



生命活動の源「酵素」の大切さをご存じですか——？  
 間違った「酵素」選びをしていませんか——？  
 「生きた酵素」のパワーが血液を浄化  
 弱った血管を若返らせ、疾病を防ぐ！

# あなたの体に酵素は足りていますか？

## その症状、酵素不足のサインかも……！

酵素不足の危険信号は、様々な症状となってあらわれます。普段あなたが感じている体の不調は、そのせいかも……。ぜひチェックしてみてください。

疲れやすい  
いつもだるい



酵素が不足すると、血流がぶくなるため、全身に酸素や栄養、ホルモンが供給されず、体が疲れやすくなります。

便秘や下痢に  
なりがち



酵素は酸素や栄養の運搬だけでなく、老廃物の排泄にも関係。消化・吸収・排泄のサイクルが乱れると、便秘にも影響が。

肌が荒れる



酵素が不足すると、顔の毛細血管にも酸素や栄養が届きにくくなります。表皮の細胞が不調をきたし、肌トラブルの原因に。

冷えが気になる



全身の末端まで張り巡らされた血管に、血液がスムーズに送られなくなることや、エネルギー産生が弱まることで冷えが発生。

肩こりがつらい



血流の悪さは、肩こりの原因に。マッサージなどの一時的な対処より、血流を促す酵素を増やすことが何より重要です。

アトピー  
アレルギー



酵素が足りないと消化不良を起こし、人体最大の免疫器官である腸の環境が乱れ、免疫細胞の働きも悪化し、免疫異常が発生。

風邪を  
ひきやすい



酵素が不足すると、腸の環境が乱れ、免疫力が低下。菌やウイルスなど、外敵からの攻撃に耐えられない無防備な状態になります。

白髪や  
抜け毛が多い



酵素不足で血流が滞り、頭皮の環境が悪化。毛髪を育てる毛根の力が弱まり、白髪や抜け毛が増えてきます。

やる気が出ない



酵素不足による様々な体のトラブルは、神経やホルモンを乱し、心にも影響。早めの対策で、ストレスを解消することが大切です。

ほんと！

ダイエットにも効果が!?



多くのモデルや女優が実践する効果的な痩身メソッドとして話題の「酵素ダイエット」。酵素は、体内の「消化」「吸収」「排泄」のサイクルを正常に保つので、余分なエネルギーを蓄積せず、無理なく自然に痩せることができます。健康を増進しながらダイエットするなら、「酵素」がいちばん手軽で確実だといえます。



そのほか、こんなサインにも注意を！

- ・頭痛がよくおこる
- ・おなかが張る
- ・生理不順
- ・胃がもたれる
- ・シミやシワが増えた
- ・めまい、耳鳴り
- ・口臭がある
- ・足がつる

お問合せ先



発売元 ■ 株式会社 環境保全研究所 [WEBサイト](http://www.kankyo-hozen.biz/)  
 〒407-0301 山梨県北杜市高根町清里3545-5896  
 TEL.0551-48-5300 FAX.0551-48-5388  
<https://kankyo-hozen.biz/>



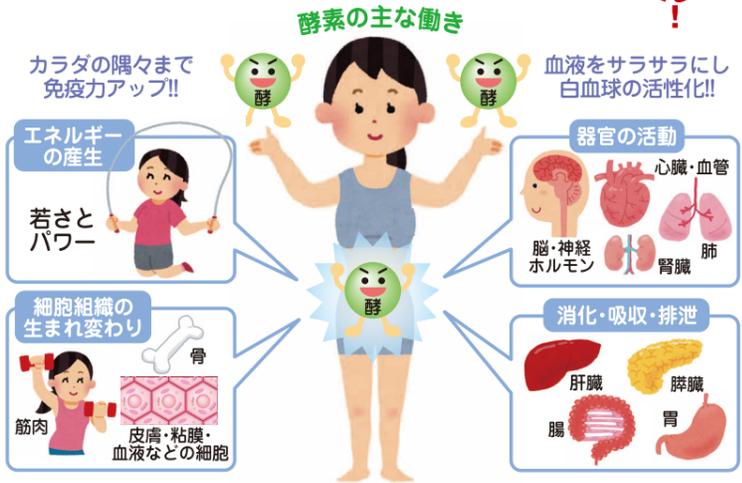
# おだやかな生活を脅かす循環器疾患や血糖値異常。脳卒中・心筋梗塞・高血圧・糖尿病の危険から身を守るためには!?

## 命の営みに必要不可欠な「酵素」の働き

**酵素が無ければ私たちは一秒たりとも生きていけません!**

私たち人間をはじめ、動物が生きていくためには、生命活動の源となる「エネルギー」が必要です。たとえまったく動かず、静かに眠っているときにさえ、心臓を定期的に動かして血液を循環させるなど、各器官を正常に働かせるためにエネルギーは休みなく使われています。その原動力となるのは、食べものに含まれる栄養です。体に摂り入れた食品は、消化・吸収によってエネルギーに変換されますが、このプロセスに欠かせないのが「酵素」という触媒分子。

酵素がなければ私たちは一秒たりとも生きられません。いわばすべての生命活動の主役であり、要です。酵素が不足すると、体には様々なトラブルが発生するため、日頃から注意が必要です。



■生のうちに体内でつくられる酵素の量には限りがあります!

生命活動にかかせない酵素のほとんどは体内でつくられ、その「体内酵素」は健康維持に使われる「代謝酵素」と食べ物物の消化に使われる「消化酵素」に大きく分けられます。しかし、一生のうちに体内でつくられる「体内酵素」の量には限りがあり、「消化酵素」に多く使われると「代謝酵素」はそのぶん減ってしまいます。その為、出来るだけ外から「生きた酵素」を摂って消化に使われる酵素を節約し健康維持の代謝に使われる酵素の量を増やすことが大切です。消化を助ける「生きた酵素」は、肉、魚、野菜、発酵食品など、私たちが普段口にしている食べ物に含まれていますが、実は「熱に弱い」という特徴があり、加熱した料理ではその活性が失われています。また市場には「酵素含有」を謳うサプリメントやドリンクも多く出回っていますが、加工段階で加熱処理を施していたら、製品になった時点で酵素は生きていないので意味がありません。酵素を摂るなら、非加熱処理で「生きている」ことが必須条件となります。

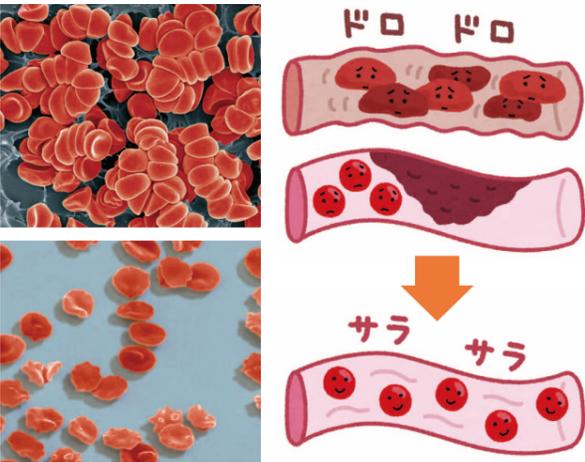


**血液を浄化し、血管の衰えを改善。病気に負けない丈夫な体をつくる!**

「人は血管とともに老いる」という言葉があります。アメリカの高名な内科医、ウィリアム・オスラーの名言です。酸素や栄養、ホルモンを体の隅々に運び、老廃物を排泄する血管は、私たちの若さや健康の根幹を左右する重要な存在。脳卒中や心筋梗塞といった、重篤な病気を防ぐ上でも、特に注意が必要な器官です。

高脂肪や炭水化物主体で添加物の多い食生活、喫煙、飲酒、ストレス、睡眠不足などにより、血管はドロドロになると、高血圧を引き起こし、血管は傷み、血栓もできやすくなり、長く放っておけば糖尿病の要因にもなります。それを防ぐ心強い味方が「酵素」。血液の濁りを取り、サラサラにする上、新陳代謝(細胞の生まれ変わり)を促進して若く丈夫な血管へと蘇らせます。酵素こそが循環器の健康を守る「鍵」です。

「生きた酵素」を摂取して血管、血液を若返らせる



**酵素は「生きている」ことがもっとも重要なのです!**

酵素は熱に弱く、56度以上で加工すると、変性して効力を失ってしまいます。もしあなたがお使いの酵素製品が、加工段階で加熱処理されたものであったとしたら、残念ながら働きは期待できません。実は、酵素が生きているかどうかを確かめる簡単な方法があります。まず片栗粉を一度水に溶かしその後熱湯を加えます。すると片栗粉の中の糖が固まりジェル状に変化。この糖を分解できるかどうか、「生きた酵素」とそうでない酵素の違いです。左の実験写真をご覧ください。加熱処理を施した酵素を加えても、糖は固まったままですが、「生きた酵素」を加えると、わずかに30秒ほどで糖の結合が解かれ、液体状に戻ります。これが消化を助ける、「生きた酵素」の本当の姿です。

非加熱の「生きた酵素」のパワー。わずか30秒で糖を分解!



糖がジェル状に固まっている片栗粉に、非加熱酵素を加える。すると、糖を分解する酵素(アミラーゼ)が働き、糖の結合が解けて液体に戻る。

加熱処理をした酵素

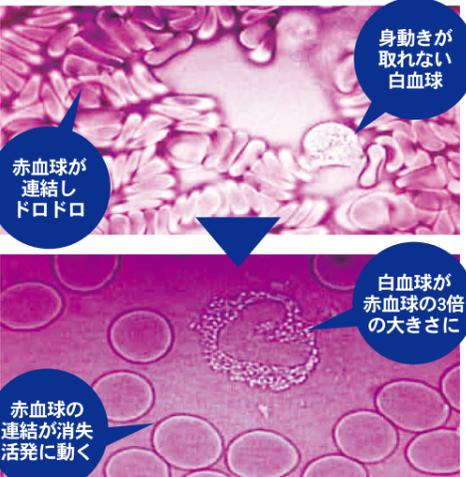


加熱処理をした酵素は、変性して酵素活性を失っているため、糖を分解できない。したがってピーカーの中のジェルはそのまま、変化は起きない。

**酵素の働きで赤血球・白血球が活性化し、免疫機能が向上!**

酵素の力で血液が浄化されると、体の隅々に酸素と栄養を運ぶ赤血球、免疫力の鍵を握る白血球の働きが向上します。また、酵素は消化を助けて腸の環境を整え、腸内の善玉菌を優勢にして悪玉菌の活動を抑えます。腸は、全身の約6割の免疫細胞が集中する「人体最大の免疫器官」。腸を正常に保つことは免疫機能を高める上でとても重要なこと。体をガードする力にも、酵素は密接に関与しているのです。

免疫力が低下すると、リウマチなどのアレルギー疾患の要因になるだけでなく、外から侵入するウイルスや菌の攻撃に耐えられなくなって、肺炎などの感染症にかかったり、体内で1日に数千個も発生する腫瘍細胞をつぶしきれなくなったりします。免疫機能は、放っておくと、年齢とともに低下する一方です。生きた酵素を充分に摂って、体を病気から守る免疫力をしっかりとキープしたいものです。



生きた酵素を摂取して30分後