

自然に学び、自然に帰る

株式会社アルラ 代表取締役 岩月 淳



今回は、口腔内の健康と全身の生活習慣病との関係について関連情報を交えながらお伝えさせていただきました。

口腔内の健康状態は糖尿病、高血圧、認知症、リウマチ、痛風、低体重児、早産に至るまで密接に関係しており、口腔を健康に保つだけで本来の免疫も働きやすく、健康寿命にも繋がります。

今回は口腔内から腸環境にも領域を広げ、また、自然界の摂理を視座に置きながら、まとめさせていただきました。皆様の健康生活にお役立ていただければ幸いです。

口腔内フローラと

腸内フローラ

口の細菌叢のことは口腔内フローラ、腸の細菌叢のことは腸内フ

ローラと呼ばれています。

「フローラ (Flora)」という言葉

葉は、細菌の集団を顕微鏡で見た

時に、お花畑のように見えること

から、このような名前がついてい

ます。

口と腸は離れていますが一つの

管で繋がっており、お互いに関連

し合っています。

人間の体の中で細菌が棲んでい

る主な場所は口、皮膚、鼻腔、胃、

腸、膣などですが、この中でも、

細菌が多く生息しているところが口と腸になります。

特に腸は、大腸でテニスコート0・5面分、小腸でテニスコート1面分もの表面積を持ち、腸内細菌の重さは1・0〜1・5kg、その種類は10000種以上、その数は6000〜10000兆個といわれています。

口腔内の菌は殆ど歯を磨かない人で約1兆個程度ですから、体の中で最も微生物の活動が盛んな場所は「腸」になり、口腔との規模の差は数百〜千倍程度にもなっています。

「場のエネルギーを決める」

マイクロバイオームとは微生物の菌叢（きんそう）のことです。

微生物の種類が豊富で、腸の健康は微生物の種類、つまり菌叢によって影響を受けながら便秘、体臭、口臭などの症状が現れています。

大豆が発酵すると味噌や納豆など体を還元させる健康食品となります。しかし大豆が発酵できず腐敗すれば、悪臭を放つ生ごみになります。腐敗すなわち酸化であるため、身体にも受け入れがたい状態です。

自然界で生きる細菌は「善玉菌」「日和見菌（ひよりみきん）」

「悪玉菌」の3種類から成り立っています。これは醸造発酵でも農地でも、人の腸内でも同じです。

日和見菌は善玉菌が多い環境で

は自らも善玉菌になり、悪玉菌が多いと悪玉菌になる性質を持っています。善玉菌と悪玉菌はお互いにテリトリー争いをしています。この両者の関係に大きく影響を与えているものに「場のエネルギー」があります。

発酵に適した還元状態にある場では食物も発酵しやすく、発酵に適さない酸化状態にある場では腐敗しやすいのです。

このように自然界の微生物は場のエネルギーの影響を受け菌叢が決まります。

源流は「腸内フローラ」!?

近年、腸内解析の技術が進化し、研究が進められていくうちに、口

腔内フローラと腸内フローラが同じ菌叢になっていることがわかってきました。

AさんとBさんのフローラは異なるのですが、Aさんの口腔と腸内のフローラ、Bさんの口腔と腸内のフローラは同じということです。

この関連性を紐解くと、食べ物は口から腸の順番で流れていきま

すので、口腔内フローラが腸内フローラに影響を与えていると通常では考えられると思います。しかし腸の働きを正常化する

ことで体臭は改善され、酸化していた唾液も還元されていきます。また、唾液が還元されると口臭が治

まり歯周病にもなりにくくなりま

す。体臭も口臭も体が酸化した時

に起きているため、まず腸の菌叢

を正常化すれば、連動して口腔も

還元され、口腔内の菌叢が正常化

していくものと考えています。

そもそも腸内微生物が代謝する

良質な酵素は、身体を還元させる

エネルギーの源です。常時、体を

くまなく流れる血液やリンパ液の

質は腸内微生物が生産する酵素に

大きく影響を受けているのです。

「口腔内フローラ」が「腸内フロ

ーラ」から影響を受けていると考

えるのはそのような理由からです

が、鍵になるのは「場のエネルギー

」です。

それでは、場のエネルギーが微

発酵大国日本

日本は四季がある島国です。発酵菌の生育に適した気候風土で火山帯国であることから、土地には地中からのエネルギーが満たされています。

日本が世界に先駆けて発酵大国であるのはそのような発酵、つまり微生物の生育に適した環境があるためです。

日本にある醸造工場を外国の大

陸や砂漠に引っ越しても、思うように発酵食品はできません。また、日本国内でも安易に工場を移転すると、もともと古くから工場に伝わる有益なカビや菌だけでなく、その土地の特長を持った「場の工

「ネルギー」が違うものになってしまい、従来の発酵ができないことがあります。

そのため、古くから継承されてきた醸造発酵の工場は長年その土地に居座り、地域のエネルギーや風土の特長に合った発酵食品をつくり続けています。

微生物による奇跡

45億年前に誕生した地球は放射能や有毒ガスで充満していました。しかし微生物は有毒な放射能を「食べ物」のように摂取・排泄して分解し、今日の生命溢れる緑の地球が生まれました。微生物は古来より、環境を整える大切な役割を果たしています。

1945年8月、広島・長崎に原爆が投下されました。少なくとも100年間は廃墟と化した都市になり、いかなる生命も存在しないだろうと米国政府は考えていました。しかし半年後には小さな植物が芽を出し始め、1年後には放射能の数値が急減して人間が住むことのできるまでの環境に回復しました。

日本の微生物学者・高嶋康豪博士によれば、土中の放射能微生物の分解作用によって放射性物質が次第に減少したのだろうと考えられました。しかし、原爆実験が行われた米国・ネバダ砂漠や、原発事故となった旧ソ連・チェルノブイリでは、そのような「奇跡」は起こりません。それは微生物が

活性化する場の条件が満たなく、抗放射能微生物が育たなかったためです。

チェルノブイリの原発後、ヨーロッパから日本の代表的な発酵食品の味噌が大量に買い付けられました。味噌は長崎に原爆が投下された際、被爆者を救った食品の一つです。

そして東日本大震災の折にも民間企業の実験により、微生物で土壌の放射能の線量を下げられることが確認されています。

榎崎卓月さんの研究

先の大戦後、日本は深刻な食糧難に陥りました。物理学者の榎崎卓月（ならさきさつき）或いはこ

うげつ)さんは、政府からの依頼で食料自給率を高めるための研究を行いました。

榎崎さんは高温で焼いた備長炭を一定の深さで地中に埋め、対地電流を整える方法で農作物の収量を増やすことに成功しました。土に埋まった炭が、地中の電流と電子の流れを安定させ、マイナスイオンの豊富な土地になったのです。場のエネルギーが整うことで土壌の微生物群が元気になり、土が肥えて農作物も育っていきました。ここでも、微生物の生育はその「場のエネルギー」によって決まる、と確認することができま

す。榎崎さんはこれらの研究を『静電三法』という書籍にまとめてい

ます。この研究は後に、住まいのエネルギー環境を整えるために、自宅の敷地に炭を埋める「炭素埋設」という手法でも活用されています。

人が住みやすいエネルギーに

イヤシロチⅡ

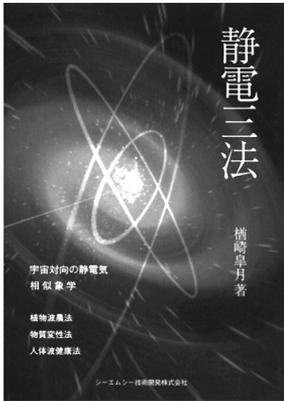
心地よく棲む方法がある

船井幸雄

Yukio Funai



評言社



『静電三法』・榎崎皐月著・シーエムシー技術開発刊、
『イヤシロチⅡ』・船井幸雄著・評言社刊

満ち溢れた土地を「イヤシロチ」、そうでない土地を「ケガレ地」と呼び、有名な経営コンサルタントの故・船井幸雄先生が、書籍の出版をされました。

森林や滝などのようにマイナスイオンが豊富なイヤシロチ地で生活する人は、ストレスを受けにくく、体が酸化しないため病気にもなりにくいといわれています。

塩田塩と工業塩

塩づくりは古くから日本各地で行われてきました。

石川県の輪島や能登では、昔ながらの製塩法として知られる「揚げ浜式製塩法」が観光用として残されていますが、8世紀頃から塩

づくりは盛んになり、「入浜」「流下式塩田法」など、有機的な塩づくりが日本各地で行われていました。

しかし先の大戦で、軍事予算を集める目的で塩専売法が制定されました。塩の生産と流通は大蔵省の専売公社の管理下に置かれ、日本中で行われていた有機的な塩づくりは廃止されてしまいました。ミネラルと酵素が豊富だった食用の塩は、その頃開発されていた工業用の塩を大量に製造するイオン交換膜製塩法の工業塩に置き換わってしまい、自然塩を使う伝統的な発酵食品に大きな影響を与えたに違いありません。

お隣の韓国でも食用塩の規制がありました。しかし罰則がなかつ

たため、食品会社は塩田塩を使い続けました。塩田の塩でつくったキムチなどの発酵食品と工業塩でつくったものに大きな差が確認されたためです。味や風味だけでなく鮮度にも大差がありました。

現在でも塩田塩を使用した韓国のイカの塩辛は95%が防腐剤を必要とせず含みません。しかし工業塩でつくったものは95%に防腐剤を含みます。塩に含まれる酵素の防腐効果の違いがこのように現れています。

塩田では土を耕し微生物を育てた土壌で塩づくりをするため、塩には豊富な微生物の酵素が含まれているのです。

微生物からの恵みはこのようにところにも影響を与えています。

抗酸化環境の検証

ここに二つの実験をご紹介します。

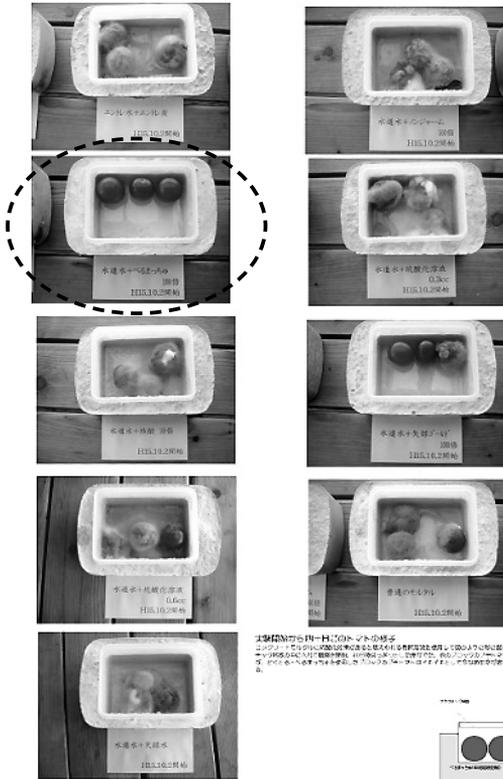
一つ目は、コンクリートを固める際、異なる種類の酵素を混ぜておき、上にミニトマトを載せて、40日間放置した鮮度保持実験です。

また、右側は同じ位置で生卵を載せて変化の様子を観察したものです（7頁・写真）。

どちらも左列の上から2番目が鮮度保持されており、この位置のコンクリートに混ぜた酵素が鮮度保持力すなわち還元力を持っていることがわかります。

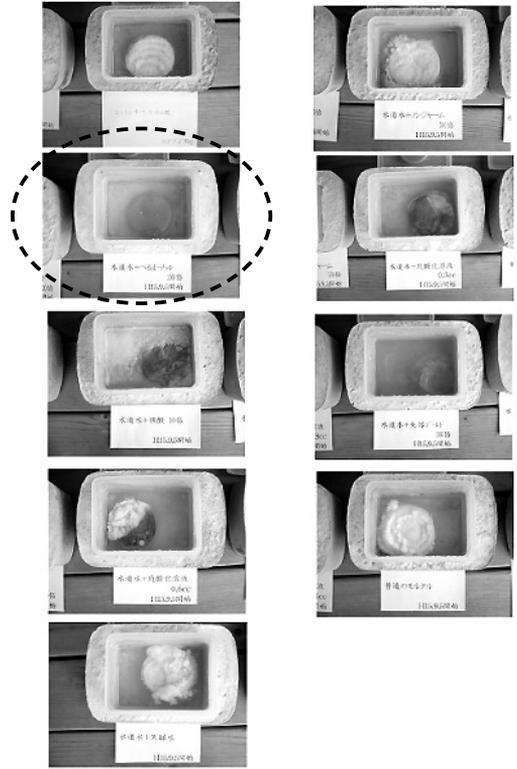
二つ目は、その酵素をカンボジ

《ミニトマト》



本報掲載のミニトマトは、コンクリート製の鉢で育てられた。コンクリート製の鉢は、土壌中の微生物を育てるのに効果的である。また、コンクリート製の鉢は、土壌中の微生物を育てるのに効果的である。また、コンクリート製の鉢は、土壌中の微生物を育てるのに効果的である。

《生 卵》



異なる酵素を混ぜたコンクリート。どちらも左列の上から2番目が鮮度保持されている。

- ◎ 微生物には大自然の叡智が宿っている。
 - ◎ 発酵現場に酵素を加え還元力を補うと、腐敗せず発酵が促進され農業も豊作になる。
 - ◎ 醸造発酵の工場がその土地特有の場のエネルギーによって支えられている。
 - ◎ 酵素を入れた糞の肥料は、そうでないものより1・3倍の収量につながり、還元力のある酵素は糞の中にある人糞の発酵を促進させる働きがあることがわかりました。
- アの農業支援場に持ち込み、現地
のコンクリート製の糞（かめ）に
混ぜました。糞の中で人糞を発酵
させ、肥料として性能評価したも
のです。

カンボジア



ここまで、このような事例のお話をさせていただきました。

歯周病や病気に
なりにくい人

最近の研究で「口腔内に、ある

種の善玉菌がいる人は、歯周病になりにくく虫歯にもなりにくい」というものがあります。

善玉菌優位の口

腔環境は悪玉菌の歯周病菌や虫歯を生むミュータンス菌が生育でき

ない場であるためです。

腸の働きを正常化すると口腔環境が整い、口腔の菌叢も正常化されます。

また、長崎大学では多くの発酵食品に含まれる「5-アミノレブリン酸」が一定量に達すると、SARS-CoV-2 新型コロナウイルス感染を阻害するという研究結果を発表しました。

それぞれ悪いものを排除・遮断するのではなく、自然の力を活かす前向きの実例です。

昨今、検査機器や測定機器の技術開発が進む一方、物事をマイクロに捉えすぎる傾向が強くなつていくと強く懸念しています。

例年のインフルエンザウイルス

◎口腔内の菌叢は、腸の健康状態で決まる。



と比べ死亡率の低い新型コロナウイルスを、高感度のPCR検査で追い、陽性イコール感染者として感染者数で評価するならば、古来より共存してきたウイルスを地球上から絶滅させない限り、このイタチごっこを永遠に繰り返すことになるでしょう。

今日のPCR検査が今から50年前、100年前にあつたとしても、どの時代でも緊急事態宣言と大騒ぎしていたに違いありません。

身体には自然の力が備わり、体内にウイルスが入った後に獲得免疫をつくり出す免疫力が働きます。その免疫力を応援する微生物や発酵食品にも目を向け、パンデミック

クを切り抜ける一助にするべきと考えます。

バイオチュアブル

バイオチュアブルは微生物の恵みを最大限に集約した健康食品です。この御時勢に、日本蘇りを祈願して開発されたものです。

12種類の厳選した乳酸菌を黄金比でブレンドし、二次発酵させてエネルギーを高めています。そこに、乳幼児の腸内に母親の産道から受け継がれる「クリスパタス菌」や高い抗酸化力を持つ羅漢果、水溶性イオン化ケイ素などをベストブレンドして食べやすくしたものです。

私たちは神様が創り出した自然界の尊い叡智の中で生かされています。「自然に学び自然に帰る」を教訓に、ミクロとマクロの視点を持つてバランス良く生きていきたいものです。皆様方の健康と日本蘇りを心より願っております。

