

より自分らしく歳を重ねるために

岡田のぶあき(心)通信

令和7年
12月号



いつもありがとう

ございます(心)

令和7年、初めての年がもうすぐ
終わります。この冬は寒くなりそうな

気がしますのでお身体に気を付けてください。

さて、医療費が急激に増えた第二弾として
お伝えしています。

WHO(世界保健機関)の基準として 1日に小エビ6杯の
お砂糖となっています。それでは日本で摂取されて
いるお砂糖の 1日平均の量は小エビ17杯弱です。

月にすると約2kgに相当する糖を摂取しています。

これはお砂糖に限らず、ブドウ糖、液糖も含め摂り

すぎると、まず中毒になり、麻薬よりタバコより強く

簡単には辞められません。そして糖は身体が冷たい

腸内バランスを崩します。その結果、皮フを含めて

免疫機能が低下して、ミトコンドリアが壊れていきます。

缶の飲み物・外食・果物も含め摂りすぎにならない
ようご注意ください。

TQでアチ社会貢献

発行責任者：いい値本舗 岡田宣明 (TQに詳しいディープな健康オタク)

<https://www.iine-honpo.com> 住所：東京都北区赤羽台3-24-7

電話：03-5843-8482 Mail：info@iine-honpo.com

バックナンバー



アチエイジング
 リバースエイジングと何と
 何を食ると良いとか
 何を食ると良くない等
 よく聞きますか？ 前回も
 お伝えした様に笑顔は
 アチエイジングに効果があり
 ます。そして日頃、使っている
 言葉も大きく影響します。
 何故なら私たち人間は思考
 する際には必ず言葉を使い
 考えるからです。良い言葉は良い
 思考を作り良くなく言葉は良く
 ない思考を作ります。もし仮に
 良い言葉を発するとそれに合っ
 せた思考が出来ます。

息 発 酵 ？
 先日、事務所ビルの外装工事
 に来た方が急に鼻血を出し
 本人もびっくりしていました。
 関東でも放射線量の多い
 地域もあるので注意が必要
 ですが目に見えないので避けら
 るのは簡単ではありません。
 さて、放射能と菌について
 お味噌を使った実験が
 あります。あのチエルアグリ
 でもお味噌を取り入れました。
 1300年以上前から食べられ
 てきた大豆を発酵させた
 お味噌にはとても強い
 パワーを秘めています。

体験談

<TQヒオ> H2L男性
 30年も痔に悩まされて
 いました。なんと僅か
 3ヶ月で治りました。医者
 では治りませんでした。
 腸内細菌は凄いです。

{ TQを使い始めた方々へ }
 { 体験を募集しています }
 { あなたの体験を教えてください }

めんげん反応・好転反応
 今から5年前の2014年12月に
 消費者庁より健康商品等の
 使用で具合が良くない際には
 一旦使用を中止するよう注意
 喚起が行われる様に変更
 されました。理由としては
 サプリメントは薬ではないとの
 理由です。これより公に
 伝えられなくなりました。