

「記事目次」

- 賢く日光を浴びて、健康になろう
- 「エゴスキュー・ジャパン」誕生!
- 製品紹介: ネオスプリング
- 3・4月 雅代メソッド、エゴスキュー・個人セラピー/出版記念講演
- ネオソース: 突然人生を好転させてくれたサプリメント
- 雅代さんのお母様、北海道最高齢で、皆勤賞にて高校をご卒業!
- 越山雅代の「ペインフリー」日本語訳・監修版、いよいよ発売!
- ショッピング・ポイントを賢く活用し、無料で製品をゲットしよう!

## 賢く日光を浴びて、健康になろう The Healing Power of the Sun

現在アメリカでは、ガンは心臓病を抜いて、死亡原因のトップになっています。ガンが増えている理由の一つは、太陽の光に対する誤った考え方です。

あなたは、「紫外線は悪いもの」「できるだけ太陽の光は、浴びないようにしよう」と思っていますか？確かに、大量の紫外線を長時間浴びると、皮膚の老化や DNA へのダメージ、皮膚ガンが起きる可能性があります。しかし、日光に含まれる程度の微量な紫外線は「命を支える栄養素」として、大切な役割を果たしているということが、最近の研究で明らかになりました。

朝の清々しい太陽の光を浴びたら、体の芯から力が湧きあがってきた、そんな経験はありませんか？太陽の光は、植物の光合成を助け、生命体を支えています。暖かさや光を与え、生態リズムの調整や血行・新陳代謝の促進を行うなど、多くの恩恵をもたらしているのです。

中でも、太陽の光から得られる利点の一つに、ガンのリスクを下げる働きがあげられます。私たちの体内では、紫外線 B 波 (UVB) を受けると、強力な抗ガン作用のあるビタミンDが生成されるからです。

アメリカの様々な大学・研究機関の発表では、

- もっと日光を浴び、食事改善やサプリメント摂取を通じ、ビタミンDのレベルを上げることで、女性にみられる全種類のガンのリスクを77%、乳ガンで50%、大腸ガンでは65%以上も下げることができた。
- 皮膚の色に応じ、1日20分～80分程度、太陽の光を浴びた場合、男女とも、16種類ものガンの発生率を減少させることができた。

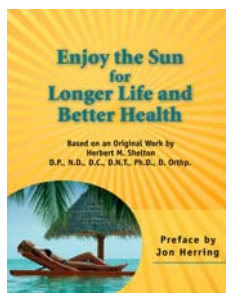


- 体内のビタミンDのレベルが低いと、ガンになる危険性が高まる。
- ビタミンDのレベルを上げると、男性のガンによる死亡率が29%低下し、消化器(咽頭、胃、大腸など)のガン発生率を43%減少させ、これらのガンによる死亡率を45%も減少させた。

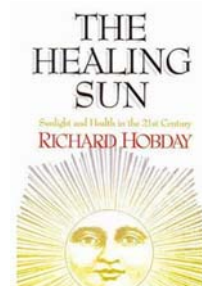
と報告されています。

つまり、私たちは賢く適度に太陽の光を浴びることで、ガンになる危険性を大きく減らすことができるのです。日本人の場合、体が必要とするビタミンDは、1日20分程度の日光浴で十分に得られます。日焼けするまで太陽に当たる必要はありませんが、まずは戸外に出て、太陽の光を気持ち良く浴びましょう!

重要なことは、間違った情報にとらわれ、本来受けられるはずの恩恵を、みずから遮断しない事。そして、与えられた情報を全て鵜呑みにするのではなく、自分自身で確かめ、賢く取捨選択することです。その上で、自分でできることを、どんどん実践することが、真の健康や幸福への大きな鍵となるのです。



Jon Herring 著  
ETR 版  
eBook(電子ブック)のみ。



Richard Hobday 著  
Findhorn Press 出版  
ISBN-10: 1899171975

## 「エゴスキュー・ジャパン」誕生！ Egoscue Opening in Japan

昨年12月に、エゴスキューのサンディエゴ本社にて、越山雅代さんがエゴスキューの日本の独占権を取得されました。

それには、クエスト社の社長クレイグ、日本から3名、私菊池みどりが同行しました。そして、その際、エゴスキューの社長ケイシーが、下記の超驚きの事実を教えてくれたのでした！

「創始者のピート・エゴスキューは、できるだけ多くの人々の健康と幸せにお役に立つことを使命とと思っているが、名声とかお金儲けには全く関心がないんだよ。現に、今まで世界中からの感動した人達、億万長者達や著名なプロのスポーツ選手達などが目を見張るような高額で、エゴスキューをやらせて欲しい、独占権を欲しいという申し出を全て断わって来たんだ！

しかし、ピートと私達は、雅代と雅代の仲間達と一緒に仕事をする事を望んでいるのだ。君達は、私利私欲に走らず、エゴスキューを正しく活用し、私達が理想としている方法で、多くの人々の健康と幸せに貢献してくれると確信を持っている。とにかく、エゴスキュー・ジャパンは是非、越山雅代に代表をしてもらいたい」

エゴスキューの人達が世界中のスゴ者達を全部断りながらも、雅代さんに独占権を与えてくれた事は、「超光栄で超責任重大」と超驚かれた雅代さんはつくづく言っていました。

そして、宇宙の意志(神様、天)のこれまでのお計らいとお導きに感謝し、使命の壮大さと偉大さを悟り、皆で志を新たにしたのでした。

また、この背景の1つには、昨年12月、日本で講習会や個人セラピーで指導してくれた、トップトレーナーのポール先生が、日本の人達の見事にやっている様子を目の当たりにし、非常

に感激し、本社に最高の報告をし、何度も褒めてくれていたということもあったようです。

「セラピスト達は必要事項をきちんと習得し、大変素晴らしい仕事をしている。クライアントも意識が高く、前向きで、非常に良い結果を出している。

また、雅代の所には、とても質も意識も高い人達が集まっている。そして、エゴスキューを痛みだけでなく、その他色々な目的で、真の健康達成の為に上手に活用し、超スピードで驚きの結果を出しているのは驚きだ。それに、自分の事だけでなく、家族や回りの人々の役に立ちたいと、情熱一杯、学んでいる人達が多い事にも深く感銘を受ける」と。

ピートさんは、良くセラピストに、『クライアントが「ありがとう」と言ってきたら、「どういたしまして」と言わずに、「私はあなたの体に何もしていないのだから、お礼は不要です。あなたが、自分の力で自分の体を改善したのです」と言いなさい』と仰います。

この様に、エゴスキューは、「依存型でなく、自分の健康を自分で作る」ということを最も重要としています。その他にも、ピートさんが重要とされている、セラピストとクライアントの心が「コネクト」することなど、私達が、雅代さんから教えていただき、とっくにやっけていて、立派な結果を出しているという事実が、エゴスキュー関係者を驚嘆させたようなのです。

ここで、雅代さんから皆さんへのメッセージです。「意識が高く、素晴らしい皆さんの参加のお陰で、日本の独占権をもらえました。いつも真心からのご支援を有難うございます。これから、益々自信を持って皆で力を合わせて、エゴスキューと正しい健康法を多くの人達に伝えまくりましょう」



調印後。左から、クエスト社社長クレイグ、雅代さん、エゴスキューの社長秘書のエリッサ、セラピストの水野さん、後列：セラピストの水島さん、エゴスキューの社長ケイシー、コンサルタントの高野さん。



1月の東京でのエゴスキュー1日講習会にて。



# 「アメイジング リザルト」

即効性抜群のネオスプリング。スタミナ、バイタリティーを倍増させるだけでなく、ストレス、疲労回復、倦怠感・鬱解消、眠気覚ましにも効果的。

また、ゴルフ・テニスなどあらゆるスポーツ、学習、仕事、マージャンのようなゲームの30分前に1-2錠飲むと、頭が冴え、集中力が上がり、より一層、能力が発揮できます。

最高品質のハーブや自然の栄養素入り。特に、日米で注目されている酵素“コエンザイム(補酵素) Q10”は、体の若返りに、素晴らしい効果をもたらします。

また、新しい健康な細胞を作る為、花粉症、アレルギー、アトピーなどの様々な粘膜、皮膚の問題や歯周病など歯茎の問題を解決します。

## 製品紹介:ネオスプリング Product Spotlight: NeoSpring

偏頭痛や頭痛時には、1-2錠をコップ1杯のお水で飲むと、あっという間に解消。また、就寝直前に、1錠をコップ1杯のお水で飲むと、朝、爽やかに目覚められるというマジックも。

### ★花粉症やアレルギー改善への効果的なヒント★ -今や花粉症シーズン-

「理想健康セット」に抗酸化物「ガード」を追加して、大人なら1日15-25錠飲むとよい。子供の場合は、「チュアブル」を沢山摂ること。それに、毎食「メンド」を3錠加えるのも、非常に効果を高める。

また、世界最高の「必須脂肪酸」と言われる、「フラックスオイル(亜麻仁油)」を増やすと相乗効果で効果が増強。「コロデトックス・プログラム」での腸のクレンジング、そして、「ヒールとメンド」での解毒もお勧め。詳しくは、担当シスターズへ。



頭の冴え、スタミナと持久力を増強する為の栄養素「スプリング」

## 3・4月雅代メソッド、エゴスキュー・個人セラピー／出版記念講演 Masayo Seminars

3月20日(木)セミナー:「あなたも日本を元気にする運動に積極的に参加しませんか?」

1. 2月エゴスキュー本社での研修報告
2. エゴスキューと雅代メソッド  
今後の大展開の構想プラン発表

4月26日(土)個人セラピー(名古屋)  
27日(日)「ペインフリー」(日本語版)  
出版記念講演(東京)  
28日(月)個人セラピー(東京)

3月のセミナーの仔細とお申し込みは、  
<http://www.1ktn.com/hpp/hover.html>

3月末の「ペインフリー」翻訳版の出版の応援も兼ね、  
エゴスキュー本社の社長ケイシーと副社長ブライアン

と一緒に来日し、上記4月のイベントに参加してくれます! 皆さん、是非、ご参加ください。出版特別キャンペーンとして、出版記念講演にご招待いたします。詳しくは、5ページに。

「個人セラピー」は、セラピストが、個々の姿勢、体のゆがみなどを基に、コンピューターで個人メニューをはじき出し、適切なやり方を指導。今回は社長と副社長のアドバイスも加わり、最高のチャンス!

左記以外でも、名古屋と東京で、大好評につき、随時開催中。「個人セラピー」の仔細と申し込みは、<http://jep1.com/new2/index.html> 「個人セラピーはこちら」、あるいは、担当シスターズへ。



雅代メソッドに、エゴスキュー・メソッドが加わり、鬼に金棒! いても簡単に、マジックのように益々多くの人々を、元気に行っている雅代さん

### 20年来の酷い花粉症がすっかり完治!(埼玉、由美)

私が花粉症になったのは中学生の頃。市販の鼻炎薬は15年程前から飲むようになり、私の生活の必需品となっていました。そして4年前、東京から埼玉へ転居した頃から、春だけではなく、真冬以外はすべて症状が出るようになってしまったのです。

「理想健康セット」を飲んだ翌日、体中に湿疹が出る好転反応があり、あまりの痒さで1晩眠れませんでした。驚くべきことに気付いたのです。今まで、朝夕と欠かさず飲んでた薬を夕方飲まずに済んでいたのです。私は栄養補強の効果の早さに、嬉しさでいっぱいになりました。

そして、杉花粉が猛威を奮っていた昨年3月、担当の渡部美恵さんから、世界最高峰の「必須脂肪酸」と言われている、

「フラックスオイル」もよいと教えていただき、追加してみました。ある朝、薬を飲まずに家を出た所、鼻水が出ていないのです。ついに長年飲み続けてきた、鼻炎薬とお別れできる日がきたのです。栄養補強を開始して、1ヶ月半で杉花粉はクリアしました!

その後、腸内クレンジング『コロデトックス』を始めると、超頑固な便秘症がすっかりと解消したばかりでなく、3ヶ月プログラムを終える頃には、花粉症の症状が全くでなくなったのです。20年間も悩まされてきた花粉症をついに克服することが出来、毎日快適に過ごせるのが本当に幸せです。

## ネオソース：突然人生を好転させてくれたサプリメント Products That Make A Difference

### アトピーの克服！絶対治ると固く信じて、根本治療により見事完治！（静岡、豊島美保）



一番好転反応がひどかった頃、3歳（2006年7月）の慶悟くん。

「息子のアトピーを何としても改善したい！」そうした強い思いから、クエスト社の栄養補強を始めました。次男・慶悟は、生後1カ月で牛乳のアレルギーと診断され、3カ月目から顔にアトピーが出始め、病院の飲み薬やステロイドの塗り薬、他社サプリメント、漢方薬を試してはみましたが、根本的な治療には至りませんでした。

そんな中、子どもが通う七田の教室で、雅代さんの静岡講演会や栄養補強のことを知り、2006年2月から慶悟は「チュアブル」、私は「理想健康セット」から、即、開始しました。

すると、慶悟には顔や体に好転反応が出ましたが、体験談などを読み、そのことは心得ていたもので、あわてることもなく、逆に「これはいいチャンスだ！思い切って、悪い毒を全部体から出してしまおう」と腰を据え、早い時期から解毒を開始。「チュアブル、パック、スプリング、フラックスオイル、ヒールとメンド」等を沢山取りました。まだ2歳で錠剤が飲めなかったため、ミキサーで粉末にして、液体の「ヒール」や水などで練って食べさせるなど工夫もしました。

好転反応が一番ひどかったのが2006年7月で、親子共にとても辛かったのですが、「絶対、治る！」と固く信じて頑張り続けました。また講演会後のパーティで、直接雅代さんにお話をうかがえたことが、一つの転機にもなりました。雅代さんのブログを始め、アトピーのお子さんをもつ方のブログ、また多くの体験談を読んで、子どもに良いと思われる情報をピックアップし、しっかり実行もしました。

そして2006年8月後半から、随分と症状が改善され始め、栄養補強開始から1年後、慶悟はアトピーを克服し、きれいな肌を取り戻すことができました！

その他にも、栄養補強をしていて、「これはすごい！」と思ったのは、次男・慶悟が水ぼうそうにかかったときのことです。長男も水ぼうそうにかかり、病院から処方された塗り薬（アトピーの子どもには塗ってはいけない薬）があったのですが、これを誤って慶悟にぬってしまいました。すると慶悟は全身がひどく腫れてしまい、病院へ行くと飲み薬を処方され、改善しない場合には入院治療をすすめられました。

しかし、たくさんの栄養補強と「ヒールとメンド」（朝、昼、夕3錠ずつ）を飲ませると、すぐに症状が改善され、水ぼうそうも軽くすみ、先生からも「上出来だね！」とほめられました。

また母親の私自身は、慶悟といっしょに「ヒールとメンド」で解毒を始めると、体の中に今までたまっていた毒素を体が自分で押し出そうとするかのように、一時は、頻りに熱を出すようになり、尿路結石にもなりました。

しかし、その後、腸のクレンジング「祝便コロデトックス」を開始すると、腸から一気に解毒が行われ、栄養をきちんと吸収できるようになって、そうした症状はすぐ改善されました。対処療法ではない根本治療によって、体が芯からメキメキと元気を取り戻し、精神的にもいっそうタフになりました。腸をキレイにしておくことは、こんなにも健康を維持する上で重要なんだと、改めて強く感じました。

雅代さん、シスターズの鈴木ミツコさんと松井尚美さんに出会って、本当に人生が変わりました。今は、ただ、ただ感謝の気持ちでいっぱいです。これから栄養補強を始めようと思っている方々には、「おめでとう、あなたはとってもラッキーな人だね！」と言ってあげたいです。有難うございました！！



栄養補強開始1年後、アトピーを克服し、見違える程、肌がきれいに！元気に、ウルトラマンのポーズ。

### 生理前症候群、貧血と低血圧、便秘までも簡単に解消するおまけ付き！（横浜、よう）

長年のアレルギー鼻炎、花粉症、目のかゆみをなんとかしたくて始めた栄養補強と解毒ですが、体の変化は様々なところに起きました。

最初に女性必須栄養素「ネオバランス」を飲んだのは生理中だったのですが、好転反応で次の日に小指の爪ほどの肉の塊を排出！その後2～3ヶ月、生理の度にいつもより鮮やかな色の血が多く出ましたが、その後はピツリと楽になりました。

生理前の体のだるさ、眠さ、頭痛、イライラ、腰痛などは、当たり前なことだと思っていました。以前は、胸の張りやお腹の痛みなどで、生理が来る時期が解ったのですが、今は次に始まる日を意識していないと忘れてしまう程、生理前の様々な症状

がなくなりました。

そして、1週間に3回くらいしか便が出なかったのが、アドバイスに従い、生野菜や果物を多く摂るようになってからすぐに解消。毎日出るようになりました。また、低血圧と貧血で朝起きるのも辛かったのが、寝起きもスッキリ！体が軽くなりました。思ってもみなかった様々な症状への、早い効果にとても満足しています。もちろん、悩みの種だった鼻炎と花粉症、目のかゆみも改善し、本当の調子良さを実感しています。

周りに対しても、「感謝しなくちゃ！」ではなく、自然に「ありがたいな～」と思えるように変わってきました。体が元気になると、気持ちも優しく、前向きになれるって、本当ですね！



# 「アメイジング リザルト」

## 雅代さんのお母様、北海道最高齢で、皆勤賞にて高校をご卒業！

越山せい子さんは、北海道最年長の高校生で、雅代さんのお母様。高校時代に戦争であまり勉強ができなかったのが、何と75歳の時から、定時制高校に通われ始めました。

4年間、学生で一人だけ「皆勤賞」を受賞され、この3月にご卒業なさいました。そのお母様の素晴らしい投稿記事が、1月19日付けの北海道新聞の「読者の声」のコーナーに掲載されましたので、皆様にご紹介させていただきます。

\*\*\*\*\*

### 60年ぶりの青春 この春高校卒業 越山せい子

私は今、定時制高校の4年生でこの春、78歳で卒業の予定です。私は子供のころ、東京大空襲に遭うなど、戦争に巻き込まれて満足に学校に行けなかったのが、その後常々、勉強がしたいと

思い、50歳を過ぎてから英会話教室に通ったりもしました。

そんな私が75歳のとき、定時制高校の先生をしている息子の同級生に高校入学を勧められたのです。そこで一念発起し、60年ぶり？の私の青春が始まりました。それにしても、まさかこの年で高校生になるとは夢にも思いませんでした。

私は十代の生徒に交じって毎日学校に通い、今まで経験できなかったさまざまなことを学びました。そして充実した4年間が間もなく終わろうとしています。これまで、私は無遅刻無欠席。やる気があれば何でもできるものだと思っています。

途中でやめていった学友も多く、昔学校に行けなかった私にすれば、もったいないことです。でも、若い人たちには未知の力があります。自分の夢や目標を見つけ、つらいことがあってもくじけず、乗り越えていってほしいと思います。



北海道の雪の中、お元気に通学なさっている、雅代さんのお母様。

雪の為、滑って骨折をされたことが2回あるそうですが、それでも、決して学校を休まねず、通われたとのこと。

関係者ならずともあまりいい気持ちではないが、「点数」にばかり目がくらみ、教育の本来的な目的である一人間性の育成」を忘れた教育などしては本末倒れになりかねない。その点を強く指摘しておきたい。

60年ぶりの青春  
この春高校卒業  
越山せい子  
(札幌市東区・78歳)  
私は、定時制高校の4年生で、この春、78歳で卒業の予定です。私は子供のころ、東京大空襲に遭うなど、戦争に巻き込まれて満足に学校に行けなかったのが、その後常

に教える事業の実験研究を新年度から始めることや、少人数制、習熟度別授業の促進などを挙げています。  
この学方向上策は、昨年十月に文部科学省が公表した全国学力調査(学力テスト)の結果で、道内の小学六年生の平均正答率が四十七都道府県中四十四位、中学三年生が四十四位だったことを受けたものといっ

た、  
「やりくり主婦」  
「観・その日暮らし」  
「観・その日暮らし」  
「観・その日暮らし」

私は十代の生徒に交じって毎日学校に通い、今まで経験できなかったさまざまなことを学びました。そして充実した4年間が間もなく終わろうとしています。これまで、私は無遅刻無欠席。やる気があれば何でもできるものだと思っています。

多、勉強がしたいと思ひ、五十歳を過ぎてから英会話教室に通ったりもしました。  
そんな私が七十五歳のとき、定時制高校の先生をしている息子の同級生に高校入学を勧められたのです。そこで一念発起し、六十一年ぶりの私の青春が始まりました。それにしても、まさかこの年で高校生になるとは夢にも思いませんでした。

多、勉強がしたいと思ひ、五十歳を過ぎてから英会話教室に通ったりもしました。  
そんな私が七十五歳のとき、定時制高校の先生をしている息子の同級生に高校入学を勧められたのです。そこで一念発起し、六十一年ぶりの私の青春が始まりました。それにしても、まさかこの年で高校生になるとは夢にも思いませんでした。

多、勉強がしたいと思ひ、五十歳を過ぎてから英会話教室に通ったりもしました。  
そんな私が七十五歳のとき、定時制高校の先生をしている息子の同級生に高校入学を勧められたのです。そこで一念発起し、六十一年ぶりの私の青春が始まりました。それにしても、まさかこの年で高校生になるとは夢にも思いませんでした。

## 越山雅代の「ペインフリー」日本語訳・監修版、いよいよ発売！ Pain Free Book

エゴスキューの創始者ピート・エゴスキュー氏著の「PAIN FREE (ペインフリー)」日本語版が、3月末に発売になります！ 昨年11月より、何度も出版が遅れてしまい、大変申し訳ありませんでした。翻訳・監修は、もちろん我らの越山雅代さんです。

この本には、現代医療を根底からくつがえす、画期的なエゴスキュー・メソッドの基本理念、及び、手術・薬・高価な医療器具など一切不要で、誰でも簡単に、痛みや歪みを根本から解消できる方法が紹介されています。

体の部位別に、痛みや症状を改善する為のお勧めのEサイズ(エゴスキューの運動の総称)の親切なやり方と写真付き。95%の成功率を誇っています。(5%は実践しない人。)

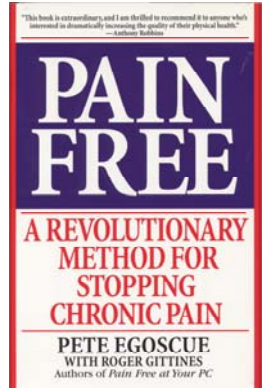
このメソッドは、アメリカでは、一般の方々だけでなく、プロゴルファーのジャック・ニクラウス氏など、

様々なプロのスポーツ選手を救い、能力発揮に役立っています。本書には、スポーツ選手用に、スポーツ特有の怪我に最適のEサイズ、怪我予防、運動能力を上げるEサイズなども満載です。

この1冊で、自分だけでなく、家族もまわりも、楽々簡単に、一生痛みから解放され、趣味、スポーツ、仕事、自分がやりたいことを限界なしで、自由にのびのびと人生を楽しむ事ができるようになります！是非、お求めの上、まわりの方々にもご紹介ください。

本誌3ページでもご案内した通り、今回、アメリカのエゴスキュー本社から、社長と副社長を招き、「ペインフリー」出版記念講演を開催します。

出版特別キャンペーンとして、3冊以上、ご購入になった方は、上記イベントにご招待させていただきます。詳細は、<http://www.pain-free.jp> へ。



皆さん待望の「ペインフリー」日本語版が間もなく発売に！(こちらは、英語版の表紙です。)

**リウマチなんて簡単に治るよ！完治に向かって日々感謝（山口、リウマチ感謝2号）**

「歩くこと、箸を持つこと、衣服の着脱、ペットボトルを開けること、日常生活動作は“できて当たり前”だと思っていた。だから、身体にも心にも魂にも“ありがとう”なんて思ってもみなかった。」

そんな私が3年前リウマチと診断されました。朝、腕が上がらず、母に着替えを手伝ってもらい、仕事へ行きました。日常生活動作のひとつひとつが苦痛でした。

エゴスキュー本社のトップ・インストラクターのポール先生が初来日された時、「個人セラピー」を受ける幸運に恵まれたリウマチ感謝2号さん。

病院で薬を処方されたのですが、服用5日目の夕方から、副作用で喘息のような咳がでて、一晩中とまりませんでした。その後漢方治療も試みたのですが、すっきりしない自分の状態にモヤモヤして、病院に行くことも薬を服用することも辞めました。

そんなある日、“リウマチ感謝”さんのブログと出会いました。しかし、すぐに行動に移せたわけではありません。悪い頭を使いごちゃごちゃ考えていました。そんな時、「誰かに頼り、何かに頼り外部から治してもらいたいのですか？それともあなたの生命力、治癒力を頼って治りたいのですか？」という言葉が私の心を動かししました。

「もしかしたら、私も元気になれるかもしれない」と、2006年11月から栄養補強をスタートしたもののお財布事情から栄養補強を中断していた時、福岡で雅代さんの講演会が開催されることになりました。

「この機会を逃さないように迷わず参加して！」と、シスターズの岡安さんに背中をポンと押してもらい、福岡講演会へ参加しました。

講演会では、「あなた何泣いてるの？リウマチなんて簡単に治るよ！」と、雅代さんに暖かいハグをしてもらい、今までの「歩けなくなるかも？」という不安や苦しみが発したかのように、涙がとめどなくあふれてきました。そして、エゴスキュー講習会にも参加し、昨年12月には個人セラピーも受講しました。エゴスキューをやると身体が軽くなり、毎日楽しくやっています。

心と魂と体の栄養補強とエゴスキューの相乗効果で、“日常生活における自分のことは、自分できる”ようになりました。少しの痛みはありますが、走ることでできます。生きることが苦で、痛くて泣くこともすっかりなくなりなした。それよりも完治までの道のりを楽しもうと思えるようになりました。

何もしなければ何も変わらない。でも、何か行動をおこせば、気づきを得、そこから学び、また新しい人生が始まる。これからは、全てのことを当たり前と思うことなく、日々“ありがとう”の気持ちで過ごしたいと思います。

リウマチ感謝2号さんのブログ：  
<http://plaza.rakuten.co.jp/sasa0426/>

**30年来の重度の花粉症と痛風を見事に克服！（神奈川、石川はるか父）**

二人の娘と妻が栄養補強をしているのを横目で見ながら、「そんなものが本当に効くのかね〜？」と私は半信半疑。どんなに良いものと言われても自分から飲んでみようとは思いませんでした。

しかし、一年中続く30年来の重度の花粉症と、生活の友となってしまった痛風には頭を抱えていたのです。そんな時、ふと気付けば私と同じく一年中、酷い花粉症に悩み、いつも鼻水を垂らしていたはずの娘ははるかが、全く鼻をかんでいない！さらに、年中風邪を引いていた下の娘も元気いっぱい、妻も毎日笑顔が溢れている！

この様子を目の当たりにして、「この栄養補強は何かが違う！」と確信。早速、「理想健康セット・男性用」に「ネオガード」を1日21個に増量、「フラックスオイル（亜麻仁油）」も加えて、早く効果的に良くなりたい人へのお勧めの飲み方を開始。

飲んだ瞬間から胸の苦しさや頭痛、これまでに無いほどの倦怠感、最高潮の痛風の痛みを覚えました。これは、「身体が良くなっているから起こる、好転反応。効果が出ているおめでたい証拠！」と、越山雅代さんのホームページとブログから情報を得ました。

そして、強力な娘達の応援団に色々教育され、こんなに辛い好転反応があるからこそ、私の身体には栄養補強が必要なのだ納得しました。そして、辛くとも続ける事が大事だと自分を励まし、頑張って続けたのでした。

すると、嬉しいことに、昨年の春は、花粉症ピークの時期にもかかわらず、30年来の花粉症による、くしゃみ・鼻水から一切解放されました。そして、あれほどまでに痛く、階段の上り下りも困難であった痛風も、全く症状が出なくなりました。

痛みがあると、物事に集中も出来ず、いつもイライラして、やる気も起きません。くしゃみ・鼻水も同様、その度に仕事が中断されて作業能力も落ちていたのだと、健康体になった今、改めて感じます。花粉症も痛風も「体質」だと半ば諦めていました。しかし、『諦める事はない、単に「現代型栄養失調」だけだ』と雅代さんから教えていただき、それを体験することができました。

二人の娘、妻、そして私と、皆が超健康な我が家。毎日、家族全員が、明るく健やかに生活ができ、それもクエスト社の栄養補強のお陰だと感謝しています。

はるかさんのブログ：  
<http://plaza.rakuten.co.jp/haruka220v>



## 「アメイジング リザルト」

### 腸クレンジングでシミも薄くなり、3キロ減！「雅代メソッド」で、家族の絆も深まり感謝（神奈川、天真爛漫）

2年半前に栄養補強を開始以来、なんと毎日お通じが5回もある私。だからそんなには便が出ないかも。。。腸クレンジングを始める前はそうのように思っていました。ところが、開始2週間過ぎた頃、出るわ、出るわ、粘液に包まれたゴムホースの様な長～い物がどっさり。お通じが1日に5回から7回に増えた上に、スルッポン！と超短時間で出るので、すごい爽快感の毎日です。

そんな私も、初めは、皆さんの体験談にある写真のようなものが出ずに、「どうしたんだろう？」と気になりました。でもシスターズの方に、「出てきたものをお箸でぐしぐしほぐしてみてください」と言われ、ゴムホースのようなものを発見したのです。

腸クレンジングは、突然の便意に慌ててトイレに駆け込む事も全く無く、安心して3ヶ月、快腸、快調で取り組みました。その結果、御陰様でいとも簡単に3Kgダイエット出来ました。そして、昨年の夏、敏感肌でスッピンで過ごしたにもかかわらず、何と顔のシミが薄くなると言う予想外の嬉しいおまけ付き！3ヶ月を過ぎた今もあの爽快感を得たく、「コロミックス」と「スーパーダイジェスト」を継続愛用中です。

一つご報告があります。昨夏、脳梗塞になった一人暮らしの母を心配し、主人が直ぐに「一緒に住もう」と言ってくれ、何とその日から同居を始めました。

ところが、感謝しながらも照れがあり、面と向かって「ありがとう！」となかなか主人に言えませんでした。

そんなとき、雅代さんにお目にかかる機会があり、感謝の言葉を具体的に伝える大切さと、「こう言ったら良いよ」と、お礼の内容を具体的に教えて戴く幸せに恵まれました。

普段無口な主人は、私の思いがけない言葉に驚いた顔をしてうなずくだけでしたが、御陰様で今まで言い出せなかった心のつかえも取れ、夫婦関係がとてよくなり、本当に嬉しいです。

母の病状も雅代さん、シスターズの登代美さん、ミチヨさん、上部頸椎調整の辺泥先生の親身なご尽力のお陰で良好に落ち着きました。栄養補強と上部頸椎の調整、エゴスキューで、「孫娘の花嫁姿を見るまで長生きする！」と元気に過ごしています。

また、医者や医療関係者から、「治らない！」と言われた息子の発達障害が栄養補強で、医師も驚く程、知的面が飛躍的に伸びました。それにエゴスキューの個人セラピーも取り入れると、身体能力もぐーっとアップし、いつもバランスを取れず、転んで怪我をしてばかりだったのが、すっかり無くなり、ガニ股歩きまで直りました。

我が子の障害、母の病気と、一見、不幸に思えるような事も、「雅代メソッド」に出逢え、今ではあれだけ嘆き悲しんだことも宝箱を開ける鍵だったと有り難く感謝しています。

天真爛漫さんのブログ：  
<http://plaza.rakuten.co.jp/tennshinohohoemi/>



栄養補強で便通の良かった天真爛漫さんの腸の中にも、こんな蓄積物がいっぱい！



### 依存体質からの脱却！体力・気力も充実し、生産的な人生に大転換（東京、てんこ）

2003年に父を亡くしたショックや、主人の仕事の関係で行ったアメリカでの生活に疲れきり、自分を全く無くしていました。ビザの関係で働けず、初めての専業主婦が負担でした。それから、アメリカで出会った人達は皆、それぞれの立場で自立してしっかり生きている姿を見て、自分の精神的依存に愕然としました。それに日本人コミュニティでのイザコザに巻き込まれたり、精神的にどんどん弱っていきました。

今では信じられませんが、帰国した頃は、自分の携帯電話を自分で選べないほど依存体質になっていたのです。布団に入っても良く眠れず、顔面神経痛で引きつった顔、人ごみでは真っ直ぐに歩けないほど気力もありませんでした。

知人の勧めでアーユルヴェーダ（インドの伝承医学）を始め、眠れるようになり、精神的な安定も得ましたが、体の疲れは取れず、夕方は休息しないと動けない状態でした。

船井メディアで雅代さんのブログを知り、栄養補強をスタート。お水も沢山飲むようになったせいか、ドライアイにまず効果が現れ、割れやすかった爪も強くなりました。疲れにくくなり、その分しっかりと活動でき、夜もぐっすり眠れるようになりました。

栄養補強を始めて3ヶ月経つ頃には、気付くと頭の中がすっきりクリアな感じがして、くよくよ考え込むことが殆どなくなりました。仕事の能率も上がり、楽にこなせるようになりました。おかげさまで、たくさんのやりがいのある仕事をもらえるようになりました。

体と精神が元気だと、多少精神的あるいは逆に、ちょっと体に元気がなくても、寝込むとか、どん底まで落ち込むとかできなくなるんですね～。

雅代さんの講演会にも何度も足を運び、充電会では質問にも答えて頂き、心の重荷も解消。「ヒールとメンド」の解毒、「エゴスキュー」、「腸クレンジング」と今ではすっかり『雅代メソッド』の大ファンです！特に「エゴスキュー」では、身長1cmプラス、長年の猫背も解消されました。

雅代さんやシスターズの皆さんと会う度に、アドバイスやパワーを頂き、心が解放されていくのを感じていました。そのことが、私を次のステップに進ませてくれているようにも思います。これから先のビジョンはまだはっきり見えていないけれど、それでも未来は明るいぞって確信しています。

**Quest Group**

967 West Center  
Orem, UT 84057 USA

PHONE:  
(801) 765-1301

FAX:  
(801) 765-1316

E-MAIL:  
contactus@questgrp.net

WEBSITE  
www.questgrp.net

**日本サポートセンター**

〒106-0047  
東京都港区南麻布5-1-8  
YMDビル3F

カスタマーサービス及び  
オーダーサービス部  
03-5915-0345

カスタマーサービス用 Fax  
03-5915-2661

日本サポートセンター  
メールアドレス  
post@questgrp.jp

ホームページ  
www.questgrp.jp

**「日本を元気にする運動」**

のホームページ  
www.masayo.us

メールアドレス  
info@masayo.us

越山雅代のブログ  
http://masayo-blog.com/

知的女性のための  
「ちょうキレイ」入門  
http://cho-kirei.com/  
(腸のクレンジングのブログ)



毎日、栄養補強をし、2度も手術を回避したハナ。

**ショッピング・ポイントを賢く活用し、無料で製品をゲットしよう！**

クエスト社では、メンバーの皆様への日ごろの感謝を込めて、ショッピング・ポイントをプレゼントさせていただいております。

下記の幾つかの方法で、ショッピング・ポイントを集めて、無料でクエスト製品をもらうことができます。1ポイントは1ドルの価値があります。

1. 製品購入額の10%。例)500ドルの製品を購入した場合、50ポイント。
2. 1000ドル以上の購入した場合は、購入額の15%がショッピング・ポイントに。例)1300ドルの製品を購入した場合、195ポイント。
3. 「毎月お届けコース」をご利用の場合は、購入額の15%が、ショッピング・ポイントに。例)理想健康セット(180ドル)を毎月お届けしている場合、27ポイント。(通常オーダー時は、18ポイントなので、9ポイントも多くなります。)
4. お知り合いを、クエストのメンバーとしてご紹介くださり、その方が製品を購入した場合、初回購入時に、50ポイントをプレゼント。

愛知県にお住まいのあるメンバーの方は、先日、ショッピング・ポイントで、パック(4箱)とガード(4本)を無料で入手されました。これは、製品価格にすると450ドルになり、家計が助かると、とっても喜んでられました。

毎月、ショッピング・ポイントが発生すると、クエスト社より、ポイントの合計をお知らせします。是非、次回購入時にショッピング・ポイントをどんどんご利用ください！

**腫瘍が完全消滅！現代型栄養失調を改善し、元気になった愛犬（神奈川、山口雅代）**

我が家の柴犬の「ハナ」11歳は、昨年7月、お腹に直径3センチの良性腫瘍が出来ている事がわかりました。動物病院の診断では、柴犬は腫瘍が良性であっても悪性に変わりやすいこともあり、手術の必要があるとのことでした。

ところが、私は自分がクエスト社の栄養補強でうつや花粉症を克服し、元気いっぱいになった経験から、ハナもいずれ手術をする結果になったとしても、まずは栄養補強をしっかりやってみてからだと決めました。そして、「ネオガード」1日6個と「ネオスプリング」1個を飲ませ始めました。

すると1日1回だった排便が2回になり、尿の量も増え、栄養補強開始から1ヶ月で腫瘍が2センチと小さくなりました。その後なんとたったの3ヶ月弱で、腫瘍は完全に消滅したのです！

しかし昨年11月、尿管がつまり、尿が全く出なくなり、餌も食べられなくなってしまいました。動物病院では、尿毒症の危険がある為、投薬と手術を勧められましたが、私はこれまでの栄養補強の経験と多くの方からの体験談をヒントに、これもまた栄養補強で完治できると確信しました。

「ネオガード」を1日10個に増やし、ペットフードを止め自然の食べ物にし、水も水道水を止めて様子を見ることにしました。すると、その後たったの3週間で見事に完治したのです。

栄養補強のお陰で危険な状態から2度も助けて頂き、ハナは今では毎日元気いっぱい。11歳とは信じられないくらい、まるで子犬に戻ったかのように、公園で飛び回っています。

人も動物も現代型栄養失調と毒の蓄積で様々な病気を引き起こすのですね。自分とハナの病を通して、きちんとした食生活と栄養補強の重要性を痛感いたしました。

今回のハナの病気克服の為に温かいアドバイスをくださったシスターズの石川はるかさん、いつも真の健康法を教えてくださいと語る雅代さん、そして「雅代メソッド」を実践して、励ましや多くのヒントを下される皆様、本当にどうもありがとうございます。