



平成26年9月29日

卓話『アレルギー的生活のすすめ!』

辻安全食品株式会社 代表取締役

辻 幸一郎 様

我々は日頃小さなお子様のアレルギーのケアをしています。小さなお子様はほんの微量のアレルギー物質でも命を落とす危険性が高いのです。2012年、調布の小学5年の女の子が給食で出されたチヂミを食べて亡くなってしまいました。その学校では出されたものは全部食べようという運動をしていて、その子は乳製品に強烈なアレルギーを持っていたのに、残っていた一切れのチヂミを見過ごせず食べてしまったのです。

お子さんのアレルギーは即発型ですが、大人のアレルギーは長期的に食べたものが炎症を起こすものです。皆さんの身体は細菌や化学物質、活性酸素、人工添加物などに晒されていて、その悪い物質を炎症を起こしてやっつけようとします。それはいいことではあるんですが、あまり長く続くと癌だとかアルツハイマーに発展してしまう可能性が大きくなる。それでその人がどんな食べ物に反応するか調べて、それを摂らないようにしようという検査があります。約100品目の食べ物を検査するのですが、どの食品にも反応しない方は100人に一人ぐらいしかいません。アレルギーは食べ物だけが原因ではありませんが、食べ物は毎日、結構な量を摂るので原因になりやすいのです。私はこの検査を38歳の時に受けて卵に強く反応しました。それ以来卵は食べません。その結果、体重は運動もしてないのに83キロから59キロになり、38年患っていた花粉症も出ていません。

アレルギーは体重の増加や減少、消化不良やアトピーのほか、自閉症、集中力不足などの精神面にまで反応が出る場合があります。分かりやす

くいうと、皆さんの身体に毎日入ってくるいろいろなアレルゲンが、それを貯めておく容器から溢れてしまったのがアレルギーだと思ってください。その人に合わない物質でも、自然治癒力や新陳代謝でどんどん出せばいいんですが、その容量が小さかったり、入ってくる量が多いと、すぐ溢れてしまいます。それでなるべく自分にとっていいものか悪いものかの選択をしていただきたいのです。

我々は卵、牛乳、小麦、そば、エビ、カニ等を一切使わない料理を作り、食物アレルギーのお子さんたちを3日間の旅行に招待しました。彼らはホテルにも泊まったことがないし、バイキングもしたことはありません。そしてそのお母さんたちは、子供が生まれてから毎日、朝昼晩、お子さんの料理を必ず包丁を持って作ってきたんです。この3日間だけはお母さんにも休んでももらいたいと思ってこういう企画を立てました。

人間の小腸の内壁はテニスコート1面分近くあります。この広い面積を守っているのが善玉菌で、約1千兆個、重さにして1キログラムほどです。この菌を増やして消化吸収能力をあげ、多少いけないものを食べても消化できる体を作っていただきたい。そのために皆様には繊維とオリゴ糖をたくさん摂っていただき、またアレルゲン物質をよく知っていただきたいと思います。

ありがとうございました。

