

# 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

No.31  
Summer  
2016

期間限定  
「健康管理セット」ご注文で  
ダブルショッピングポイント!!

## 必須ミネラルの 吸収を阻害する 重金属

甲状腺に  
影響を与える  
毒素と放射性物質

HEALTHY LIVING

うつに打ち克つ  
5つの方法



## 「健康管理セット」ご注文で ダブルショッピングポイントプレゼント!!

6月1日～7月31日限定の  
お得な特別キャンペーン  
▶詳しくは、本誌20頁へ。



## CONTENTS

- 社長からの手紙 ..... 3
- ドクター・ギブソンの  
9・10月来日セミナー ..... 4
- 必須ミネラルの  
吸収を阻害する重金属 ..... 8
- 甲状腺に影響を与える  
毒素と放射性物質から  
自分を守る方法 ..... 12
- 「ネオクレンジング」の  
90日間解毒プログラム  
ケーススタディ ..... 16
- 「健康管理セット」ご注文で  
ダブルショッピングポイントをプレゼント! ..... 20
- ホリスティック栄養士マキャナの  
ヘルシー・リビング  
うつに打ち克つための5つの方法 ..... 22
- クエストグループからのお知らせ ..... 26-27
- ★「ドクター・ギブソンのスーパーデトックスマニュアル」  
(電子版)発売中
  - ★「ネオクレンジング」のウェブサイト
  - ★『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」好評配信中
- 体験談：  
「ネオセル」で鬱を克服し、思い通りの人生を実現! ..... 21

# 社長からの手紙

## 御見舞い

このたび九州で発生した地震により、被災された皆様には心よりお見舞い申し上げます。

現在、製品発送において、地域により提供できない状況またはお届けが遅れる場合がございます。大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

詳しくはサポートセンターまでお問い合わせください。

## 健康のために定期的な運動をしましょう

夏になると、私は孫をゴルフに連れて行きます。カーターは9歳、レイダーは8歳です。彼らはまだ大きなゴルフコースを回ったことがありませんので、将来のためにゴルフ練習場や練習用グリーンでレッスンしてあげています。おそらく来年にはコースを回れるようになるでしょう。

ゴルフは強さと柔軟性を必要とするスポーツです。骨と筋肉が時々少し痛むことがありますが、運動することはとても気持ち良いものです。私は、ゴルフの前に必ず「ネオスプリング」を飲んで、集中力を高めるようにしています。

健康な体、心、精神のために定期的に運動をして、どうか皆様が健康な夏を迎えられますようにお祈りしております。



クレイグ・デイビス  
クエストグループ社長

ドクター・ギブソン

# 9・10月来日セミナー

| 9月30日(金) | 10月1日(土) | 10月2日(日) |

脳神経科医／自然療法医師で、  
当社の医療顧問でもあるドクター・ギブソンが再来日します。  
人々を自然療法で健康に幸せにしたいという氏の使命、  
そして温かくユーモア溢れる人間性は日本の皆さんからご好評をいただき、  
毎回ドクター・ギブソンのファンが増えています。

皆さんもぜひこの機会に、  
ドクター・ギブソンのセミナーに参加しませんか？  
今回は、東京だけでなく、福島県郡山市でのセミナーも初めて開催します。  
なお、全てのセミナーには人数制限がございます。  
ご希望の方は今すぐお席の確保を！

詳細・お申込みは、こちらから👉 <http://www.questgrp.net/jp/seminar/>



# 10.2 SUN



## 福島県郡山市でのデトックスセミナー

### 「ドクター・ギブソンのスーパーデトックス」セミナー 放射能汚染と有害物質から子どもたちを守ろう！

放射能と有害な化学物質は、遺伝子の突然変異やガン、さらには人々を死に至らしめることもあります。手遅れになる前に、子どもたち、そして、あなた自身を防御する方法を学びましょう。子どもたちの将来は、今、私たちの手にかかっています！

- 放射能汚染や有毒化学物質が原因の、遺伝子の突然変異からあなたと家族を守る、最新の科学とは？
- 微量の放射能が、どのようにDNAに影響を与えるか？
- 放射能によって最も危険な目に遭うのは、発育中の子どもの体と脳である。その理由は？
- 体内から放射能汚染物質を除去する方法
- 既にダメージを受けている細胞を修復し、守るのに、何をどのように食べたらよいか？
- 子どもたちがより健康に成長できるように、環境から放射能汚染物質を取り除く方法

子どもたちの将来、次世代の子どもたちのために、ドクター・ギブソンがシェアする画期的な健康管理法を学びましょう。今年最初で最後のドクター・ギブソンの郡山市でのセミナーに、ぜひご家族やお友達とご参加ください。当セミナーで公開するのは、今まで公にはされていなかった情報ばかりです。

日時：10月2日(日) 13:30～16:30

会場：郡山ビューホテルアネックス 福島県郡山市中町10-10

# ドクター・ギブソン 9・10月来日セミナー

## 9.30 FRI

やる気・気力がぐんぐん続く！  
「朝からスッキリ起きられる  
元気脳の作り方」



東京・キセキさん(都丸孝子さん)とのジョイントセミナー

ドクター・ギブソンと低血糖アドバイザー・キセキさんによる  
「脳をみるみる元気にする」栄養と食べ方のコツセミナー。

- 「砂糖は脳のエネルギー」のウソ・ホント?!
- 脳の神経伝達物質は「栄養」で作られる・やる気、気力は〇〇で出来ている
- あなたのダルさ、〇〇が溜まっているのかもしれない…
- 脳を修復し、慢性の症状を劇的に改善する方法とは?
- 脳は何歳からでも再生、修復できる!

など、実際の検証データを使った解説、実証例、血糖値とメンタルの話を変えながら、ドクター・ギブソンから「脳と栄養」「機能を妨げる毒素」「脳と身体を細胞レベルから再生・修復できるナチュラルクレンジング法」などを学びます。

日時：9月30日(金)【昼の部】14:00～16:30(開場:13:30)【夜の部】19:00～21:00(開場:18:30)

※昼の部、夜の部、ともに同じ内容です。

場所：エッサム神田ホール1号館(会議室701) 東京都千代田区神田鍛冶町3-2-2



# 10.1 SAT

健康に生きるための  
コントロールセンター：  
あなたの素晴らしい脳  
脳を活性化し、豊かな人生を送る方法



東京・難病治療アドバイザーの渡邊千春さんとのジョイントセミナー

脳についての知識を深めて、  
人生のあらゆる側面を向上させましょう。

- 他の臓器よりもっと多くの栄養素を必要とする脳に必須の栄養素とは？
- 心身ともにより健康になれ、  
あなたの能力を最大限活かすために脳を活性化する方法
- 脳がどのようにDNAをコントロールしているか？  
寿命を長くするために遺伝子のスイッチをオンにする方法
- 脳を修復し、慢性の症状を劇的に改善する方法とは？
- 現代人に必須のデトックスとは？

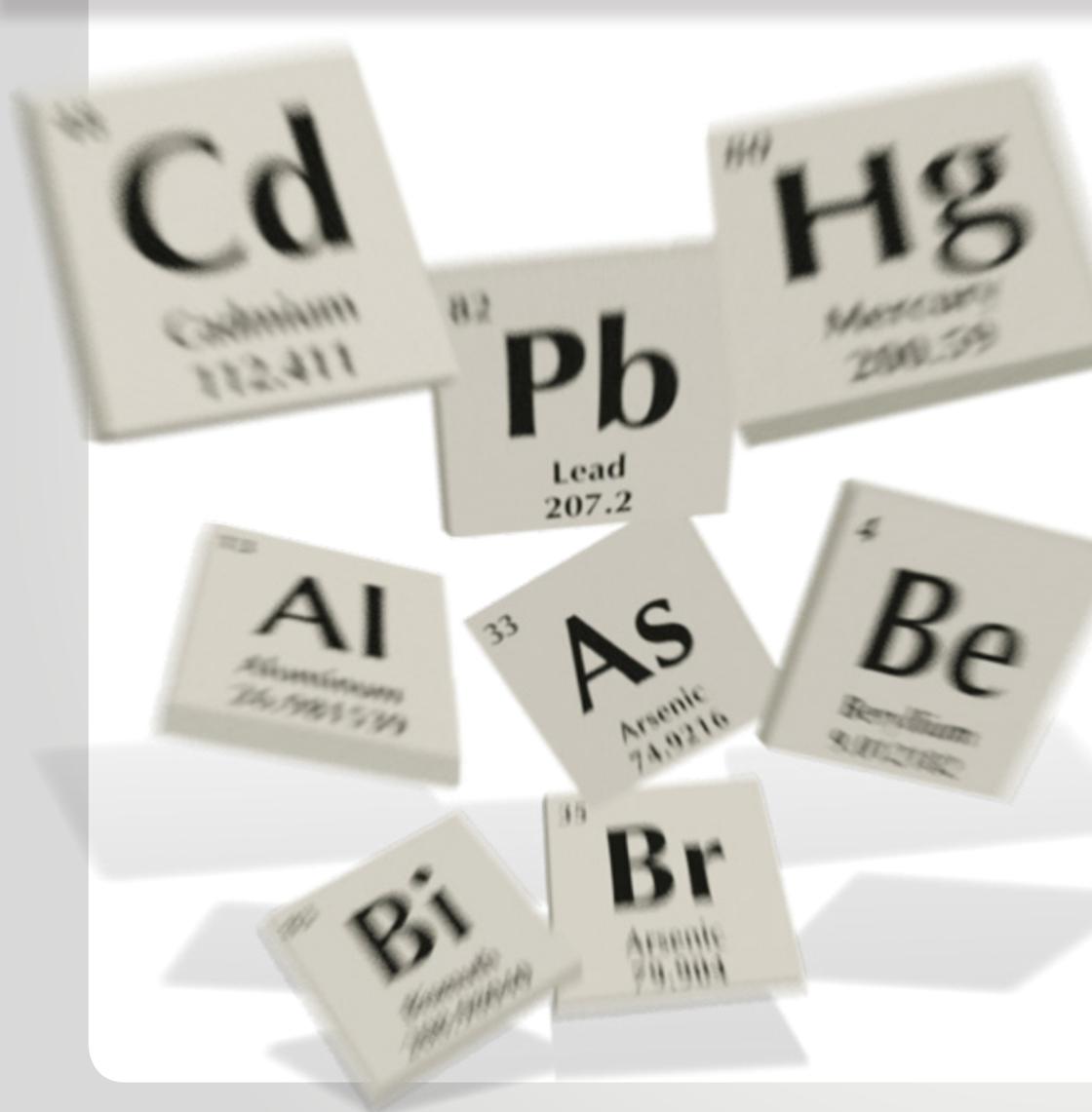
ドクター・ギブソンが、よりエネルギッシュに、意欲的で楽しい人生を送れる方法をシェアします。

日時：10月1日(土) 13:30～15:30

場所：エッサム本社ビル(3階グリーンホール) 東京都千代田区神田須田町1-26-3

How Heavy Metals Displace Essential Minerals

# 必須ミネラルの吸収を

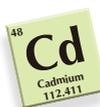


# 阻害する重金属

誰もが、カドミウム、鉛、水銀などの重金属にさらされています。こうした毒素は環境に広く存在し、深刻な問題となっています。カドミウム、鉛、水銀だけでなく、アルミニウム、ヒ素なども体に害となる主な重金属です。ベリリウム、ビスマス、臭素も同様に私たちにとっては毒物です。これらの多くは、数世紀前まではごく少量で、比較的安全な量だけ環境に存在していました。しかし、工業化と科学技術の発達によりもたらされた産業は、環境への悪影響なしに成立しませんでした。地中からこうした金属を掘り出し、家庭で使う製品に用い、また食物を入れる容器に使うことで、人々は毒物にさらされることになったのです。

こうした毒となる金属は空気、水、土を汚染し、食物連鎖にも影響を与えています。重金属が問題を起す原因は、体の機能のために必要なミネラルと毒物である重金属が体内で置き換わるためです。毒素の濃度が高いと、健康と長

寿のために細胞が必要とするミネラルの吸収を阻害してしまいます。



## カドミウム

カドミウムに慢性的に触れることは、健康に害を及ぼします。カドミウムは土や海水に含まれ、食べ物、飲み水を汚染していることもあります。煙草の煙を吸うことで吸収されますが、肌からも吸収されることがあります。赤血球と結びついて体中に周り、肝臓と腎臓で濃縮されます。ゆっくり排出されますが20-30年もの間、体に残ることがあります。カドミウムは、亜鉛で置き換えることができます。亜鉛は必須ミネラルで、免疫システムをサポートし、たんぱく質を合成し、脳の健康と生殖機能に関する役割がありますが、カドミウムは酵素、とくに亜鉛、銅、セレンなどを含む酵素の機能を阻害します。これは高血圧を招き、腎臓、肝臓にダメージを与えます。

82  
**Pb**  
Lead  
207.2

## 鉛

鉛は、含まれていることを知らずに触れたり口に入れることで健康被害がよく報告される毒物の一つです。鉛が含まれたペンキ、鉛で塗装された缶、鉛を使った焼き物に保存した食べ物、鉛で汚染された水などが環境中に見られます。また、鉛は肌からも吸収されます。化粧品に入っていることもあり、子どもの場合吸収率は大人の8倍になります。鉛の入った塗料片やホコリを吸い込むことが、子どもの体内汚染の主な原因です。鉛はカルシウムと置き換わる

ので、吸収された鉛は骨にたまり、何十年もとどまります。体からその分カルシウムが減るので、カルシウムが果たすべき大切な役割が十分に果たせなくなります。

80  
**Hg**  
Mercury  
200.59

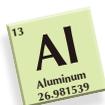
## 水銀

水銀は、他の重金属の体内での分布と滞留に影響を与えます。このことが、最も危険な重金属である理由です。また水銀は、口から摂取することも危険ですが、蒸気を吸い込む場合の方がより毒性が強くなります。石炭を用いる火力発



電所も水銀の発生源であり、大気が汚染され空気中に広がり、やがて海水に入り魚や貝に生物濃縮していきます。その他の汚染源にはワクチンと歯科の amalgam があります。

人間は少量の水銀なら排出できますが、そのために有効な健全な体内機構が欠損している人が多いようです。体に蓄積すると水銀は内臓に影響し、脳と腎臓で濃縮される傾向があります。また胎盤を通じて胎児に影響し、母乳にも含まれることがあります。水銀は、エネルギーを生み出すための酵素が活発に働くために必要な鉄と銅と置き換わり有害な影響を与えます。マグネシウム、亜鉛、ヨウ素とも置き換わります。



## アルミニウム

アルミニウムは自然にも至る所で見られ食べ物にも水にも含まれていますが、その毒性について注目が高まっています。ワクチンの添加物に使われているため直接体内に入り、主に肺、肝臓、甲状腺、骨、脳にたまります。また、調理器具、衛生用品、缶詰のような食物保存用品に含まれています。アルミニウムは吸収率が高く、健康な人なら通常は排出できませんが、約80%の人の髪に高濃度のアル

ミニウムが検出されています。アルツハイマー、パーキンソン病、認知症の発症に関与していることは今や周知の事実です。アルミニウムは、マグネシウム、カルシウムと置き換わりますが、マグネシウムは脳の健康に不可欠であり、また300もの酵素系の補助因子となっていますのでマグネシウム不足は深刻な問題となります。

現代社会では毒素を避けては生きられませんが、クエストグループのデトックスプログラムでカドミウム、鉛、水銀、アルミニウム、ヒ素などの毒を体外に排出できるのです。デトックスプログラムを行った人の血液を検査したところ、デトックスを始める前と後では毒素の量が下がり、必須栄養素のレベルが上がりました。被験者全員のカルシウム、亜鉛、マグネシウム、セレンの量が特に増えていました。

「ネオクレンズ」により、あなたの体内の重金属を排出し、必要な必須ミネラルを吸収できるようになります。こうした必須ミネラルは健康のために、体を守るために、病気の予防に非常に大切なものです。



# 甲状腺に影響を与える 毒素と放射性物質から 自分を守る方法

ロバート・ギブソン(脳神経科医/自然療法医師)

非常に多くの方が甲状腺の問題で悩んでいます。甲状腺がうまく機能していないことに気づいてもいない人がさらに多く存在します。医学的な検査と薬による治療のほとんどは恐ろしく時代遅れでかつ不適切です。このために、解決方法のないまま患者は放置され、辛い思いをしています。不安感、イライラ、鬱、頭にもやがかったような状態、肥満、疲労感、何年も人々を衰弱させ続けます。それは、甲状腺の問題を考えるにあたって大きなポイントとなる毒素と放射性物質について考慮に入れられていないためです。

食べ物由来であれ、環境由来であれ、毒素は甲状腺の問題の大きな原因となるものです。

日本は、環境問題については国際的に先進的な役割を果たしてきました。東京の空気の質はこの25年の間に大きく変わりがきれいになっています。1989年に私が東京を訪れたとき、空は厚いスモッグに覆われ遠くのビルは霞んで見えませんでした。しかしこの3月にスカイツリーを訪れたとき、東京も千葉もすべてが見渡せるくらい空気が格段にきれいになっていました。しかし残念なことに、日本が努力しても中

国大陸から来る毒素と放射性物質を含んだ風は止めることができません。つまり規制されていない工場が排出する大気汚染物質が、あなたの家に吹き込んでいるのです。この問題を無視すると、あなたやご

家族の健康に重大な問題を引き起こす可能性があります。私はこの危険から身を守るためには何をしたらよいのか、また体からこうした毒素を出す方法についてお伝えしたいと思います。

## 甲状腺の機能に影響する毒素には こういったものがあるでしょう

**1 放射性物質:** 勇気ある労働者が多大な労力を費やしていますが、福島第一原子力発電所は環境に危険なレベルの放射性物質を放出し続けています。セシウムおよびその他の放射能を帯びたチリが日本中にばらまかれ、原発の近辺に近いレベルにまで達しています。甲状腺が放射能にさらされると、甲状腺機能低下症、橋本病(甲状腺炎)、バセドウ病(甲状腺機能亢進症)、眼疾患、腺腫(良性腫瘍)、甲状腺腫、甲状腺ガンなどになります。最も多く見られるのは、甲状腺機能低下症です。

**2 大気汚染:** 大気汚染も、毒の含まれた空気としてガンだけでなく重大な健康問題を起こします。たとえば、子どもの出生異常や先天性欠損症などです。アメリカの大気浄化法(1963年制定された大気汚染防止法、以降3回に渡って改正)では187種類の汚染物質が指定されています。車の排気ガスのみならず、香料、プラスチック製品、工場の排気ガスなど発生源への規制は多岐にわたっています。つまりこうした規制法がないと、私たちが吸う空気には重金属をはじめ様々な毒素が含まれるということです。

**3 重金属:** 水銀、鉛、アルミニウムは抗体の引き金になる可能性があります。つまり重金属が原因で甲状腺の状態が、バセドウ病や橋本病のようになることがあります。こうした毒素に囲まれていると、普通に暮らしているだけ上記のような自己免疫疾患が起きる可能性があります。

**4 殺虫剤**：殺虫剤は甲状腺の産生するホルモンに影響を与えます。抗菌剤や除草剤も甲状腺機能を低下させます。できるだけ無農薬で育ったオーガニックの食べ物を食べましょう。自分でブロッコリーなどのスプラウトを育てるのも新鮮なオーガニック野菜を食べる方法です。

**5 難燃性PBDE(ポリ臭素化ジフェニルエーテル)**：テレビやコンピュータの画面、家具、カーペットなどに使われる物質ですが、甲状腺機能を低下させます。子どもの行動や発達の障害とも関係があると考えられています。

**6 プラスチック**：アンチモンは、プラスチックのボトルから溶け出しますが、果物に入った飲み物やジュースには水道水の水質基準より2.5倍も多く含まれています。またプラスチックに含まれるフタル酸エステルは、甲状腺機能を変化させます。ビスフェノールA (BPA) もプラスチックに含まれていますが、食べ物のコーティング剤や歯の詰め物にも入っており、甲状腺受容体の感受性を低下させます。

**7 PFOA (ペルフルオロオクタン酸)**：これはテフロン加工に使う化学物質で、食べ物の包装などにも使われており中程度の濃度でも甲状腺機能に影響を与えます。

**8 ハロゲン**：ハロゲンは、フッ素を含む元素ですが、子どものヨウ素輸送を低下させたり甲状腺ホルモンの活性型であるT4 をT3 へと転換する過程を阻害します。

**9 遺伝子組み換え食物**：たとえば、遺伝子組み換えの大豆たんぱくは、甲状腺ベルオキシダーゼという酵素の働きを抑制します。遺伝子組み換えの大豆は甲状腺ホルモンの産生、分泌、T4 のT3 への転換も抑制します。オーガニックで遺伝子組み換えされていない大豆が安全です。

**10 抗生物質と抗菌剤**：薬、洗剤、化粧水、歯磨き粉などには、抗菌剤が含まれているものが多くあります。たとえばトリクロサンは、環境ホルモンであり甲状腺機能に影響を与えます。トリクロサンはまた、アンドロゲンとエストロゲンホルモン受容体に作用します。

農薬などの毒に汚染されていない食べ物を食べ、毒に触れないようにしても、様々な毒素が空気などから体内に入ってきてしまいます。そのため私は最新の科学を元に解毒の実績のある成分を使って解毒製品である「ネオクレンズ」を開発しましたが、その効果は科学的にも証明されています。



解毒のためのマニュアル（スーパーデトックスマニュアル）も作成しましたので、高濃度の毒や放射能にさらされても解決の手だてとなることと思います（クエストグループのオンラインショップでお求め頂けます）。なお、脳と甲状腺の働きを修復するには、「ネオセル」が非常に有効です。

日本、中国、アメリカで「ネオクレンズ」を摂った皆さんの検査をしたところ、重金属、大気汚染物質、放射性物質を解毒するには最も効果的なものだということが証明されました。細胞レベルで働き、分子レ



ベルで毒をとらえ通常の肝臓や腎臓の機能を使って毒素が簡単に排出されます。

**最後に** 皆さんは甲状腺を襲う様々な問題を減らすための十分な情報を得た上で、ご自身で意志決定をすることができます。人間の体というものは、すばらしい回復力を備えています。治癒可能なのです。私は、回復不可能と思われた健康問題のある人も助けられました。基本的なことを1つ1つ行うことでそういう方々も健康になれるのです。

ぜひ私のプロトコルとデトックスマニュアルを実践して「ネオクレンズ」で解毒し、「ネオセル」で脳と甲状腺の機能を回復させてください。



**健康は偶然手に入るものではなく、自分の意志で健康になるものなのです**

甲状腺についてもっと知りたい方は、私が前に書いた記事をこちらからお読みください。

<http://ameblo.jp/drgibson/entry-12018530886.html>

解毒サプリメント

「ネオクレンズ」

臨床データ

ケーススタディ

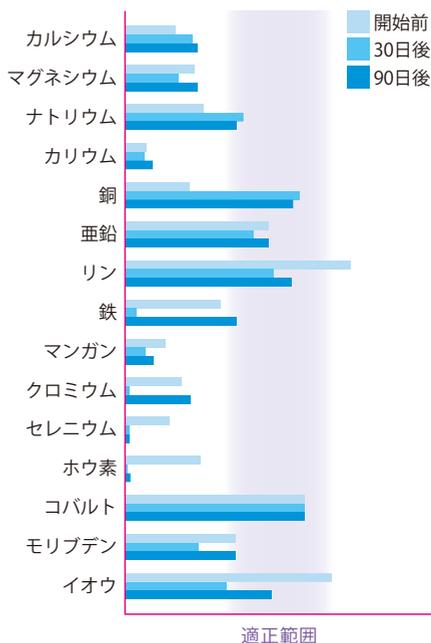
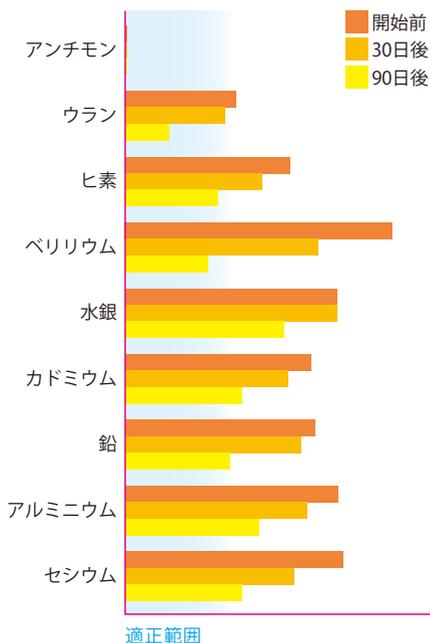
#19

—55歳女性



この方は、福島にお住まいの55歳の女性です。野菜を多く食べることなど健康管理に気を付けていますが、放射能汚染の地域に住んでいるということをあまり気にしていませんでした。

開始前のテストでは、ウラン、ベリリウム、セシウムなど放射能汚染を示唆する重金属の量がかなり高く、その他水銀、アルミの量もかなり高レベルでした。彼女の体に



は、放射性物質、重金属がかなり蓄積されてきました。

30日後には、放射線物質が劇的に減少しました。セシウムとベリウムの量が、30%以上減少したのです。さらに、アルミニウムの量も15%減少しました。

そして、栄養素においては、カルシウムとマグネシウムの量が正常になりました。また、亜鉛とリンの量もかなり増えました。

90日後のテストでも驚異的な結果が出ま

した。放射性物質が、全て許容範囲となりました。ウランは55%、ベリウムは74%、セシウムは43%も減少したのです。90日間で、重金属の量が大きく減少しました。そればかりではなく、全ての栄養素の量が正常になったのです。

住んでいる場所、放射線物質や重金属に触れる機会が多いことから、この方は、「ネオクレンズ」を定期的に摂取して、体を守ることが必須です。

## 被験者の感想

「ネオクレンズ」開始前の検査結果の数値が高く、プログラムの効果に対する期待値が高まりましたが、朝・昼とサプリメントを飲むだけなので、こんなに簡単に数値が下がるものなのか不安もありました。

30日後の検査結果は、少しですが数値に変化がありましたので、1粒ずつ飲み始めて30日で変化があるなら90日後が楽しみになりました。

サプリメントは、食事の支度を始める時に飲めばよいのでとても簡単でした。肌の調子は一時期悪くなりました。今考えると毒素が出ていたのかもしれませんが。

以前にも重金属の解毒のサプリメントを使用したことがあったのですが、想像以上に数値が高く驚きました。それだけに、90日後に数値がだいぶ下がっているのを見たときはとてもうれしくなりました。

栄養素については、意識して野菜を摂ったりということ以外、食生活で特に気配りをしていただけではないのですが、90日後にはかなり改善されていて驚きましたし、もっと食事内容に気をつけようと思いました。

どんなに食事に気をつけていても、重金属を摂取しないようにするということが不可能のように思います。でしたら、摂取してしまったものは出来るだけ早く体外に出してしまうかありません。食事の前に摂るだけで速やかに解毒ができるというのは理想的ではないかと思えます。

解毒サプリメント

「ネオクレンズ」

臨床データ

ケーススタディ

#20

—59歳女性

この方は、59歳の東京在住の女性です。健康的な生活をしていますが、プログラム開始前の検査では、水銀の量が特に高く、カドミウム、鉛、アルミニウムもかなりの量が検出されました。また、ウラン、ベラリウム、セシウムも検出されおり、それはこの女性が、放射性物質にさらされているということを示しています。

この方の30日後の検査結果を見ると、水銀が非常に減少しています。その他の重金属の量も減り始めています。ウラン、セシウム、ベラリウムの量も減少しました。

90日後の検査は、さらによい結果となりました。放射性物質は全て許容範囲まで減少しました。栄養素の量も全て正常になりました。プログラム中、この方の水銀の量は40%、ベリリウムの量は50%減少しました。

住んでいる場所、放射性物質や重金属に触れる機会などを考慮すると、この方は、これからも「ネオクレンズ」をしっかり摂取することが重要です。

## 被験者の感想

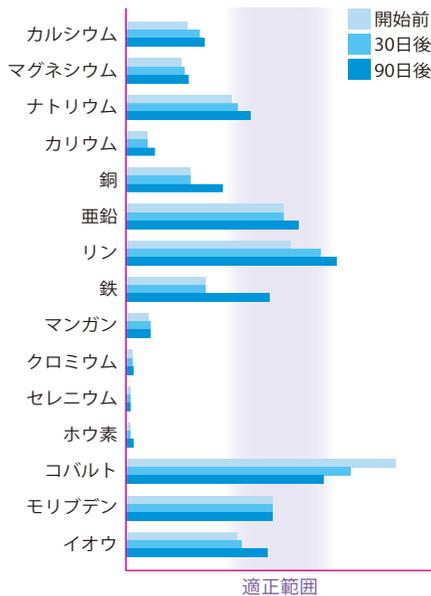
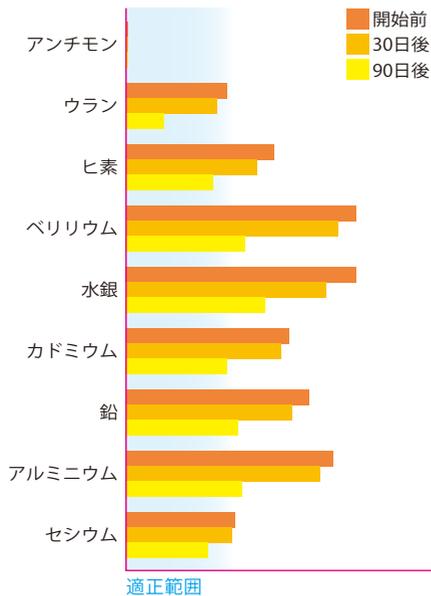
飲み始めて1週間後くらいに花粉症（鼻炎）の症状がひどく出ました。好転反応ということに気づかず、鼻炎のお薬を飲みましたが、症状はおさまりませんでした。そして、ふとこれは好転反応かもしれないと気づき、薬を飲むのを止め症状が出るのに任せていると、4日後には落ち着きました。その後は、同様の症状がひと月に数日ありましたが、それほどひどい症状ではありませんでした。

この季節12月から4月はいつもスギ花粉とヒノキ花粉が続けて飛ぶ季節で、毎年花粉症の症状は3ヶ月くらいずっと続いていて、マスクは必ずつけていましたが、今年はマスクを忘れて外出してしまうくらい症状が軽くなっていました。同じように肌の状態もここ2年くらいは花粉症の時期には赤くなったりかぶれたりのトラブルが出ています。今年も当初は同じような状態でしたが、ひどくなることはなく少しずつ落ち着いてきています。

またこの期間、周りでは高熱の風邪などの方やインフルエンザに罹った方もいて、何人かはうつって罹っていましたが、私は全く影響ありませんでした。このことも後になって「ネオクレンズ」のお陰かなと思いました。

「ネオクレンズ」の摂取方法は簡単でしたが、私は飲み忘れることがよくありました。特に昼食前の摂取で、食事を取り始めてから気づき、途中で飲むことも何度もありました。アラームを使ったりしましたが、どうしても飲み忘れることが多かったと思います。カプセルは日本で販売されている他のカプセル錠剤と同じくらいの大きさだったので、アメリカのサプリメントとしては小さく飲みやすかったと思います。

開始前の血液検査の結果はやはりそうだったかと思う気持ちと、でももう少し良いと思っていたという気持ちと半々でした。特に毒素の部分は意外な物の数値が大きく、自分では気づかない



うちに溜まっていたのだと思います。1ヶ月後の結果にまず驚きました。最初の方は「飲む量も少ない量から始まるので、結果もそれほどではないのでは」と思っていたが、しっかり結果が出て、その後の2ヶ月間を継続するのも楽しみになりました。普段の食事はなるべく偏りがないように、野菜を多めにとるようになどの基本的なことには気をつけていますが、特別な食材を使用しているわけでもありませんでした。けれども解毒前の検査結果では栄養状態はこれしか身体には残らないのかとやはり残念に思いました。解毒中も食事は特に気を遣わずに、それまでと同じような食事でしたが、それでも90日後には栄養素の数値も改善されました。毒素を出すことによって、今まで吸収されなかった栄養素が、身体に取り込まれるようになったのだと、実感しました。

「ネオクレンズ」90日間解毒プロトコルは、自宅で簡単にできる解毒です。そして結果はきちんと数値で出てきます。毒素は、いつ自分がそれを取り込んでしまったのか分からないうちに溜まってきているのだと思います。そしてそれが栄養不足の原因の一つになっていることも確かなことだと思います。健康状態に不安がある方はもちろん、現在健康状態に問題がない、自覚症状がない方でも、数値には表れてくると思います。毎日の食事から、きちんと栄養を取り込むためにも、解毒プロトコルは必要だと思います。それともう一つ、90日間のプロトコル終了後ですが、やはり少しずつでも「ネオクレンズ」を継続してとっていくのが良いと思います。自分が気づかないうちに溜め込んだ毒をやっと排出したのですから、また溜めないようににして行くことも大事なことだと思います。

# 私たちは 毒に囲まれて生活をしています。

毒は、食べ物にも、空気にも水にも、そして生活用品にも含まれています。

汚染されていない食べ物を食べ、浄水器を使っても、  
環境にあるすべての毒素を避けることはできません。

毒の襲来から体を守るために、  
「ネオパック」「ネオガード」「ネオクレンズ」をセットにした  
「健康管理セット」。

毒を排出し、細胞を修復して守ってくれます。

## JUNE-JULY PROMOTION

6月1日～7月31日限定「健康管理セット」ご注文の方に、  
通常の2倍の32ショッピングポイント進呈。

16pt  
▼  
32pt

「健康管理セット」  
商品番号:3080 価格:\$160



**ネオパック** 健康の基礎となるサプリメント。健康に必須の、ビタミン、ミネラル、植物栄養素が含まれています。ミネラルは、体に入ると重金属などの毒物の吸収を妨げてくれます。不足すると今月号の記事『必須ミネラルの吸収を阻害する重金属』にあるように、有害な重金属と置き換わってしまうのです。

**ネオガード** ビルベリーとターメリックが含まれた抗酸化力の強い製品です。細胞をダメージから守り、またウィルスなどから体を守る免疫システムをサポートします。

**ネオクレンズ** 毎日摂ることで、食べ物の毒を体内から取り除く手助けをし、細胞とDNAを修復します。



## 鬱を克服し、思い通りの人生を実現！ (東京在住、プロデューサーけんちゃん 42歳)



年収1000万以上の某外資系企業のエリートサラリーマンで、はたからみたら、うらやましい生活をしてきた私ですが、自分自身はあまり幸せを感じていませんでした。転勤後、パワハラ、ストレスのため、鬱と診断されました。精神的にも肉体的にももう限界という状態でした。

2014年3月に、妻から離婚を切り出され、子供を連れて、彼女は実家に戻りました。その上、通帳、預金、その他も全て無くなっていました。「もう死にたい」と思いましたが、高校の恩師に励まされ、なんとか死を間逃れました。それから、名古屋の実家に戻った後に、ホリスティックマスターとその仲間に出会いました。そこで分子栄養学とドクター・ギブソンが開発された脳のサプリメント「ネオセル」を紹介してもらいました。

分子栄養学を学び、「ネオセル」を服用し始めた結果、みるみる体調が回復し、鬱を克服することができました。

それだけでなく、心身ともにエネルギーに満ち溢れ、独立や転職、再婚といった自分の夢を叶えるための行動を躊躇なく起こすことができ、この1年で自分が望んでいた結果を確実に手中に収めることができたのです。

理想を手に入れて充実した生活を送りたいのであれば、まず心の状態を整えなければなりません。

解毒をして、栄養を取り入れることで、体調がよくなり、理想の人生を手に入れやすくなることを私が実践しました。そして、心を健康にするためには、普段口にしているものを通して、体をケアすることが必要不可欠です。

現代の私たちは、知らず知らずのうちに体を添加物や薬などに汚染され、それが心にも影響を及ぼしています。体から不要物を排出し、本当に必要な栄養を取り入れるという当たり前のことが、今の私たちの環境では非常に難しくなっているのです。しかし、その「当たり前」を取り戻すことで、私たちは体の健康を手に入れるだけでなく、心が明るくなり、理想の人生を手に入れやすくなるのです。分子栄養学とネオセルは、その手助けを確実にしてくれます。

# うつに打ち克つ ための5つの方法

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。  
健康で元気いっば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。



うつは、脳の「化学的不均衡」が原因だと  
聞かされた方も多いと思います。

だから、元に戻すために化学物質で治療  
しなければならないとされますが、本当  
にそうでしょうか？

かつて、うつの治療のために、幸福感など  
を司る神経伝達物質であるセロトニンの  
再取り込みの過程を変える薬が作られま  
した。科学者は、薬が脳にどう働くかは理  
解していましたが、セロトニンの再取り込  
み過程を変えるとどうなるのかは分かっ  
ていませんでした。何かが治る、とは思っ  
ていたようですが。科学者はうつ治療のた  
めの仮説を立て、その薬が何かを治すこと  
を証明し、薬が政府に認可されて何千億  
円もの利益を生み出すことを期待しテスト  
を行いました。その仮説とは、うつを患っ  
ている患者はセロトニンレベルが低下して

で、セロトニン再取り込みをブロックするた  
めに薬を使うことでセロトニンレベルを上  
げ、うつを治療するというものでした。

しかしこの仮説は成り立たず、1983年米  
国国立精神保健研究所は、「うつ病患者の  
セロトニン産生に問題があるという証拠は  
ない」と宣言しています。

これは、うつの人にセロトニンレベルに問  
題のある人はいないということを意味して  
います。論理的思考のできる人なら、うつ  
病患者のセロトニンレベルは治す必要がな  
いと考えることでしょう。

とても簡単なうつ治療計画を  
ご紹介しましょう

私はこの記事で、SSIR(選択的セロトニン  
再取り込み阻害薬)がどうして認可された

のかとか、こうした薬のリスクや効果について論じるつもりはありません。あなたが今日から始められる本当に科学的な、証明された、うつに打ち克つための薬より良い方法をお伝えします。

もし、この方法を疑いたくなったら、私も以前はあなたと同じうつだったことを思い出して下さい。これは私自身の体験です。

かつて私のうつはかなり深刻で、うつは私の人生のほぼ全てを奪い去りました。仕事をすることもできず、大切な人間関係も失いました。

**うつは本当に病気なのです。  
でも回復できますので  
どうか希望を持ってください。**

これから私が書く5つのステップは、すぐに実行できるものだと思います。その結果、さまざまなうつの状態もなくなります。本当に素晴らしい変化が起きるのです。

これはうつで悩んでいるあなたのために書いています。すぐに実行に移せなくても、目を通して頂き、辛抱強く一つずつ出来そうなものから始めて行って下さい。

そして、十分な改善が見られるまで1つ、2つとステップを増やしながらかつていってください。

## うつ克服ステップ 1

### うつに適した運動をしましょう

運動に関する研究は、巷にあふれています。うつを克服するには運動が良い、それも運動を多くすればするほど抗うつ薬より良いという研究がたくさんあります。確かにうつに適した正しい運動は、脳に変化をもたらし、脳の幸せホルモンと言われるエンドルフィンを増やします。しかし、1990年代の終わりに行われたデューク大学での研究で、抗うつ剤を摂りながら運動していた人、および抗うつ剤のみを摂って運動しなかった人と比べると、運動だけをしていた人は、かえって高いうつの再発が見られました。つまり運動は助けになりますが、上の研究のように何でも良いというわけではなく、以下の3つの運動がより効果的です。

**①インターバルトレーニング** ただ歩くだけではなく、1分間歩き、1分間走る、を繰り返します。これを少なくとも30分以上繰り返します。インターバルトレーニングはより脂肪を燃焼させ、幸福ホルモンを増やします。

**②筋力トレーニング** 同じく幸福ホルモンを増やします。ジムに行くのが好きでなかったら、工夫すれば家でもトレーニングは可能です。

**③その他のエクササイズ** ヨガ、太極拳、ピラテスは、①、②の運動と同じくらい効果的ですが呼吸法を併せて行うとリラックスできてお勧めです。

## うつ克服ステップ 2

### 脂肪を摂りましょう

これは誰でもすぐに始められる方法です。そしてうつを克服するのにとても効果的なもののひとつです。これは体重を増やすということではなく、食事にオメガ3などの脂肪酸を少し増やして摂るということです。

毎日小さじ1-2杯の発芽したフラックス（亜麻仁）を摂るのがベストです。健康食品店でフラックスシードを買って発芽させるか、または発芽したものを買ってください。フラックス以外には、くるみと鮭にも必須脂肪酸が含まれています。栄養補強で摂るなら、「ネオパック」と「フラックスオイル」にオメガ3必須脂肪酸が含まれています。

## うつ克服ステップ 3

### 緑の野菜を食べましょう

緑の濃い野菜を食べることがうつ克服のためには大切です。実際、これが心の健康を得るために最高の方法のひとつなのです。

食事と心の問題は、本質的に不可分なもので「悪い」食べ物を避けるだけではなく、緑の野菜を食べることが心の健康に効果的なのです。野菜から良い栄養を摂るための簡単で素早くまた安価な方法は、毎日緑の野菜を使ったスムージーを1杯飲むことです。栄養補強で摂るなら、クロレラ、スピルリナ、ブロッコリースプラウト、ウィートグラ

スといった緑の野菜は「ネオクレンズ」に含まれています。

## うつ克服ステップ 4

### 砂糖を避けましょう

砂糖と心の問題は関係ないのでは?と思う人は、子どもに砂糖の入った甘いジュースを1缶飲ませてみて何時間か観察してみてください。言葉が悪くなったり、乱暴になったりすることが分かると思います。同じことが大人にも起こりますが、大人は公共の場面ではそういった悪い行動は抑えるようにしているだけです。砂糖を摂ると急激に血糖値が上がるためインスリンが大量に分泌されます。すると今度は低血糖になり体がだるく、疲れやすくなるため血糖を上げる目的で副腎からアドレナリンを分泌するので、体が戦闘状態になり血圧が上がり、気持ちもイライラし興奮状態になります。これがうつ病を引き起こしやすくなるメカニズムです。実際に砂糖を摂れば摂るほど、うつ病の発症率が上がることが研究で証明されています。

## うつ克服ステップ 5

### 太陽とビタミンD3

ビタミンDの摂取が少ない人は、うつになるリスクが非常に高いと言われています。最近ビタミンD欠乏症が非常によく見られるので、うつになる人が増えていることに

驚く必要はないのかもしれませんが。ビタミンDを摂るのに1番の方法は、できるだけ太陽に当たることですが、日焼けする必要はありません。でも世界の多くの地域では冬には日に当たるのが難しいため、冬季うつが発症する原因になっています。

もし毎日太陽に当たれないなら、紫外線B波をカットしてビタミンDを作り出す光療法SDAセラピーライトを使うことを考えても良いかもしれません。またはビタミンD3が少なくとも5000IU含まれるサプリメントを摂りましょう。

「ネオセル」は、うつ症状がある方には非常にパワフルなサプリメントです。脳を修

復し、うつを解消する、健康により脂肪分と脳に必要な栄養素が含まれています。

## さいごに

ここに書いたステップのうち実行可能なことから始めて下さい。そうすれば雲が晴れ、素晴らしい自分が輝き出すでしょう。全てを実行すれば、相乗効果でよりパワフルになって脳も体のシステムも協調して働き出し、幸せになって生きる力がわいてくることでしょう。

今うつで辛い皆さんもうつから回復した私の後に続いて下さればと思います。





## 「ドクター・ギブソンのスーパーデトックスマニュアル」発売中!

重金属と放射性物質の解毒のための総合的なガイドブック「ドクター・ギブソンのスーパーデトックスマニュアル」(電子版)が、オンラインショップでお求めいただけます。

このマニュアル通りに解毒を実践し、たくさんの方が、既に90日後の驚くべき変化を体験しています。



### 内容の一部をご紹介します

- ・ 緑の野菜とその他葉野菜の組み合わせ
- ・ 解毒に効果的な緑の野菜
- ・ ガン予防効果や抗がん作用があり、強い解毒作用のある柑橘系の果物で作られたサプリメント
- ・ 放射性物質を非常によく吸収するクレイ(粘土)
- ・ 皮膚や筋肉、関節周囲の組織などの軟部組織の修復を助けるサプリメント
- ・ 解毒後の体の回復を助けるサプリメント
- ・ あなたの重金属汚染度を簡単にチェックする方法

- 「ドクター・ギブソンのスーパーデトックスマニュアル」(電子版) 900円  
ご購入はこちらから → <http://www.questgrp.net/jp/dr-gibsonbook/>

## 「ネオクレンズ」のウェブサイト

この度、新製品「ネオクレンズ」の専用ホームページを開設いたしました。

ホームページには、「ネオクレンズ」についての記事、情報、体験談などを掲載しています。もし、ご家族やお友達で、解毒、放射能汚染からの保護、細胞の修復などの情報を探している方がいらしたら、ぜひこちらのホームページをご紹介します。

また、「ネオクレンズ」に関するご質問や

体験談などがありましたら、ホームページ内のお問い合わせフォームからお寄せください。

- 「ネオクレンズ」専用ホームページURL  
[www.neocleanse.net](http://www.neocleanse.net)





## 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](http://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。また、会員様以外で

も購読のご登録ができます。「健康というギフト」をひとりでも多くの方にシェアしてください。ご希望の方はこちらからご登録ください。

- [www.questgrp.jp](http://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](mailto:post@questgrp.jp) ホームページ: [www.questgrp.jp](http://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](http://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](mailto:info@questuser.jp) (新しいアドレスになりました)

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。