

NATURAL HEALTH

☆ quest group

ナチュラルヘルス ニュース

このニュースレターは、皆さまがより健康的で
充実したライフスタイルを送れるようサポートします

news No.34

Spring
2017

期間限定
春の子どもの健康スペシャル
「子供の健康必須プラスセット」

離乳食から
ホールフードを

子どもの脳を
良くする方法

HEALTHY LIVING
解毒効果を上げる
5つの秘訣

春の子どもの健康スペシャル

3月1日～4月30日限定の
お得な特別キャンペーン

▶詳しくは、本誌14-15頁へ。



CONTENTS

社長からの手紙 3

離乳食から

ホールフードを取り入れましょう 4

子どもの脳を良くする方法 10

春の子どもの健康スペシャル

「子供の健康必須プラスセット」特別価格

さらに、「おなかサポートチュアブル」

もう1本プレゼント 14

プロダクト・スポットライト

「おなかサポートチュアブル」 16

体験談：「ネオセルプラス」で過眠症の薬が不要に！ 20

便利で効果的な「ネオセルプラス」に期待！ 21

ホリスティック栄養士マキャナのヘルシー・リビング
解毒効果を上げる5つの秘訣 18

クエストグループからのお知らせ 22-23

★ドクター・ギブソンの無料オンラインセミナー

★あなたとお友達に25ポイントプレゼント
お友達紹介プログラム

★本誌『ナチュラル・ヘルス・ニュース』の購読について

★週刊メールマガジン

「ナチュラル・ヘルス・ウィークリー」購読のご案内

社長からの手紙

心穏やかに過ごしましょう

「成功」という言葉を聞くと何を思い浮かべますか？

お金や権力、肩書き、それとも社会的地位があることでしょうか。私の考える成功とは、毎日の生活で心の平安を感じられるかどうかで量られると思います。内なる平安を感じられるかどうかは、自分で全てコントロールできるものです。

忙しい日々や毎日の雑事に妨害され、心安らかな、落ち着いた穏やかさを感じる時間はほんの数分しかないかもしれません。しかし常に100%の平穏を感じられなくてもそれを意識しながら過ごすことはできます。

そのためにはどうしたら良いでしょう。私は、感謝の気持ちを持つことが大切だと思っています。忙しい毎日でも周囲の人、出会った人への感謝と笑顔を忘れないようにすることで周りを明るくし、自らを内なる平安へと導いていきます。

あなたの健康と平安を祈って



クレイグ・デイビス
クエストグループ社長

“他者の態度で自分の心の平安を乱されないことが大切です。”

—ダライ・ラマ

TEACHING BABIES TO EA

離乳食からホールフー



T W H O L E F O O D S F O R L I F E

ードを取り入れましょう



小さいときからホールフードを食べ、それが美味しいと思えるのは子どもの健康にとってとても大切なことです。

新生児の最高の栄養は母乳ですが、6ヶ月くらいになって離乳食を始める時に栄養が十分なホールフードを取り入れれば、子どもが好んで食べるようになります。

このとき大事なことは、砂糖などの甘いものや人工的な食べ物は2歳までは食べさせないことです。

そうすれば自然な食べ物への嗜好が形成され、砂糖やその他の危険な食品添加物の中毒になるのを避けられます。

離乳食はいつ始めたら 良いでしょう

子どもはそれぞれ異なった発達をします。子どもをよく観察していれば、始める時期が分かります。月齢で判断せず、母乳を飲んでいたら1歳くらいまでは離乳食は必要ないか、子どもも興味を示さないでしょう。でも、もっと早い時

期から離乳食を始めた方が良い子どももいます。一般的には4ヶ月から8ヶ月の間に様子を見て始めることが多いようです。

離乳食開始のサイン

- 1 スプーンを口に入れても押し出さなくなった
赤ちゃんは、固形物を口に入れると窒息を恐れて吐き出すのが普通です。4-6ヶ月でこれがなくなってきたら、離乳食が食べられます。
- 2 満腹になったことが自分でわかるようになった
母乳やミルクを飲んでいても満腹を感じて自分から止められるようになったら、離乳食を開始できます。
- 3 首が据わってお座りが出来るようになった
- 4 出生時の体重の2倍になった
- 5 食べ物に興味が出て、注意を向けるようになった
赤ちゃんはものを口に入れることが好きですが、これは食べ物を欲しているということではありません。



FOR LIFE
ましよう

最初の離乳食として一番良いもの

赤ちゃんが最初に食べる離乳食は、月齢に合った食材から始めることをお勧めします。

次に挙げるような食べ物は、健康的で消化が良く、またビタミン、ミネラル、脂肪その他の成長に必要な栄養素が十分に含まれています。

卵黄 卵黄は母乳の成分に似ています。コリン、コレステロールその他の脳の発達に良い栄養が含まれています。

アボカド 理想的な離乳食です。香りが良くなめらかで果肉がクリーミーです。ビタミンB1、B2、ナイアシン、カリウム、マグネシウムが同じ量の他の果物や野菜よりも多く含まれます。脳に良い良質な脂肪も多く含まれています。

サツマイモ 消化が良く、ミネラルが豊富に含まれます。

4日ルール

新しい食材を食べさせ始めたら4日間は続けましょう。赤ちゃんには消化し

吸収する時間が必要です。

新しく食べ始めた食材の消化が悪い場合は、30日待ってもう一度食べさせてみて下さい。

避けて欲しい食材

砂糖、穀類(麦などを使ったシリアル)、乳製品、加工されたスナックは避けましょう。

シリアルを食べさせることから離乳食を始めないのは、赤ちゃんは1歳になるまで穀類を消化するために必要な膵臓アミラーゼを分泌することができないためです。2歳まで分泌できない子もいます。

ではいつから穀類を食べさせても良いのでしょうか。

臼歯が生え始めたら良いでしょう。赤ちゃんの消化システムは未熟で(そのため母乳の栄養が直接栄養となる訳ですが)、早期に穀類を食べさせると未消化のまま体内に入ってしまうこともあり得ます。

その場合、炎症が起きたり、そのほかの健康問題が生じることがあります。

自分で食べさせましょう

スプーンを使うことについてはよく考えましょう。成長したら、小さく切った食べ物を食器に入れて手で食べさせた方が手先が器用になり、目と手の協応が発達します。

最初は口に入れられないことの方が多くかもしれませんが、目的は自分で新しい味の食べ物を味わうことです。

自分で判断させましょう

赤ちゃんは、満腹かどうか自分で分かります。自分から飢えようとは思っていません。

健康な赤ちゃんは自分が必要な量だけ食べます。もうお腹いっぱいという様子の赤ちゃんに「もう一口食べて」と言うのは止めましょう。親が多く食べさせようとして、自分で判断して食べるという成長過程を無視しないようにしましょう。

また赤ちゃんは日々違う食べ方をしますので、よく赤ちゃんの様子を見てあげることが大切です。

ベビーフードは自分で作れます

ベビーフードをあらかじめ調理して冷凍しておくとう便利です、親の食事を柔らかくしてあげれば簡単です。

果物

簡単につぶせる果物には以下のようなものがあります

- **バナナ**
- **メロン**
- **洋梨** 柔らかい種類を選びましょう
- **いちじく** 皮などを取ってからあげます
- **桃** 皮を剥いて切ってからつぶします
- **マンゴー** 繊維の多い部分は取ってから切ります
- **プラム**
- **ブルーベリー** 半分に切ってからつぶします
- **いちご** 1歳以降
- **キウイ** 1歳以降
- **パパイヤ**
- **アボカド**
- **ぶどう** 小さく切ってからつぶします



野菜

野菜は赤ちゃんの健康のためにとっても大切です。つぶして上げるのに適した野菜をご紹介します。皮と種を取ってからつぶしてあげて下さい。

- さつまいも
- ズッキーニ
- 人参
- カブ
- ナス
- かぼちゃ
- カリフラワー

たんぱく質

たんぱく質は筋肉や骨の発達に大切です。柔らかくて栄養豊富なものを挙げました。たんぱく質は質の高いものを選びましょう。

- 魚、卵、鶏肉

その他

1 ベビーフードの味を薄める場合、4ヶ月から1歳までは母乳を少量加えましょう。赤ちゃんにとって慣れた味が入っているので離乳食へと移行しやすくなり、栄養も加わります。

2 脳の発達のために、良い油をベビーフードに足しましょう。ココナツオイルやアボカドオイル、質の良いバターなどがお勧めです。

3 十分な栄養を子どもに与えるには、七色の食物が大切です。色が栄養を供給します。人参の赤、ブロッコリーの緑、さつまいもの黄色など、様々な色の野菜を食べさせましょう。

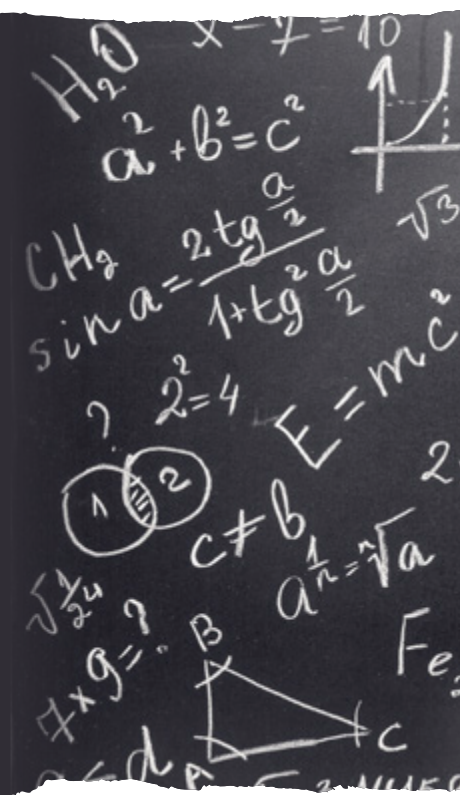
以上のように、加工された市販のベビーフードは使わないようにして離乳食をあげましょう。お子さんが2歳になるまではホールフードの野菜や果物をつぶしたりしてあげ、砂糖や穀類を避ければ、太り過ぎや食べ物アレルギーを避けられ、健康的な食べ物で満足できる人生が送れます。お子さんのいらっしゃる方のご参考になれば幸いです。もし身近にこれから母親になる人がいたらお知らせください。より幸せでより健康な子どもに育つことでしょう。

➡ホールフード、子ども、健康についてのより詳しい情報は、クエストグループのブログやFacebookページをご参照ください。

子どもの 脳を 良くする 方法



ロバート・ギブソン(脳神経科医/自然療法師)



これまで母親が健康であることが健康な子どもを産む秘訣だと言われてきましたが事実その通りで、妊娠前、妊娠中、そして出産後も脳に栄養を与えることが子どもへの素晴らしい贈り物となります。

それが健康な脳で人生を始める最高の方法です。新生児時期を過ぎた私たちは、人生の最後の日まで脳に栄養を与えることが活力に満ちた人生を送るためにすべきことです。これは特に若い成長中の脳に言うことで、微妙なバランスで成り立つ子どもの脳の組織はファーストフードや脳に必

要な栄養が欠けることで簡単に損なわれてしまいます。今回は、子どもの脳を良くする方法をお伝えしましょう。

脳に影響を及ぼす化学物質

現代は、化学物質が充満し私たちは毎日毒にさらされていることを認識しなければなりません。ファーストフードやジャンクフードを摂っていたらさらに深刻な問題になります。こうした食べ物に含まれる化学物質は成長過程にある脳に強いマイナスの影響を与えます。



たとえばある子どもの患者は、赤い着色料に強く反応し少量でも摂ると体中に赤い発疹が出ました。ピザの上に乗っている赤いサラミソーセージを一口食べるだけで顔と首にじんましんが出ました。もしも赤く色が着いたアメを1袋食べたら生命の危険があるでしょう。このように表面に出る、見て分かる症状があれば家族全員で食事を変えざるを得ません。

自分はこの反応を起こさないから幸運だと思う前に、よく考えてみて下さい。合成着色料を摂った人は全員ダメージを受け

ていますが、私の患者はそれが皮膚の表面に現れるので幸運でした。それが目に見えたから両親は変えなければいけないことに気づいたのです。

本当のダメージは脳と神経に一番顕著に現れます。合成着色料は神経毒なので摂るたびに少しずつ影響を受け、アルミニウムのように脳に蓄積されていき、どこに溜まったとしても脳の機能を脅かします。

脳が果たす役割同様、症状は多岐にわたります。子どもでは、成長遅延、問題行動、免疫力の低下、学習障害などとして現れます。

子どもの脳を良くする方法

食べ物の化学物質の影響で問題行動をしたり、物事がうまく行かないことで叱られたり見下される子どもがたくさんいます。深刻な問題ですが、原因が食べ物であることを知っていたら改善が可能なのです。

知らぬ間に体をむしばむ 化学物質が人生を破壊する

治療は簡単です。まず合成着色料の入ったものを摂らないことです。次に甘味料、保存料、化学合成された添加物を避けます。食事ごとに一つ一つ見直して行けば思ったより簡単にできます。

今現在家にある冷凍食品などの調理済みの食品は直ちに処分しましょう。知らぬ間に体をむしばむこうした化学物質が子どもにはADDや自閉症を起こし、大人には認知症やアルツハイマー病を引き起こして行きます。ジャンクフードを一口食べる度に脳細胞が壊れて行き、突然変異遺伝子が生まれ、新たな病気を引き起こし人生を破壊すると思って下さい。

「ネオクレンズ」で 脳に潜む毒素を取り除く

有毒な化学物質を摂るのを止めても、すでに体内に入ってしまったものを脳から取り除くのは難しいものです。取り除きたいと

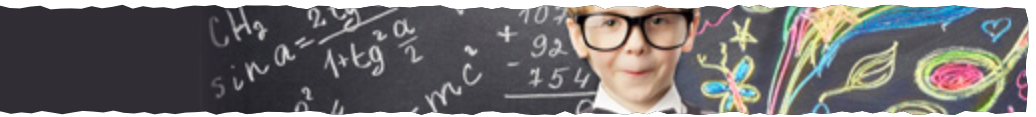
思ったときは専門家の助けが必要ですが、それがないと危険です。

しかし「ネオクレンズ」は、脳に潜む除去の難しい毒素でさえも安全に取り除けるよう作られています。「ネオクレンズ」を使い、私の解毒のためのガイドライン(ドクター・ギブソンの解毒プロトコル)を活用することでアルミニウム、水銀、放射性物質を安全に組織から放出し、捉えて体外へ排出します。これを実行することで、自閉症の子どもでもアルツハイマー病の大人でもゆっくりと改善して行きます。健康な脳ならばより能力が高まり機能が向上するでしょう。

「ネオセルプラス」と 有機ホールフード

食事を改善して毒のないものにし解毒をしたら、次は機能を高めるために必要な栄養で脳を修復する番です。どのお子さんも、全員が脳の機能を高めることができます。行動が改善し、精神面、学習面、記憶力、思考力、テスト結果などが変わってきます。また、集中力が高まり身体的能力も向上するので私のクリニックではプロスポーツ選手に「ネオセルプラス」を処方しています。

「ネオセルプラス」を摂りながら、食事は有機栽培されたホールフードを基本として手作りするのを始めましょう。脳のための



栄養が豊富な食物を食べましょう。

たとえば、養殖ではない鮭、放し飼いの鶏肉や卵、ナッツ、アボカド、ココナツオイル、ブルーベリー、緑色の葉野菜、納豆、漬け物、キムチ、ザワークラウトなどの発酵食品を食べましょう。あなたのお子さんの脳を最高の状態で発達させ機能させるにはこうした重要な栄養が必要なのです。

独自の脳の治療法を編み出す 大きなきっかけ

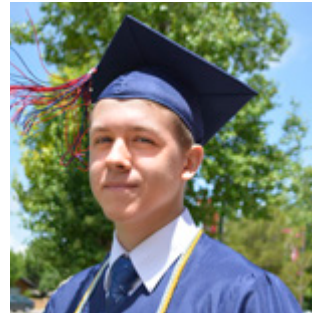
お子さんの能力発揮を手助けするために「ネオセルプラス」を与え、「ネオクレンズ」で脳を解毒しましょう。発達の遅れがある場合と同じように改善の可能性があります。

私の息子のタッカーは、ワクチンで脳に障害が出たため大変な経験をしました。まだ小さく、私は父親として彼の将来が奪われてしまったのを見るのは耐えられませんでした。このことが、私が脳の独自の治療法



を編み出す大きなきっかけでした。

「ネオセルプラス」、その他の自然療法で、彼は言葉の遅れや学習障害から回復しただけではなく、それ以上の成長を見せました。同級生を追い抜き、飛び級をして18歳で大学を卒業しました。



タッカーは聡明だけでなく思いやりのある青年です。大学を卒業した現在、昔の私のように日本に住みボランティアをしています。そして同時にアルバイトをし、こうした経験から多くのことを学んでいます。もし日本のどこかで息子に会ったら、日本語上達のために話しかけてください。

息子も皆さんにお会いするのが嬉しく、何かのお役に立てることを喜びとしています。私は彼の父親であることを誇りに思い、息子に健康な人生を取り戻せた奇跡をこうして日本の皆さんにお知らせできる幸せを噛み締めています。

March-April Special Promotion



3月1日～4月30日限定スペシャル企画

「子どもの健康必須プラスセット」通常\$130を\$125。さらに!

おなかサポートチュアブル
もう1本プレゼント

「子供の健康必須プラスセット」番号:3095P 価格:\$125

すべての製品が約2ヶ月分になるように、「おなかサポートチュアブル」を
無料でもう1本お付けします。

※「ネオガードチュアブル」と「ネオセルプラス」は1本で子どもの平均約2ヶ月分、「おなかサポートチュアブル」は1本約1ヶ月分です。

お子さんやお孫さんに、健康を贈りましょう

「子供の健康必須プラスセット」

「子供の健康必須プラスセット」には、子どもの健康を向上させ、脳の生産性を高め、
食事から十分栄養素を吸収するために消化器系を整える、
3つの強力な製品が含まれています。また、免疫系を強化し、
ストレスや環境毒素による損傷を修復するのに役立ちます。
このセットは、お子様の健康維持や改善に、
当社の医療顧問ドクター・ギブソンから推奨されています。

子どもたちは、学校や公共の場で常に病気や
毒素や汚染物質にさらされています。

子どもたちの体を解毒、修復し、
ひどい病気にかからないよう
守ってあげましょう。そして
より幸せに、より健康になれるように
サポートしていきましょう。



製品紹介

「ネオガードチュアブル」

加工食品、ストレス、環境毒素などにさらされることで体内では活性酸素(フリーラジカル)が必要以上に生まれ、細胞は攻撃されてしまいます。活性酸素は細胞の遺伝子を傷つけ変異させる場合もあります。

「ネオガードチュアブル」は、抗酸化ビタミンが豊富で活性酸素の攻撃力を奪います。他にも、ビルベリー、ブロッコリー、キャベツ、ほうれん草、当社独自の海藻ブレンドなどの強力な成分が、子どもの健康をつねに守ります。



「ネオセルプラス」

脳は、つねに毒素の攻撃を受けています。脳を最適に機能させるためには、健康でエネルギーにあふれた賢い細胞を修復し、新しい細胞を産生するための必須栄養素を全て補給しなければいけません。

「ネオセルプラス」は強力な成分を含み、脳と神経系を修復し、脳が高いレベルで働くのを助けてくれます。その効果は、子どもの活力や学力に現れるでしょう。



「おなかサポートチュアブル」

消化器系は、健康にはとても重要なのですが、見過ごされがちです。消化器系は、素晴らしい栄養分の全てが吸収される場所であり、免疫物質の8割が作られる場所でもあります。健康な腸内細菌は、ばい菌が侵入してきたときの最初の防御ラインになります。「おなかサポートチュアブル」には10種類のプロバイオティクスが含まれ、消化器内で健康な腸内細菌を元気にします。また、数種類のプロバイオティクスを摂取することは、幅広く防御するためにも重要です。



製品の詳細とご購入は、こちらからどうぞ。 www.questgrp.jp/
サポートセンターにて、お電話やファックスでのご注文も承ります。

フリーダイヤル: **0120-676-601**

ファックス番号: **03-5915-2661**

数あるクエスト製品の中から

今回のスポットライトは…

「おなかサポートチュアブル」

噛めておいしい、ラムネタイプの
プロバイオティクス(善玉菌) (90粒入り)



でるサポートを水なしで食べられるラムネタイプにしました。

さわやかなアップル味。乳児から年配の方まで、
手軽においしくプロバイオティクスを補給していただくことができます。

「おなかサポートチュアブル」に含まれている
乳酸菌やビフィズス菌など10種類の善玉菌は、
腸内環境を整え、食べ物の消化吸収を助けるため、便秘・下痢などの
胃腸のトラブルや皮膚のトラブルに効果があり、
免疫力を向上させ、アトピーや、花粉症などの
アレルギー症状の改善にも関係すると言われています。

また、妊娠中、授乳中の女性がプロバイオティクスを摂ることで、
お子さんにアレルギーが減るという研究結果が出ています。



家族みんなの腸内環境チェックシート

あなたや家族に善玉菌が不足していないか、
思い当たる症状をチェック☑してみましょう。
もし1つでも当てはまったら腸内環境悪化のサインかもしれません。

- ガスが溜まりやすく、お腹がはり、胃のむかつきがある
- 便秘がち
- よく下痢をする
- 逆流性食道炎
- 免疫機能が弱い(風邪やインフルエンザ、カンジダになりやすい)
- 腸疾患(クローン病、潰瘍性大腸炎、過敏性腸症候群)
- アトピー性皮膚炎、アレルギーがある





プロバイオティクスって何？

「おなかサポートチュアブル」のプロバイオティクスはどこが特別なの？

プロバイオティクスは、日本語では“善玉菌”と呼ばれ、人間の腸内に生息し、食物を消化するために必要な、生きている微生物やバクテリアのことで、ビタミン類も生成しています。善玉菌の代表格が、ビフィズス菌やラクトバチルス菌などの乳酸菌です。

腸内では善玉菌と、大腸菌やブドウ球菌など、健康に有害な働きをする悪玉菌が戦っていて、そのバランスが、私たちの健康状態を左右していると言われています。善玉菌が不足すると免疫機能がうまく働かなくなり、さまざまな症状を引き起こします。

そこで登場したのが“プロバイオティクス”による予防医学の考え方です。体内の善玉菌を増やして腸内細菌のバランスを保ち、病気になりにくい体を作りましょう。

善玉菌はヨーグルトやチーズなどの発酵乳製品や発酵食品に含まれています。味噌、ぬか漬けなどに含まれている植物性乳酸菌は、特に酸に強く、生きて腸まで届くので、効果の高いプロバイオティクス食品です。しかし、食品に含まれる善玉菌を、体に

良い効果をもたらすのに十分な量を摂るのは難しく、実際は善玉菌が不足している人がほとんどです。

最近では日本でも薬局などでプロバイオティクス製品をいくつも扱っていますが、含まれている乳酸菌の種類があまり多くありません。プロバイオティクスの効果を得るには、様々な種類の善玉菌を、腸のすみずみまで送り込む必要があるのです。

「おなかサポートチュアブル」のプロバイオティクスは、長時間生き残るよう安定化させるフリーズドライ製法で作られています。また、胃酸を自然に中和するために、イオン化した植物由来の成分をブレンドしています。この特別なブレンドにより、「おなかサポートチュアブル」の善玉菌は、胃酸の中でも生き残り、腸の奥まで届くのです。

ご家族の毎日の食事にプラスして、「おなかサポートチュアブル」でたくさんの種類の善玉菌をしっかり補給することをおすすめします。

解毒効果を上げる 5つの秘訣

マキャナ・ゴードン

CHN(認定ホリスティック栄養士)、
トータルヘルシーレシピ.comの創始者、著者、3児の母。
健康で元気いっぱいのライフスタイルを送るのに役立つ、
マキャナの健康アドバイスなどをぜひご活用ください。



20世紀前半に活躍したアメリカ人医師ティルデン博士は、「病気といわれるものや死は、全て体と血液に毒の蓄積が進んで起きるものである」と述べています。しかし、私たちがどんなに体に毒を入れたくなくても、昔はなかった加工食品、汚染された空気や水、そして化粧品やシャンプーなどから体に入ってきて溜まっていきます。ボディローションや香水の成分についてよく調べてみたら、恐ろしいものばかりだということが分かるでしょう。ほかにはストレスも毒の元となりますが、祖父母の時代と比べたらよりストレスの多い社会に生きているのも事実です。

私たちの体にはもともと解毒機能が備わっていますが、それを更に効果的にするための5つの秘訣をご紹介します。

出来るだけ日々の生活に取り入れて本来の解毒機能を活性化しましょう。

1 深呼吸をしましょう

あなたの肺は代表的な解毒器官のひとつですが、どう働いているかご存知ですか？息を吸うたびに体の毒素を捉え、吐くときに出しています。深い呼吸をするエクササイズを数分するだけで体の毒素排出に役立ちます。きれいな空気を吸うと臓器のひとつひとつに入ってくる様子を思い浮かべてみてください。深呼吸をするときはできるだけ空気のきれいな場所で行いましょう。大気が汚染された都会を離れ、新鮮できれいな空気を深く吸って、毒素をより効率的に吐き出すようにしましょう。

2 皮膚からの解毒を促しましょう

次に大きな解毒器官は皮膚です。解毒機能を働かせるとき、皮膚は汗をかきま

す。サウナには湿式と乾式がありますが、どちらも汗をかくことが大切です。また運動で汗をかくことは一番簡単な皮膚からの解毒であり、汗から毒が出せると同時にカロリーを消費できます。

3 肝臓と腸を元気に

肝臓と腸も大切な解毒器官です。肝臓はちゃんと働けば脂肪を燃焼させる器官ですが、毒で一杯になるとその能力は低下します。これは腸も同じです。本来は1日2-3回排便があることが正常なのですが多くの人はそう思っていない。

クエストグループの腸内クレンジングプログラムである「でるもんね」は、腸をきれいにすると同時に肝臓の解毒のために作られています。「でるもんね」を1年に1~2回行うとこうした臓器を綺麗に保てます。

4 お風呂は大切です

「お風呂に入る時間もないほど忙しい」と言う人は多いですが、そのための時間を作ると解毒にとても大きな効果があります。

解毒のためのお風呂にするには、バスタブに自分に合った温度のお湯を入れてエプソムソルト*1を手のひら2杯ほど溶かします。エプソムソルトは解毒を助け、多くの人に足りないミネラルであるマグネシウムが主成分です。

5 十分な量の水を飲みましょう

水分補給は大切です。どのくらいの量を飲むべきかには色々な意見がありますが、多くの人の場合、2リットルは必要だと思います。水は重要ですので季節や体格に応じて出来るだけ飲むことが大切です。お水はちゃんと飲んでいてという方も、解毒のためにはおそらくより多くの水が大切です。適量摂れているかどうかは尿の色で判断でき、やや黄色または透明でしたら足りていると考えて良いでしょう。もし濃い黄色やオレンジ色に近い場合は、もっとお水を飲む必要があります。しかし、ビタミンのサプリメントを摂ることで尿の色が変わる場合もありますのでその点はお気をつけください。とくにビタミンB群を摂ると、クエストグループの「スーパーBプラス」のような自然のビタミンの場合でも尿は黄色くなります。

以上の5つを生活に取り入れ、毎日しっかりと栄養を摂ることが大切です。ホールフード*2を食べ、「ネオパック」のような総合栄養剤をとともに「ネオクレンジ」も毎日摂って下さい。また年に1度は「ネオクレンジ」の解毒プログラム実施し、体内に溜まった毒を出しましょう。

*1: エプソムソルトは、硫酸マグネシウムの入浴剤です。温泉の成分として含まれているもので、温浴効果が高まります。

*2: ホールフードについては、こちらをお読みください。
<http://www.questgrp.net/jp/022014/>

「ネオセルプラス」で 過眠症の薬が不要に！

(A. Mizuno 様)

私は平成25年春にナルコレプシー(過眠症)と診断され、モディオダールという薬を飲むようになりました。ナルコレプシーは耐え難い眠気に襲われ、日常生活に支障をきたしてしまう辛い症状です。

私のこの症状は中学生の頃から始まりました。しかし、病気とは思わず、30年以上も苦しみ続けて来たのです。薬を飲むようになり、眠くないとはこういうことなのか、と生活が大分楽になり、1年半前から始めたエクササイズで更に爽快になって、薬も半分に減っていたのです。が、「薬など飲みたくない!」そんな思いから、薬に代わるものはないかと探していました。ギブソン先生なら私を何とかしてくださるかもしれない、そんな思いで参加したセミナー。そこで出会った「ネオセルプラス」。

直ぐには購入しませんでしたでしたが、それ以来気になっていました。そして、12月に行われた無料オンラインセミナー。真剣にメモを取りながら視聴しました。そこに参加していた事で、「ネオセルプラス」が当たったのです!感謝致します。幸運に感謝し、12月23日から摂り始めました。目が霞むと嘆いている夫も一緒に始めました。その日、モディオダールを飲まずに試してみました。すると、薬を飲んでいいる時よりも頭の中がクリアで眠気が全くありません。

夫も小さい文字も読めると言います。その日から全く薬を飲んでいません。画期的です。認知症の二人の母にも4日間だけ飲んでもらったところ、それぞれ症状の違う母ですが、どちらも自発的に意欲的になってきました。驚きました。実家の母は編み物をしたいと言い出しました。そして、どちらの母ももっと飲みたいと言います。実家の父も飲みたいと言いました。夫も良さを実感し購入しようと言い出しました。すっかり飲み終えてからの注文になりました。届くまでの1週間あまり、モディオダールも飲まずに過ごしてみました。眠気を感じることも無く過ごすことができ、驚きと嬉しさで一杯です。注文していた「ネオセルプラス」が届き、また再開し、快適に過ごしています。

実家へ届けに行くと、父も母も待っていました。母は、「これを飲んで元気になるよ」と素敵な笑顔を見せてくれました。家族皆で元気に過ごせるために、楽しんで続けて行きたいと思っています。素晴らしいサプリをありがとうございます。

便利で、効果的な 「ネオセルプラス」に期待!

(U 様)

私は30年間1日の大半がだるい、眠いと言う状態でした。病院に行っても門前払いされ、氣功、漢方など試してきました。効果のあるものもありましたが、どうしても症状が残ってしまっていました。漢方の副作用で胃が痛くなったこともありました。友人が「ネオセル」を紹介してくれて、飲んでみたところすぐに眠気がとれ気分が良くなりました。

「ネオセル」のおかげで1日が有効に使えるようになりました。しかし「ネオセル」は液体で冷蔵庫に保存しなければいけないので、旅行に持っていかず、それをきっかけについ飲まなくなってしまったりしました。

そんなとき同じ友人から「ネオセルプラス」が発売されるという話を聞き、購入しました。「ネオセルプラス」は実感としては「ネオセル」と同じくらいまたはそれ以上の効果があると思いますし、カプセルなので持ち歩きできるのは勿論、「ネオセル」よりずっと飲みやすいです。そして効果のあるものとしては値段が安いと思います。

「ネオセル」は即効性と共に長く続けると治療効果も期待できるそうですが、私は不安、強迫観念、年齢による記憶力の低下などの症状もあるので、1年間「ネオセルプラス」を続けてみようと思っています。





ドクター・ギブソンの無料オンラインセミナー

クエストグループは、より健康になれる解決策を、メンバーの皆様とシェアすることを大切にしています。そこで、定期的にドクター・ギブソンをはじめとする健康の専門家を招いて自然療法についての無料オンラインセミナーを開催しています。

ご自宅で気軽に、病気を防ぎ、健康で若々しく幸せになる有益な方法や解決策を楽しく学ぶことができます。

ぜひご家族やお友達も一緒にご参加ください。皆様のご参加をお待ちしています。

次回オンラインセミナー 4月13日(木)

「子どものADD(注意欠陥障害)、ADHD(注意欠陥・多動性障害)や自閉症」
—どのように予防し、改善するか?

- ADHD(注意欠陥・多動性障害)や自閉症の子どもたちの驚異的な改善例
 - 生まれる前から、ADDや自閉症を予防する方法
 - 最先端のナチュラルで、効果的な治療法

アメリカでは子どもの88人に1人が、日本では181人に1人が自閉症と診断されており、その数が年々増えています。

しかし、たとえ脳の障害があると診断されていても、適切な栄養と治療を与え、勇気づけてあげることなどで、驚異的に改善できる能力を脳は持っているのです。

ドクター・ギブソンは、非常に多くの自閉症、ADD(注意欠陥障害)、アスペルガー症候群、学習障害など脳の障害を持つ子どもや大人の治療にあたり、多くの患者たちの心身の向上に成果を上げてきました。

脳の健康について関心のある方はぜひご参加ください。

● 参加登録はこちらから：<http://www.questgrp.net/jp/seminar/>

今後のオンラインセミナー予定

● 2017年6月「テロメアとエピジェネティクス」 ● 2017年8月「毒素：静かな流行」

*詳細は、当社ホームページ：www.questgrp.net/jp/seminar (過去のセミナーもご覧になれます)
またはフェイスブックページ：<https://www.facebook.com/questiongroupjapan> をご覧ください。

あなたとお友達に25ポイント(約2,500円分)プレゼント!

クエスト商品をあなたのお友達やお知り合いに、ぜひご紹介ください。ご紹介いただいたお友達が商品をご購入されると……ご紹介くださったあなたに、25ショッピングポイントをプレゼントいたします。

また、ご紹介いただいたお友達にも初回購入の特別ギフトとして25ポイントを贈呈します。

(※ポイントは、お友達の初回購入の翌月15日以降にご利用いただけます。)

本誌『ナチュラル・ヘルス・ニュース』の購読について

最新の健康情報を得られる素晴らしい情報源とご好評いただいている本誌『ナチュラル・ヘルス・ニュース』は、年4回発行1部250円、年間1,000円でご購読いただけます。なお、クエストグループの会員の皆様は会員特典として無料購読いただけます。

さらに当社からのプレゼントです。皆様の大切な方に、『ナチュラル・ヘルス・ニュース』の年間購読をプレゼントしませんか?

当社ホームページで必要事項をご登録いただくと、無料で『ナチュラル・ヘルス・ニュース』1年分(4部)をあなたの大切な方にお届けいたします。

● www.questgrp.jp/free

または、

電話:03-5915-0345

ジャパンサポートセンター

までお申込みください。



週刊メールマガジン「ナチュラル・ヘルス・ウィークリー」

本誌の他に、当社では週刊メールマガジン「ナチュラル・ヘルス・ウィークリー」を配信しています。メルマガでは、健康増進法、もっと活力いっぱいになれる方法、気分が向上する方法などをお届けしています。

メルマガはどうぞご自由にご家族やお友達に転送してください。あるいは、皆様の大

切な方もこのメルマガを購読されるよう、ご案内ください。「健康というギフト」を一人でも多くの方

にシェアしてください。まだ購読されていない方は、こちらからご登録ください。

● www.questgrp.jp



クエストグループ・ジャパンサポートセンター

ご注文専用フリーダイヤル **0120-676-601**

(IP電話など、一部の回線からはご利用になれない場合があります)

〒174-0046 東京都板橋区蓮根3-23-18

電話: 03-5915-0345 FAX: 03-5915-2661

Eメール: post@questgrp.jp ホームページ: www.questgrp.jp



クエストグループのフェイスブック・ページ

www.facebook.com/questgroupjapan

「いいね」をクリックをしてくださった方には、フェイスブックのみの特別割引、会社からのメッセージ、その他の有益な情報を入手していただけます。

クエストグループのブログ

<http://www.questgrp.net/jp/category/blog/>

アメリカから美と健康の最新情報や当社からのお知らせをタイムリーにお届けしています。

当社の医療顧問 ドクター・ギブソンのブログ／フェイスブックページ

ブログ <http://ameblo.jp/drgibson/>

フェイスブックページ <https://www.facebook.com/DrRobertGibson>

クエスト・ユーザーグループ

ご相談受付電話 **03-3969-9070**

受付電話: 平日10:00-16:00 (その他の時間は留守番電話にて承ります)

Eメール: info@questuser.jp

クエスト・ユーザーグループは、ユーザーによる独立したサポート団体であり、皆様が自然に健康を取り戻すお手伝いをさせていただいています。自分や家族、子どもが自然療法で健康になった経験を皆様と分け合い、助け合いたいと思っている製品サポート・スペシャリストです。クエスト社製品をご愛用いただいている皆様からのご相談、または製品をお試しになりたい方のご相談をお受けしております。どうぞお気軽にご相談ください。