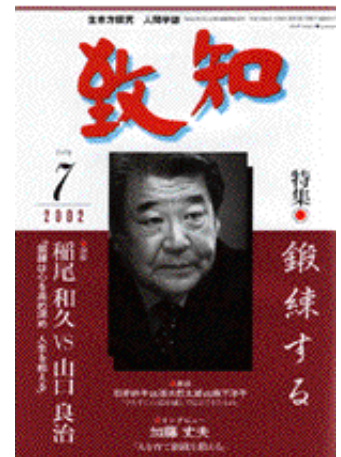




越山雅代「日本を元気にする運動」創始者

こしやま・まさよ 北海道生まれ。上智大学卒業後、スーツケース1個でアメリカに渡り、若くして企業家として成功する。木材輸出業、不動産業、出版業を手がけるかたわら、栄養補助食品の販売を始め、3か月目にして全米一の売り上げになる。「シカゴで最も傑出した女性百人」に選ばれた唯一の日本人女性。



## インタビュー・第一線で活躍する女性

### 日本女性が元気になれば日本は変わる 目指すは日本健康大革命

#### アメリカンドリームを求めて

--- 越山さんは二十代で渡米し、若くして起業家として成功され、現在はアメリカと日本を行き来しながら「日本を元気にする運動」を展開されていますが、そもそもなぜアメリカへ？

越山 小さいときからアメリカに行きたかったから。それだけの話です。で、学生時代から一所懸命に働いて自分でお金を貯め、スーツケース一つ持って、一旗揚げてアメリカンドリームを達成しようと、右も左もわからないアメリカへ行ったんです。そのときの自分にあったのは、無知の力と可能性へのかすかな希望だけ。

ついでに弟も一緒に連れて行きました。弟は日本の大学受験に三浪し、おまけに原因不明の脾臓(すいぞう)病を患っていました。あの当時の家族、そして姉の私の悲しみ、落胆、不安、絶望感はいまでも忘れられません。でも、人生はどんなことが待ち受けているかわからないから、と一緒に連れて行ったのです。

でも弟はアメリカに着いた途端、病気になっている暇はないとばかりにすっかり元気になりました。英語学校から始めて、ハーバード大学の大学院まで卒業し、いまは建築家として活躍しています。この弟のことが、現在の「日本を元気にする運動」の大本にあるんです。

#### 健全な肉体に健全な精神が宿る

--- それはどういうことですか。

越山 アメリカで様々な出会いを得て、私は起業家として成功しますが、弟だけでなく、私自身も小さいときから体が弱かったんです。できる限りのことは何でもやりましたが、いつも調子が悪かった。そんな私に、五年半くらい前に画期的な転機が訪れました。あるパーティーで、ハーブの栄養補助食品に出合ったのです。

パーティーには百人くらいの方が出席していましたが、たった一人、好奇心の塊の私だけが興味を持ちました。最初は意志が弱くてダイエットができない主人と、従業員を実験台にすることにしました。すると驚いたことに、それまでの生活を変えずに、特別な運動もせず、その錠剤を飲むだけで、みんな健康的にやせておまけに元気いっぱいになったんです。

私自身もアレルギーや頭痛、肩こり、慢性疲労、腰痛などが三週間くらいですっかり消えてしまいました。驚きと感動で友人や日本の家族に言いまくりました。何しろマシンガン雅代と異名をとるくらいですから、三か月目には全米一の売り上げになったんです。

なぜこんなに効くのか、不思議でたまらなかった私は、いろいろ勉強してみました。そしてわかったことは、私たちの健康問題の根底の原因は、栄養不足と体に蓄積した毒物なのだとということでした。

- - - 栄養不足と毒物ですか。

越山 ええ、本来人間には自然治癒力が備わっています。それが、栄養不足と毒物の蓄積でうまく機能しなくなったために、アトピーやアレルギーをはじめとする様々な症状を引き起こすのです。飽食の時代に栄養不足といってもぴんとこないと思いますが、多くの方はカロリーと栄養を混同しています。これはまったく違うものなんです。カロリーはエネルギー源ですが、栄養は体をつくったり、体が正常に機能するのに必要なものです。

先ほどハーブの栄養補助食品といいましたが、日本ではハーブというと何か特殊な薬草のように思いますが、この地球上のすべての植物がハーブなんです。ミカンもリンゴもすべての野菜、シナモン、海藻までハーブです。現在の食生活では、こういった栄養のあるものが不足しがちなのです。

- - - 毒物というのは何ですか。

越山 食品添加物や、歯の治療に使われるアマルガムです。恐ろしいことに、保険治療で使われるアマルガムの約50%が水銀なんです。詰めた後より歯の治療中に多く体内に入ります。ですから歯の治療を受けた後に具合が悪くなる人が多いですね。

また、海や川が有害な金属や化学物質で汚染されていますから、そのなかで育った魚にも毒物は蓄積されています。肉や卵も抗生物質漬けです。自然のものは体にとどまらずに排泄(はいせつ)されますが、化学合成のものは肝臓をはじめ、体中に蓄積されてしまうんです。ハーブには栄養補強だけでなく、解毒の作用もあるんです。また、ハーブには酵素がたくさん含まれており、消化吸収と排泄を助け、毒の溜った宿便を排泄し、新陳代謝に大きく影響しています。

現代人がみんな半病人のような状態なのは、こういった栄養不足と毒物の蓄積が原因だということがわかって、私は日本人にもこのことを知らせ、元気になってほしいと思いました。なぜなら私には弟で悩んだ経験があるからです。もしあのとときあのまま弟が日本にいたら、社会のルールからはみ出し、日本社会では駄目な人間という烙印(らくいん)を押されて隅に追いやられ、本当の素晴らしい才能を出し切れずに、遠慮しながら生きていったと思うんです。

日本には何の資源もない。あるのは人間だけです。その人間が元気も覇気もなく生き生きとして生きていない。本来優秀なのに、やる気はあるのに、不健康であるために能力を発揮できていない。これは個人にとっても社会にとっても大変な損失であると思います。体の調子が悪いと、精神まで病んでしまいます。健全な肉体に健全な精神が宿るというのは、本当なんです。私にああいう弟がいたということは、絶対に何か意味があるとずっと思っていました。

## 素直な心がすべてを変える

- - - そういった思いが「日本を元気にする運動」に結実していくんですね。

越山 はい。特に女性に元気になってほしいと思っています。お母さんが正しい知識を持って心も体も元気になるれば、子どもに直接影響しますから。女性が変われば、将来の日本を変えることができるんです。女性は更年期障害のときなんかでも自分を責めて悶々(もんもん)としていますが、一人で抱え込むことはないんです。更年期障害や、最近問題になってきている生理前症候群などもハーブが効くんですよ。私たちの運動は、私の講演を聴いていただいて、最先端の健康情報を知っていただくことから始まります。しかし、理解できたが具体的にはどうしたらいいのか、という多くの人たちの現実問題にお役に立てるよう、アメリカで私たちが助けられた真の健康法や天然素材の商品なども必要に応じてご紹介しております。健康情報に関してはアメリカのほうが進んでいますから、そういった関係の本もどんどん翻訳して紹介していきたいと考えています。草の根で市民フォーラムのようなものを、海外からの研究者、教育者を招いて開催していく予定もあります。

既に「在米日本女性から始まった日本を元気にする運動」主催のセミナーを全国何か所かで行いました。「まったく知らなかった健康への発想。ほとんど100%、いままで知らなかったことばかり」と本当に喜ばれています。

- - - 越山さんから日本女性へ伝えたいメッセージは何ですか。

越山 体の不調を治すためには、素直であることが大切です。素直に心の底から元気になりたいと願っていない人は絶対に良くなりません。口では良くなりたいたいと言っている、心の奥深くでは、周りを責める気持ちがあったり、いつも犠牲者でいたい、自分で自分の人生に責任を持ちたくない、あるいはずっと自責の念を持っていたいと思っている人が案外多いんです。心の底で、頑固に変えたくないと思っている人の場合は誰も何もできないんです。

すべての日本女性が素直になって、最高の自分を生きてほしいというのが私の願いです。