、参考にさせて頂いてます！！ビタミンが溶け出すから短時間に、守ります！！分量も！

ふと、どんな作用で元気になったんだろう🤔と疑問に感じました！！

今一度！ミネラルのこと もっと知ろうよ！

脳の発達と活動にミネラル欠かせない！

発達障害の様々な特徴は、脳機能の不全が原因だといわれています。特に脳の離れた部位を連携する長い軸索の結合が不安定になっていたり、さらには脳の情報伝達の要となる神経伝達物質が足りていないことが、発達障害特有の特徴をつくりだしているという説が有力です。



そこで脳の栄養面で問題となるのが、ミネラル不足です。

ミネラルは脳の神経伝達物質を作り出すためにとても重要な役割を担っています。神経伝達物質には、セロトニンやドーパミンなどと呼ばれるものがありますが、いずれも興奮や意欲や平穏さなど人間の内に様々な感情を生み出すもとになります。

つまり、神経伝達物質によって人間の心はバランスを保っているわけです。ということは、

神経伝達物質をつくりだすのに必要なミネラルは、人間の心を支える栄養素ともいえるわけです。



実際に発達障害のない人でもカルシウムやマグネシウムの摂取が不足すると、イライラしたり、睡眠障害になりやすいことはよく知られています。カルシウムやマグネシウムは天然の精神安定剤ともえるミネラルなのです。他にも亜鉛が不足すると、不安感やイライラが増し、味覚障害による偏食が起きやすいようです。さらに鉄、マンガン、銅などのミネラルも脳の働きに不可欠なミネラルです。

しかし、発達障害の方は感覚過敏を持っている場合が多いので、これらのミネラルを大量に消費しやすく、そのために、いつも脳の燃料不足になりやすいのです。

ミネラルは普通のサプリメントと違う！

「私たちの体には、72種類以上のミネラルが必要である。どんな病気も、すべて例外なくミネラル不足に帰する」

ライナス・ポーリング博士 (Linus Carl Pauling) アメリカ合衆国の量子化学者、生化学者。20世紀における最も重要な化学者として広く認められている。量子力学を化学に応用した先駆者。化学結合の本性を記述した業績により1954年にノーベル化学賞を受賞した。1962年、地上核実験に対する反対運動の業績によりノーベル平和賞を受賞した。ポーリングは他の人物と共有せずにノーベル賞を2度受賞した唯一の人物である。

後年、大量のビタミンCや他の栄養素を摂取する健康法を提唱した。あのアインシュタイン博士からは「真の天才」と呼ばれ、アメリカにおいては、「20世紀における最も重要な化学者」と高く評価されています。

満93歳という長寿を全うされました。**20世紀はビタミンの時代。21世紀はミネラルの時代！**これまで、ミネラルが微量ゆえに測定が困難でしたが、測定技術の進歩によりその重要性や働きが明らかになる中で「ライナス・ポーリング博士」や「ミネラル」が今最もスポットライトを浴びています。ミネラルは、私たちが快適かつ健全な生活を送るうえで必要不可欠な栄養素なんです。

2021年5月 Club Eco Water からのお知らせ

業務連絡

①2021年8月頃より

- ・ライフエッセンスに付属の軽量キャップが廃止になり、新たな軽量カップ×1個を新規サーバーに同梱致します！
- ・新たな軽量カップを販促品でも発売予定です！



HAKATA Salon information

博多サロンのご案内



サブルーム

20名様ほどご利用いただけるスペースです！ 醸酵ドリンク教室等も開催して頂けます！（必要な備品の貸出しOK）



メインルーム

50名様ほどご利用できセミナー開催に大変人気です。プロジェクター、マイク等の機器もご準備あり！

オールルーム (メインサブ)

オールルームでは100名収容できミーティング、セミナー、イベント等にご利用いただけます。



フロントロビー

セミナールーム以外でも広々としたスペースでお寛ぎいただけます。代理店様同士での打ち合わせやミーティング、プレゼンテーションなどご活用頂いております。



ドリンクコーナー

醸酵ドリンクの試飲、コーヒーのサービスもごございます。
※コーヒーは有料

醸酵ドリンク コーナー

全ての商品、販促品、サービス品のご購入も可能！スタッフ作成の醸酵ドリンクもごございます。



スタッフ一同、皆様のご来店を心よりお待ちしております。

■地下鉄空港線 祇園駅5番出口から徒歩1分
■地下鉄空港線 博多駅博多口から徒歩6分



春キャベツのお好み焼き風

材料・2人分

- ・春キャベツ（7～8ミリ幅の細切り）
：100グラム
- ・鶏胸肉：50グラム
- ・武石さんの塩麴：小さじ2
- ・サラダ油：小さじ2
- ・塩：少々
- ・卵：3コ
- ・削り節：4グラム
- ・ピザ用チーズ：20グラム

A

- ・お好み焼きソース適量
- ・マヨネーズ適量

作り方

- 1) 鶏胸肉は塊のままビニール袋に入れ武石さんの塩麴を入れて良く揉み1時間ほど置く。1時間後に鶏肉を取り出し、洗い水気をよく拭き千切りにする。
- 2) 直径20センチのフライパンにサラダ油（小さじを中火で熱し、①を炒めてほぐす。キャベツを加え、ふたをして約2分間、蒸し焼きにする。
- 3) ボウルに卵を溶きほぐし、（2）と削り節を加えてよく混ぜる。
- 4) フライパンをサッと拭き、サラダ油（小さじ1）を中火で熱し、（3）を流し入れる。全体が半熟に固まるまで大きく混ぜる。
- 5) ピザ用チーズを散らしてふたをし、底が固まるまで30秒間ほど焼く。
- 6) フライパンの縁にゴムべらを入れてはがしたら、皿に盛り、Aをかける。



ポタ子さん家のたこの唐揚げ

材料

- ・タコ（刺身用）：200g

調味料

- ・鮎だしめんつゆ：大さじ1/2
- ・酒：大さじ1/2
- ・豆板醤：大さじ1/2



作り方

- 1) タコを一口大に切るり、ビニール袋にタコと酒大さじ1/2、鮎だしめんつゆ大さじ1/2、豆板醤大さじ1/2を入れたら、よく揉み込んで、冷蔵庫で20分なじませる。
- 2) ビニール袋に片栗粉大さじ3と1/2を入れて、全体に片栗粉をまぶす。
- 3) 180度の油で、揚げ色がつくまで2～3分揚げる、器に盛る。



中村さん家のシャケのスイートマスタード

作り方

- 1) 甘鮭1切、玉ねぎ1/2個をそれぞれサーバー水に15分つけ、水気をきり、玉ねぎを薄切りにする。
- 2) 調味液を作ります。粒マスタード大さじ1、ミネラル醗酵ドリンク大さじ1/2、オリーブオイル大さじ1/2を入れ、混ぜ合わせる
- 3) アルミホイルに玉ねぎを敷き、甘鮭をその上に乗せ、調味液をかけ、アルミホイルを閉じ、トースターで約15分焼く。
- 4) アルミホイルを開け、甘鮭に焼き色がつくまでトースターで焼き、器に盛って、完成です。

材料

- ・甘鮭：1切
- ・玉ねぎ：1/2個

調味料

- ・ミネラル醗酵ドリンク：大さじ1/2
（今回はりんごを使用）
- ・粒マスタード：大さじ1
- ・オリーブオイル：大さじ1/2

記載しませんが、全ての食材は、サーバー水に「口を少し加えて数分つけて使うのが基本です。

稲葉WEX様から皆様へのメッセージ



みなさま、こんにちは(^^)日々、お疲れさまです♪

山梨市の古民家に引っ越し、ちょうど1年が経ちました。いつも思いますが、1年って、早いですね！

古民家の片付けから始まり、手を入れ、友人、知人に手伝ってもらいながら、イメージには近付いています♪

また、地域の方々にも支えられ、様々なことを新たに経験できて、ここに住まわせて頂いて、本当に良かったと思います(^^)

もちろん、たくさんのメンバーさんからの繋がりで、新しいメンバーさんが増えていますが、最近には特に「grow-e」をはじめとする、農業に繋がっています♪

私も、この4月から、2反の畑をお借りして、ミネラル栽培を肌で感じられるようにチャレンジしています♪
エコウォーターでのセミナーでは、新たに「分析データ集」の解説をさせて頂き、より多くのメンバーさんに、分析データ集の、ココが凄い！をお伝えさせて頂いております(^^)

世の中には、たくさん良い物が有りますが、体の基幹に絶対的に必要である「ミネラル」そして、このミネラルは、表立って主張せず、いつも土台として支えて頂いているもの。

空気（酸素） 水（ミネラル） 食料（エネルギー）

この先に、サプリメントやお化粧品が有るとすれば、多くの方々が、より健康的に過ごせるために、まずは、私たちがお伝え出来る「ミネラル」をお伝えしてみましよう(^^)

📣 Growからのお知らせ 📣



5月より!! 💎 Newネックレス限定発売 💎

大人気のネックレスに新しく2種類が登場👉 NEWデザインで、ゴールドチェーンとの相性も抜群👍

◆ 《星タイプ/クリア》真ん中に星マークが付いた可愛いデザイン🌟

◆ 《ボブタイプ/クリア》王冠をキュッと細くしたキュートなデザイン🌟

今回どちらもお試しで🌈 100個ずつの限定発売🌈

● 価格は1個 1,200円 もちろんエクストラ原液入り! 売り切れ次第の終了となりますのでお早めに👍 <http://ecowater.cart.fc2.com/ca2/120/p-r/s/>



原液EXTRA入り ペンダント

全12種の可愛い香水瓶



カラフルな

白 水色 レッド ネイビー
グリーン ピンク

の6色を取り揃えています🎵

このエコ通信は、グループの方への通信です。無断転載は堅くお断りいたします。

〒950-1455
新潟市南区新飯田2715-3
鳥辺雪枝 発行