



# ほんものを たべよう

提出日	2/ 8 9 10 11
配達日	2/ 15 16 17 18
翌々週配達日	2/ 22 23 24 25

### オルターの提案

#### 本当に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、チェルノブイリ放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

Alter Weekly Order Catalogue

2011.2月3週号

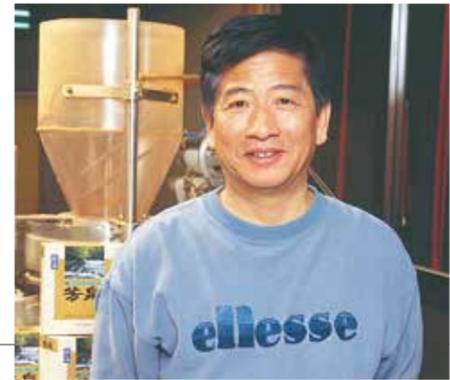
## 入浴剤 BATH ADDITIVE

# 家庭でできるほんものの薬湯

万病のもと、冷え対策におすすめです。

## つくば本草研究所

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)



辻徳弥さん

### 亡くなられた奥様のために

茨城県土浦市にある「つくば本草研究所」の辻徳弥代表は、100%自然な漢方・生薬入浴剤「芳泉」を製造しています。「冷え症に効果がある」「やっと本物の入浴剤に出会った」と、その温浴効果が大変評判になっています。

辻さんは一級建築士です。その辻さんが入浴剤の研究を始めたきっかけは、亡くなられた奥様が体が弱くてリュウマチや冷え症で悩んでおられたので、薬に頼らない方法はないかと考えられたことでした。

市販の薬湯ではびったりとしたものがなく、それな

らいつそ自分達で作ってみようと、生薬の組み合わせや刻み方の研究を始めました。とくに苦労されたのは黄柏(オウバク)の刻み方。生薬に含まれる成分を活かすには、刻み方に重要なポイントがあったのです。

約2年間の試行錯誤の結果、今日の10種類の生薬を使った薬湯が誕生しました。地元で健康道場、土浦漢方薬湯を創るまでになりました。さらに、毎日気長に続けたくても遠くから足を運ぶのが大変という人のために、家庭でも気軽に入れるよう、入浴剤として「芳泉」が誕生し、テレビや雑誌で話題となりました。

### 冷えは万病のもと

冷えからくる血液の滞りは万病の元。今の私たちの生活は、男女や年齢を問わず冷える傾向にあります。一人でも多くの方々の冷えや低体温、さらにアトピーや肩・腰・膝の痛みの改善に、この「芳泉」が役立つことを願って紹介します。

オルターへの「芳泉」の紹介は、出版社である「株式会社・ほんの木」からです。オルターで取り扱っている本、「ナチュラルオルタ」の発行元でもあります。

## つくば本草研究所 家庭用生薬入浴剤・薬湯「芳泉」(医薬部外品)

ほんものの入浴剤です(飲料用ではありません)。

芳泉は下記の10種類の漢方生薬100%でできています。自然治癒力を高めて病気を治す中国伝統医学に学び、処方しています。血行が良くなり、体がたいへん温まります。手軽に使える入浴剤ですが、優れた薬効を示します。

### ●効能

あせも、肩こり、神経痛、しもやけ、痔、冷え症、腰痛、リュウマチ、うちみ、くじき、疲労回復、産前産後の冷え症などの一般的効能のほか、アトピー、喘息、アレルギー、ダイエット、便秘、糖尿病、高血圧、花粉症、鼻炎、胃腸障害、肌荒れ、目の疲れ、術後の回復、生理痛、五十肩、ニキビ、シミ、吹き出物、水虫、抜毛、ストレス解消など、生薬の新陳代謝促進、細胞の活性化、毒素や老廃物の排出促進、自然治癒力増進、止血、消炎、殺菌作用、リラックス効果によると思われる効能が報告されています。

### ●使い方

- 家庭の風呂(180~200リットル)に芳泉1袋を入れる。水からでもお湯からでも可。マイルドとレギュラーの違いは生薬の分量です。生薬配合は同じです。量と価格ではレギュラーが少しお得です。
- ・芳泉はお湯の中でよくみだしてご使用ください。お子様にも安心です。
- ・お肌の敏感な方、体調が優れないとき、赤ちゃんにはもむ回数控えめに加減してください。傷口や炎症に痛みを感じたときなど、万一肌に合わないときはすぐに使用を中止してください。
- ・ぬるめのお湯(38~40度)でゆっくり入浴(約20分)すると薬効が高まります。
- ・数日間使えます。
- ・24時間風呂などのフィルター付のお風呂を使用される場合、フィルターの目づまりに注意してください。
- ・お湯に生薬特有の色が付きませんが、浴槽・風呂釜などをいためることはありません。
- ・数日間浴槽に入れておくと、多少浴槽に色がつくことがあります。まず石けん、スポンジで、もしそれでもとれないときは酸素系漂白剤を浴槽に入れて洗えば、汚れは落ちます。
- ・残り湯は洗濯物には色がつきやすいです。植木や花壇、庭には土壌活性効果があります。
- ・洗髪に使うと、髪や頭皮を保護します。
- ・使用開始時に一時的な好転反応(症状がいったん悪化する)がおこることがあります。
- ・本品は飲用の煎じ薬ではありませんので、飲まないでください。
- ・品質保持のため脱酸素剤が入っていますが、これは入浴剤ではありません。
- ・未開封で1年間保存できます。湿気の少ない涼しい所で保管。
- ・開封後はお早め(2ヶ月程度)にご使用ください。

### ●原料生薬とその効能

国内産(一部中国産)の日本薬事法に基づいた生薬。昔ながらの配合にこだわって作っています。作業性は悪いが、品質にこだわって、生薬の入念なチェックなどを行っています。

- ◆当帰(トウキ):セリ科のトウキの根(国産)。  
貧血、冷え症、生理不順、更年期障害、抗アレルギー、ストレス
- ◆川キョウ(センキョウ):セリ科の植物根茎(国産)。  
貧血、冷え症、生理不順、リラックス効果
- ◆黄ゴン(オウゴン):シソ科のコガネバナの根(中国産)。  
血圧降下、利尿、止血、解熱、消炎、むくみ解消、打ち身
- ◆生姜(ショウキョウ):ショウガ根茎(国産)。  
体を温め、風邪予防、咳止め、食欲増進、新陳代謝促進
- ◆蕃椒(ハンショウ):ナス科トウガラシ実(国産)。  
健胃、皮膚に活力、養毛、育毛、神経痛、筋肉痛
- ◆陳皮(チンピ):ミカンの果皮(国産)。  
食欲不振、吐き気、下痢、咳止め、発汗作用、保湿、美肌効果
- ◆黄柏(オウバク):ミカン科キハダ樹皮(国産)。  
腸内殺菌作用、消化不良、整腸など胃腸に効果、解熱、ヤケドなど外用消炎剤
- ◆橙皮(トウヒ):ミカン科ダイダイ果皮(国産)。  
食欲不振、咳止め、保湿、美肌、スキンケア、鎮静作用、リラックス
- ◆山シジ(サンシジ):アカネ科クちなシ実(国産)。  
解熱、止血、打撲、鎮痛、消炎、吹出物、ニキビ肌
- ◆紅花(コウカ):キク科ペニバナの花(国産)。  
血行促進、生理不順、更年期障害など婦人病全般、コレステロール

☆着色料、香料など合成添加物、化学素材は一切使用していません。

### 家庭でも手作り入浴剤を作ってみましょう

もちろん無農薬のものに限りますが、大根の葉、ゆず皮、みかんの皮、よもぎ、びわの葉を乾燥させたものや、くず茶をもめん袋に入れて入浴剤として使用するのもそれぞれ楽しめます。

## 市販の入浴剤の問題点

バスクリンのように、一般は炭酸塩などに着色料、着香料、保存剤、防腐剤、安定剤など化学薬品だらけのものも多く、そのためかぶれたりの被害が出ています。

そこで、漢方の生薬を使ったものが見直されてきていますが、その多くはエキスを抽出して、そのエキス剤(濃縮還元液体)を使っています。エキス剤は扱いやすいのですが、残念ながら生薬からエキスを抽出する段階で、その生薬の重要成分である揮発性成分、芳香成分が飛んでしまします。そのため、人工的な香料を使うことになってしまうのです。エキス剤は、「芳泉」のような刻み生薬の煎じ薬にはかなわないのです。

つくば本草研究所の「芳泉」は、今週配布のカラーチラシでポイントセールでご注文いただけます。