① 第411号 1990・11・15(毎月1回15日発行) 健康と青汁 昭和34年4月10日第三種郵便物認可

青汁の効果は、純粋のものを毎日つづけてはじめてあらわれます。ふつうでも2合くらい(ケール4～500g)。どこか悪ければもっと多く。厄介な病気では、4～5～6合(ケール1～1.5キロ)以上。多いほどよろしい。とても5勺(90cc)やそこいらの分量ではおっつきません。混ぜもの(豆乳、果汁など)したものではなおさらです。

健康と青汁

発行所 遠藤青汁の会
倉敷市向山1997-6(振替岡山2=1347番)
(郵便番号710) 電倉敷24-8133
発行人 遠藤仁郎
編集人 貝原邦夫
印刷所 二華園印刷所
(購読料 1部200円 1年2000円)
(1月4月7月10月は4頁)

こんな弁当よう食べん

家族に病人が絶えない、といわれるので、ナッパ・青汁、ことにイマナ青汁食をすすめていた。

熱心にやっていられるというより、やろうとしていられるらしいが、おばあちゃん一人のほか、主人公をはじめ、こどもたちも大反対。

いちばん問題になるのは昼食。

もっとも、ご主人は外食が多いのでよいとして、むつかしいのは学校へもって行くこどもたちの弁当。

いつかの青汁教室で、そのお母さんが、「おかずにナッパを入れると、こどもたち、〝こんなもん恥しうて食べられん〟といって、捨ててしまい、好きなものを買って食べる、というンですと嘆かれていた。

いまや世をあげてグルメ、グルメのご馳走時代。

いつも、お花見弁当のようなものばかりもって行っている。

いや、こどもだけではない。たいていのママさんたちも、おいしくさえあれば、手数がはぶけさえすれば、こどもたちがよろこんで食ってくれさえすればと、それで満足されているのだそうだ。

これでは、ほんとうに、日本も遠からず、そのためだけでもダウンしてしまうだろう。まことに困ったことだ。

そのとき、ちょうど出席されていた横溝老(もう八五～六だろうがまことに元気のよい)が、こう話された。

「わしら貧乏人のこどもは、いつも麦飯をナッパのおかずで食べた。

学校へもって行く弁当はオカン(お母さん)がつくってくれた梅干入りのムスビ(大きい)だった。

いつも白いおマンマをおいしいおかずで食べていた金持の分限者のこどもの弁当にゃ魚や卵もはいっとった。

学校を出て五～六〇年たった時分だった、一ペンみんなが集まったことがあったけど、出て来たもんは貧乏人のガキばかり。分限者のともだちはみんなもう死んでしもうて、一人も出て来なんだ。

ご馳走バア(ばかり)食うとったらオエン(だめ)。

誰れがどういおうと、やっぱし先生のいうようにする方が、こどものためですぞ。」(平二・四)

(遠藤)

純粋・経済的・卸・小売・全国直送
顆粒・粉末・ケール一〇〇%
青汁入特製そば・ケール粉末二〇g入
東京・銀座 青汁スタンド

北条市 越智さんの有機無農薬みかん

こどもの脳腫瘍

岐阜のSさんから、

「一〇才のこども。脳腫瘍でコバルトをかけたり、抗癌剤の注射をうけている。

青汁がよいと聞いて、亀山の朝倉さんからケールをとりよせ、飲ませようと思うが、分量はどれくらいにすればよいか?」との電話。

「むつかしい病気。効果のほどは、もちろん、何ともいえない。

しかし、脳腫瘍(成人例だったが)によかった例もあるし、青汁に抗癌作用のあることは、実験的にもたしかめられているから、とにかく、熱心にやってみるべきだ。

分量は多いほどよろしい。こどもでも、毎日三～四合(もとのケール七～八〇〇g乃至一キロ)以上。のめるだけのますこと。

(さきの成人例では五～六合から一升ものんだと聞いている)。

そして、同時に、ほかの食べものにも十分気をつけること。

とくに、こどもでは甘いもの。菓子やジュース類はやめ、味つけの砂糖もへらすこと。くだものは農薬のかかってないもの。

また、ハムやソーセージその他インスタントものなども加工・保存食品には、発癌性のあるものがはいっているおそれがあるから、つとめてさけ、できるだけ安全なものをえらぶことが大切。(五七・三)

(遠藤)

戦場喧嘩に及びて陰裏なだらかにして常ならば必ず敵に勝つ事を得ん

それそれ草

むかし話

(初期の旧稿から)

顔面黒色症と青汁

ちか頃稀にではあるが、若い婦人で顔面に汚穢な黒斑ができて困っている人がある。どうやら戦争中から戦後にかけての粗悪な化粧品と関係があるらしいが、専門学者の間でもまだ原因がはっきりせず、これというよい療法もない、まことに厄介極まるものらしい。

私が初めて知人から一患者を紹介されたのは丁度一年まえ、昨年の夏の初頃だったと記憶する。

なるほど、何とも形容のできぬ顔色で、実に気の毒。もう随分方々の病院や大学を訪ねて、およそ思いあたる療法はみんなやってある。どれも駄目なので食べ方でも変えてみたらというので、私を訪ねてみえたのだった。で、私どもの最もお邪魔いたしました時より、顔の方も良くなったように思えます。黒味がだんだんとれまして、今は赤くなりました。これも白くなる道中と楽しみにいたしております。

一日中青野菜をいただきませんと、無精に欲しくなります。子供達も今では馴れまして、チシャに大根おろしを包んで巻寿司だなどとパクリと食べております。リーダースダイジェスト の十月号でしたか、葉緑素のことが書いてございましたが、私たちの方がそれより先に実行しておりますわけですね。親類の者や友達にもお教えして体験談をお話しするのですが……。

近所の子供ですけれど、一寸うちましても黒くくち、おできから出る血が何時間も止らず、青い顔をして、お野菜はみな吐き出し、〝この子は飴で生きている〟とお母さんがいわれ、その乱暴さには驚いたことでございますが、私がいくら申しましても、〝嫌って食べない〟で放ってあります。今に死ぬかも分りません。こんな方は本当にお気の毒です。健康ですと皆さんが寒い時は嫌だといわれますが、寒さもまた楽しく、雪の降るのも嬉しうございます……。」

何しろ難病のこと、とても手軽に治る筈もあるまいが、この調子だといずれは時とともに漸次軽快しやがて全快の日も来ることであろうと一層の精進を祈っていた。

先達、小学校の母の会のときみかけたが、さすがの黒斑も消え、余程注意せねば気づかぬくらいになっていた。(二六・七)

(遠藤)

完全と信ずる緑葉食・青汁の励行をすすめておいた。

寒い師走のある日、同婦人からたよりが来た。

「紅葉も散り、すっかり冬景色になりました。不思議なことに近所じう子供も大人も風邪ひきのいない家のない位でしたのに、私の家には、昔、それこそ大元気で、今までは幼稚園へまいっておりますのが風邪をもらって来ますやら、はや目、耳下腺炎など、流行となりますと、のがした事はない位でしたが、青汁のお蔭でとび廻っております。

私も、すっかり健康体となり、毎日張切って縫物や畑の手入れ鶏の世話と精出しております。このまえ

神経芽細胞腫

四才の男児。

頬部にリンゴ大の腫瘤があり、神経芽細胞腫といわれ、抗ガン剤をつかっている。

青汁をのませたいが?

○ 悪性の腫瘍です。特別の治療法はありません。

ともかく青汁をしっかり飲ますことです。

腫瘍そのものにも、また抗ガン剤の副作用を防ぐためにも。

分量は多いほどよろしい。少なくとも一日コップ二杯(ケール四〇〇～五〇〇g)。

その他、食べものすべてできるだけ安全なものにし、農薬がかかっていたり、いろいろな添加物のはいっているような市販のものはつとめてさけること。

とくにこどものばあい、可哀そうでもお菓子やジュース類は絶対やめること。(六三・六)

(遠藤)

出版予報

健康と青汁縮刷版Ⅲ(第三〇一号～四〇〇号)
近く出版のはこびとなります
予定価格 二八五〇円(〒とも)
右おしらせいたします
平成二年一〇月二〇日
倉敷市向山一九九七ノ六
遠藤青汁の会

ご注意 まぎらわしい青汁が出ているようですが、遠藤博士の直接指導をうけている青汁をのまれている方々は自動的に「遠藤青汁の会」の会員となる仕組になっていますので、毎月この「健康と青汁」が届けられます。つまり本紙が、ほかの青汁との見分けに役立つわけです。この点とくにご注意下さい。