

緑のお話

慢性病患者の人の血液は、一様にカルシウムが減少しており重症者ほど少なくなっていると言われています。故金子卯時雨(かねこうじう)医博は、様々な病人の日頃の食べ物を調査し、ほとんどの病人は野菜の食べ方が非常に少なく、特に緑の野菜が少ないことを知っていましたので慢性病と野菜の関係を研究しました。



金子医博は種々の野菜の細胞壁を破り、その細胞原形質液を取り出す技術(特許)を持っていました。そして、この細胞原形質液は動物に対して極めて吸収が良いことも分かっていました。



そこで、細胞質液を人や動物に含ませ、血中のカルシウムイオンの量を測定しました。その結果、カルシウムイオンが増えるのは野菜では緑の葉の部分で、白菜や茎や根や果物の細胞質液ではありませんでした。

また、カルシウムイオンが最も多くなる植物は、竹、笹、稲、麦などイネ科の植物の緑の生葉を使ったものでした。

このことから、健康になるためにもっと食べるべき野菜は、茎や根や果物以上に緑の野菜の葉であることが分かります。



私達にとって野菜は必ずしも消化の良いものではありません。牛や馬と違い、人は植物の細胞壁を消化する酵素(こうそ)を持っていません。人が植物成分を取り入れるには、細胞壁を歯で噛みつぶす他に方法ははありません。

この噛むことに関して栄養学者の故川島四郎先生は、野菜を生で口にして食べた場合には70回噛んでも約10%、火を通して食べても約50%程しか細胞壁が破れず消化吸収できなかったと、自分で試して報告しておられます。そこで賢い食べ方は、煮潰しお浸して食べるのが良いとされています。



まずは、緑の葉野菜をしっかり食べましょう。



どうしても緑の葉野菜が不足する場合は、市販のクマザサ細胞質液の医薬品ツルガ薬局の「サンクロン」の服用をお勧め致します。