

# 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.35  
Summer  
2017

期間限定  
「脳力アップセット」で  
夏をエネルギッシュに

解毒、ダイエット、  
そして健康のための  
ホールフード

放射能で  
DNAが変化すると  
起きること

HEALTHY LIVING

無性にチョコやチーズが  
食べたくなる理由

## 「脳力アップセット」で 夏をエネルギーッシュに過ごしましょう

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14-15頁へ。



## CONTENTS

社長からの手紙 ..... 3

解毒、ダイエット、  
そして健康のためのホールフード ..... 4

放射能で  
DNAが変化すると起きること ..... 10

6月・7月スペシャルプロモーション  
「脳力アップセット」で  
夏をエネルギーッシュに!! ..... 14

プロダクト・スポットライト  
「ネオクレンズ」 ..... 16

体験談：「ネオセル」と「ネオクレンズ」が、  
息子に自信と積極性をくれました ..... 20

ホリスティック栄養士マキャナのヘルシー・リビング  
無性にチョコやチーズが食べたい理由 ..... 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

★あなたの体験談をシェアしませんか？

★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・ウイークリー」購読のご案内

# 社長からの手紙

## 四季を満喫できる健康の有難さ

春は芽吹き季節であり、成長季節です。長い冬を耐えたつぼみが開き、春雨が街を洗い乾いた地面に潤いを与えます。

春を過ぎ夏になるとユタ州では夜10時くらいまで明るいので、私はバイクに乗って山道を走ったりゴルフをしています。私は夏が大好きです。四季折々の楽しみを十分に満喫できる健康の有難さに感謝しています。

今号には、檜山知佐さんの息子さんの体験談を掲載していますので、そちらをぜひお読みください。当社製品で健康状態が改善したという素晴らしいお話をお客様からお聞きすることが、私たちクエストグループスタッフにとって最高の喜びです。

私たちはお客様に最高品質の自然のサプリメントをご提供できるよう、常に尽力しています。

皆さまの真の健康と最高の人生を願って

クレイグ・デイビス  
クエストグループ社長





*Whole Foods  
for Detox, Diet and  
Health*

.....

解毒、  
ダイエット、  
そして  
健康のための  
ホールフード

.....





## ホールフードとは何でしょう？

ホールフードとは、加工されていない、精製されていないか、ほとんどされていない食べ物です。たとえば、果物、野菜、豆類、ナッツ、ハーブ、スパイス、肉、卵、未加工のチーズ等の栄養にすぐれ、カロリーの低いものです。自然から直接届いたかということでホールフードかどうか分かります。高度に加工された食べ物は製品のラベルにくつもの成分が書かれるので長くなっていて、たとえば安息香酸Naや亜硝酸塩のような馴染みがない言葉が並びます。でもミカンには、添加物はありません。これがホールフードです。

## 加工食品の危険性

大量生産された食べ物の大きな問題は、皆さんが考えているよりも危険な多量の添加物が加わることです。

- 加工肉は、結腸・直腸ガンになる危険性があります。アメリカではガンで2番目に多い死因となっていて、毎年57,000人以上が亡くなっています。
- ほとんどの加工食品に防腐剤、着色料、または香料などが含まれています。こうしたもののほとんどが様々なガンとの関連があります。
- トランス脂肪酸は、心臓病を引き起こします。また免疫機構に影響し、体に炎症やガンを引き起こします。
- 着色料は、無数の病気と関係がありますが、特に甲状腺腫瘍、血液のガン、副腎および腎臓腫瘍に関連しています。
- 砂糖は、肥満、糖尿病、ガン、認知症と関係があります。

加工食品には、毒素と食物アレルギーが含まれています。保存料、合成着色料、合成香料などの毒素が一杯です。食べ物とは、栄養になるべきもので毒を摂るためのものではありません。加工食品は添加物だけでなく、必要なカロリー以上のものを摂ることになりまた栄養も失われています。お腹は満たされても体はビタミン、ミネラル、酵素、植物栄養素に飢えています。

## どうしてホールフードを摂るのでしょうか

ホールフードを基本とした食生活は、栄養が多く体が必要な酵素に満ちているので、健康な細胞を作り日々の体の機能を助けます。ホールフードを食べることで体重のコントロールができ、数えきれない病気や不調を避けることができます。そこに少しサプリメントを足すことで最高の栄養、繊維質、自然の酵素が摂れます。ホールフードにより、健康と成長のための必須栄養素が摂れるのです。

## 繊維質の重要性

ほとんどの人は十分な繊維質を摂っていないので、消化器官が理想的に働きません。加工食品には繊維質がほとんど失われていることが多いためです。繊維質が足りないと大腸ガンなどの健康問題につながります。1日に20-27gの繊維質を摂ることが推奨されていますが、2015年に調査した日本人の大人の平均は1日に14.7gです。ホールフードを食べるようになると、自然に繊維質を摂る量が多くなります。繊維質が多い食べ物を毎日食べることで、便秘が解消し体重が維持でき、心臓病、ある種のガン、糖尿病、胆石、腎臓結石等が予防できます。豆類、ブルーベリー等のベリー、発芽玄米、ブロッコリー、ケール、ほうれん草などの緑黄色野菜は繊維質の供給元になります。

## 良い油脂と悪い油脂

健康的な生活を送るためには、油脂は重要であり必須のものです。良い油脂と悪い油脂について学んでおきましょう。良い油脂を積極的に摂りましょう。

### 良い油脂の食べ物

- オーガニックのココナツオイル
- エクストラ・バージン・オリーブオイル
- 新鮮なフラックスシードオイル
- アボカド
- アボカドオイル
- ナッツ、豆

### 悪い油脂

- 水素添加された油(トランス脂肪酸)
- マーガリン
- ショートニング
- グレープシードオイル
- 植物油
- キャノーラオイル
- コーンオイル



## オーガニックを選びましょう

オーガニック(有機栽培された)食べ物が体に良いことは明らかですが、たとえオーガニックでなくても果物や野菜を全く摂らないよりはましです。ただし、農薬を使った農法で育った果物や野菜は健康に悪い影響を与えることがあり、また栄養の面でも劣るため、全てにおいてオーガニックフードの方が優れています。



## サプリメントの重要性

誰もが健康な食生活を送りたいと思いますが、完璧な栄養を摂れるときばかりではありません。そのために「ネオパック」を始めとするネオソースシリーズが作られたのです。

摂るべき栄養と、実際に食べているものに含まれる栄養のギャップを埋めるものが栄養補強です。「ネオパック」には、体が必要な健康な細胞を作り出し必要な時は修復するために必要な90種類の必須栄養素が含まれています。「でるミックス」は、十分な繊維質が摂れ、「ネオガード」は抗酸化栄養素が病気を予防し、「でるサポート」は消化器官に善玉菌を供給します。これらはすべて高品質な食べ物から作ったクレストグループのサプリメントの一部です。

ホールフードを取り入れた生活スタイルは、自然に近づく生活です。それはこれからの人生のためにとっても健康な食生活です。そうすることで自然な解毒となり、病気や不調を避けることができ、最高の栄養、繊維質、酵素が摂れれば消化器官も健康になるでしょう。また体がエネルギーに満ち、良い精神状態やホルモンバランスになります。



# お買い物を する時の アドバイス



- スーパーマーケットはほとんどのお店で壁に沿った場所に、加工されていない果物、野菜、肉、卵が並んでいますので、そこに並んでいるものだけを買きましょう。
- 買物リストのほとんどを新鮮な食べ物だけにしましょう。野菜や果物は体にエネルギーを与え、免疫力を上げるビタミン、ミネラル、抗酸化物質が含まれています。
- 加工食品は裏の成分表示を読み、栄養成分をチェックしましょう。パッケージに書いてある「オールナチュラル」とか「オーガニック」という言葉を信じないことが大切です。
- 成分表示に書いてある成分をすべて理解することが大切です。知らない成分が入っているものは食べるべきではありません。
- 地元で採れた季節の食べ物を買きましょう。近隣の農家が作った作物を扱うファーマーズマーケットなどで買しましょう。
- 季節の作物、地元で採れたものは添加物が少ないものが多いですがよく確認しましょう。
- たんぱく質は、魚介類、鶏、赤味の肉から摂りましょう。
- 卵、ナッツ、豆類も良いたんぱく源ですが、油で揚げたものや加工されたものは避けま​​す。脂肪分と塩分が多いからです。
- 養殖の魚は避けましょう。加工され遺伝子操作された餌で育っているため化学物質や水銀を含む場合もあるからです。
- 加工肉は避けましょう。サンドイッチなどに入っています。
- 季節や体格によって毎日1.5リットル前後の水を摂りましょう。
- 乳製品は健康に良いものではありません。高度に加工されています。摂るならオーガニックのもので量を少なくすることが大切です。
- ドレッシング、料理用オイル、調味料には注意しましょう。精製された砂糖や保存料が入っているものが多いです。
- 冷凍食品は便利ですが、加工されていない肉、果物、野菜だけを冷凍庫に入れましょう。
- ピザやサンドイッチは避けましょう。

# 放射能で DNAが変化すると起き



この記事は、放射能の危険性について率直に書いています。読んでよい気持ちのする内容ではありませんが、私は今の時点で可能な問題の解決法と予防法についてお知らせしたいと思っていますので、真剣にお読みいただければ幸いです。

ロバート・ギブソン(脳神経科医/自然療法医師)

## 大切な人が、もし 放射能にさらされたら

この情報を皆さんにお知らせすることで、あなたの大切な人を放射能の危険から守ることができればと思い書いています。

あなたの両親、おじ、おば、いとこ、友達といった大切な人々がもし放射能にさらされたら、それは想像以上に深く影響します。皆さんが不必要な被害を受けるのを私は看過できません。医師として人々の命を守る使命があります。私の家族も放射能の被害に遭い、尊い命を亡くしました。その時

私はまだ若かったため何もすることができませんでした。

私は、医師として人々の命を守る使命があります。ですから、皆さんが手遅れにならないようにと願っています。

放射能の影響により障害を持って生まれる子どもやガンになる人たちの報道を見たことがあると思います。日本の原爆、アメリカユタ州の核実験やチェルノブイリの事故、さらに残念なことに福島原発事故を経験した方たちにそういったことが起きつつあります。

ること



## ある日突然、命にかかわる サイレントキラー

高い放射線量を受けたときに人間の細胞に影響が出ることは否定できません。遺伝子の突然変異は破壊的なものとなります。放射能による影響は、即座に表に現れたり命を脅かすだけのものではありません。遺伝子へのダメージは自覚症状なく知らないうちに進行し、ある日突然命にかかわる状態になる「サイレントキラー」なのです。変異したDNAは、何年もの間そのままですが静かにそしてゆっくりと体を蝕んで行

きます。その後ストレス等が引金になって、遺伝子変異はガンやその他の病気として現れます。変異の引金になるストレスには様々なものがあり、たとえば食べ物の添加物、栄養不足、精神的な問題、怪我、砂糖、薬などです。放射能による変異が原因のガンがあることは確認されています。実際、ユタ州での核実験で何百億円ものお金を使い違法かつ倫理にもとる方法で何も知らない人たちにテストされましたが、こうした人たちには放射能は安全だと信じさせているのです。自分の家族は自分で守ら

なければなりません。

## 人は空気だけではなく他からも放射能にさらされている

汚染地域に住んでいる人の大きな懸念は、「累積曝露」地域であることです。日本の様々な地域に放射線量計があります。私の息子のタッカーは今は茨城県の古河に住んでいますが、安全について危惧しています。この街の放射線量を調べたところ、市が空気中の放射線量を公表していることが分かりました。しかし、人は空気だけではなく他からも放射能にさらされているということが話題にならずまた理解もされていません。放射線量計で、特定の場所の放射線量がどれくらいかが分かりますが、同時に水にどのくらい含まれているか、食べ物にはどうかを考えていく必要があります。そして日々放射性物質や毒素を体内に取り入れ、年々積み重なって行ったらその影響で何が起きるでしょう。

## 前向きな考えや感情がテロメアを修復する

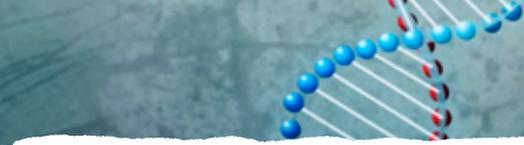
DNAは体の様々な部分の青写真なので、静かな変異が体のどこかを変えて行きます。目に見えない、そして気がつかない変異はガンとして成長していき、重い症状が出るまでは分かりません。遺伝子変異はあなたのテロメア\*を短くし、寿命も著しく短くな

ります。正常な細胞の修復が障害され、関節炎、認知症、心臓病等の変性疾患の原因となります。また汚染されていない食物を食べていても、栄養を吸収したり栄養を使うことができなくなるため体は弱ります。つまり、栄養を十分摂っていても栄養不足になります。この悪循環には終わりがなく放置しては問題が大きくなります。

\*テロメアとは染色体の末端を保護するものです。靴ひもに例えると、ひもの端がほつれないように先端を止めるものです。細胞が分裂する度にテロメアは短くなります。短くなればなるほど、私たちは老化が進み、より病気にかかりやすくなるのです。テロメアが短くなるメカニズムは、通常細胞の分裂回数を制限しているためです。テロメアは老化と寿命を司っていて、その長さは、様々な病気の発生とも関連しています。これらのことから、テロメアは命の時計と呼ばれており、テロメアがなくなると私たちは死んでしまうのです。

しかし幸いなことに人間の体には誤りを正す能力があり、遺伝子の変異もそのひとつです。エピジェネティクスとは自分が作り出す細胞の環境によりDNAがどうコントロールされるかの科学ですが、細胞の環境には私たちがさらされている環境の全てと自分が考えることや感じるにより放出される神経化学物質が含まれます。

つまり自分たちが考えることが生理機能を変え、エピジェネティクスにおいて主な働きをします。前向きな考え方や感情が本当にテロメアを修復し、寿命を延ばします。ネガティブな考え方や感情、ストレスはダメー



ジを与え、破壊的に働きます。食べ物は栄養になり、活力の元であり体を修復しますが、食べるものによってはゆっくりと自分の体をむしばみます。理想的な細胞環境を作り出すことができればDNAは修復され病気は予防できます。

## 植物のチカラで 有害物質を浄化する

放射性物質により細胞が傷つくと、問題を解決するために何か特別なことをしなければならぬ状況になりますが、長年の研究により様々な植物の分子に有害物質を浄化する性質があることが分かっています。植物による有害物質の浄化とは、植物が毒や体内の放射性物質を捕まえて体から出すことができるということです。実際に良い結果が出ているため、高濃度の放射能にさらされても助かることができます。同じ放射線量でも一人は生き延び、もう一人は亡くなるということが起こる理由のひとつは、こうした植物を利用する人とならない人がいるということです。

私はこうした働きが強い植物を集め強力な解毒製品を作り出しました。それがネオクレンズです。その効果は科学的にまた臨床でも証明されています。放射性物質および水銀のような毒素を取り除きます。「ネオクレンズ」を「ネオセルプラス」と一緒に

使ったとき、DNAが最も早く、またしっかり修復されます。

## オンラインセミナーで 大切な情報を得てください

私の6月21日のオンラインセミナーでは、エピジェネティクスにより遺伝子をコントロールする方法、テロメアを守る方法についてお話しします。テロメアを守ることは、加齢および抗加齢の鍵となります。ぜひ、このセミナーに参加して健康な人生を手に入れてください。

放射線によるダメージ、それは生涯に渡って影響を与えます。将来起こりうる問題を防ぐための情報を得ることが大切です。

私の個人的な体験と様々な情報をブログに書いてきました。さらに詳細な情報は「放射能特別レポート—危険な放射能からあなたと家族を守る方法」をご覧ください。

→<http://www.neocleanse.net/radiationreport?lang=ja>

「ネオクレンズ」の効果についても、上のリンクにあるケーススタディをご覧ください。血液検査の結果、福島在住の55歳の女性の例では、放射線物質や重金属による毒素が大幅に減少しました。当社ホームページでは、ドクター・ギブソンが放射能と有害物質から私たちを守る方法をお伝えしているDVDをご購入いただけます。

# June-July Special Promotion

- ブレインフォグ(頭に霧がかかった状態)を感じる
- 午後になると気力・体力が落ちる
- 「次に何をするか?」「物をどこに置いたか?»など忘れっぽくなることもある

ひとつでも思い当たったら、



「ネオセルプラス」で  
“脳力”をアップして、  
夏をエネルギーッシュに過ごしましょう!

アメリカでは、今、“バイオハック”という言葉が流行しています。これは生物学、栄養学、トレーニングなど通じて自分の体を管理するという概念で、体内に入れるものが健康や気分が大きく影響を与えるという考え方です。つまり病気の症状を軽減したり、記憶力を向上させたり、集中力を上げたり、運動能力を最高の状態にするなど、結果を良くしたければ、体内に入れるものを良いものにしなければ、ということなのです。

“バイオハック”で“脳力”を上げるには、当社の医療顧問ドクター・ギブソンが医学的な

研究を元に開発した「ネオセルプラス」をお勧めします。

「ネオセルプラス」は、最高のヌートロピック(向知性薬)です。これは脳機能を向上させるサプリメントのことで、脳機能を高め、ストレスを減少させるよう作られています。

「ネオセルプラス」は、最高の向知性薬で、認識力を高め、ストレスを減少させます。人は誰でも使い切れていない素晴らしい“脳力”を持っています。

6月1日～7月31日限定スペシャル価格

「脳力アップセット」単品購入\$137をセットで\$115でご提供!



「脳力アップセット」番号:3025 価格:\$115

## 「ネオクレンズ」で重金属を除去

脳にダメージを与える物質には様々なものがありますが、とくに重金属は脳の機能を妨げます。重金属は神経毒のひとつですが、これらは神経細胞内のコミュニケーションをブロックしてしまいます。

神経毒が脳に蓄積して行くと、その影響は年々大きくなって行きます。多くの細胞が死に、記憶力が衰え、人格が変化して日常生活を送ることも難しくなる場合があります。

特別なデトックスでないと、脳内に閉じ込められた重金属などの毒を除去することはできませんが、「ネオクレンズ」はそれを簡単かつ安全に行うことが可能です。

「ネオクレンズ」が脳の機能にダメージを与えている重金属を取り除き、「ネオセルプラス」は脳のための最高の栄養を与え、「脳力」レベルを高めます。

「ネオセルプラス」と「ネオクレンズ」は、最もパワフルな組み合わせで“脳力”を上げることができます。この2つの製品を一緒に摂取することで、以下を促すことができます。

- ① 脳をクリアに
- ① 記憶力と集中力を上げる
- ① 頭の回転が速くなる
- ① 意欲が出る

製品の詳細とご購入は、こちらからどうぞ。 [www.questgrp.jp/](http://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…

## 「ネオクレンズ」

植物栄養素があなたの体をダメージから守る  
スーパーボタニックブレンド(120粒入り)



## 「ネオクレンズ」は 海洋植物栄養素ブレンド + スーパーグリーンブレンド



さあ、本当にナチュラルな方法で、クレンジングしましょう

### 解毒は細胞レベルで起こります。

「ネオクレンズ」の植物栄養素ブレンドは、  
細胞から出た毒素をまずキレイにするように設計されています。  
その後、それらを体外に出すように腸、腎臓そして肝臓をサポートします。

全ての原材料は、自然のグリーンスーパーフード\*の  
栄養素を壊さないように、低温で加工されています。また、  
原材料は全て非遺伝子組み替え認定を受けているオーガニックのものです。

\*スーパーフードとは：栄養バランスに優れ、一般的な食品より栄養価が高い食品。  
あるいは、ある一部の栄養・健康成分が突出して多く含まれる食品

“今や、かつてないほど、重金属や化学物質、そして放射性物質を、  
体や脳から解毒する必要性と重要性がある”

ロバート・ギブソン(脳神経科医/自然療法医師)



## 海洋植物栄養素ブレンド+スーパーグリーンブレンド

現代は、有毒物質が溢れています。より健康になるためには、体内に取り込んでしまった重金属や放射性物質、その他の有害物質を体内から除去することが不可欠です。有毒物質は、水、食べ物、空気などにも含まれ、どんなに気を付けていても避けることができないものもいくつかあります。それに加えて、不健康な食べ物を食べ、不健康なライフスタイルを送っていると、私たちの体は毒物でいっぱいになってしまいます。

「ネオクレンズ」は、自然のキレート作用(重金属などと結合し、化合物を作る働き)、および解毒作用のあるオーガニック野菜の成分をブレンドしました。抗酸化力を強化し、免疫力を高めながら自然の解毒プロセスを促し、重金属や放射性物質を無理なく解毒するのを助けるように作られています。

**クロレラ:**βカロチン、カリウム、リン、ビオチン、マグネシウム、ビタミンB複合体や、数種類のアミノ酸などの栄養素が豊富で、水銀、鉛、カドミウム、ウランなどの毒素を包み、再吸収されないように保つ能力が実証されている真のスーパーフードです。

**スピルリナ:**葉緑素やたんぱく質、多くの必須アミノ酸を豊富に含み、浄化作用と炎症を抑える形で肝臓を保護します。

**様々な海藻:**他に類を見ない海藻のブレンドは栄養素が高く、知られている全ての微量ミネラルを、実質的に含んでいます。

**ブロッコリースプラウト:**ブロッコリースプラウトに含まれるSGSやスルフォラファン<sup>1</sup>の抗酸化作用は、多くの医学的研究で証明されている生物活性化合物です。「ネオ

クレンズ」1カプセルに含まれるSGSは、約500gのブロッコリーに相当します。

**小麦若葉、大麦若葉、アルファルファの葉:**最大1,000個の天然酵素が含まれています。大麦若葉には、強力な抗酸化物であるスーパーオキシドディムスターゼ酵素が高容量含まれ、アルファルファは、ビタミンA、D、E、K、ビタミンB群全て、およびミネラルが豊富で、体の酸性を中和します。また、解毒に必要な膀胱と尿路の健康維持を助けます。

**ドクター・ギブソンは、このデトックスを実践した方、全員に効果があることを確信しています。その目覚ましい結果を実際に体験してください。**

# 無性にチョコやチーズが 食べたくなる理由

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。



「チョコレートが食べたい」と思うなど、特定の食べ物が食べたいと思う気持ちと空腹感は全く違うものです。胃が空なら空腹を感じますが、一杯なら飽食ホルモンによりもう食べる必要はないと感じます。

つまり空腹は、きちんと食べて人間が生き残るために備わったシステムです。しかし、ある食べ物が食べたいと感じる感覚は脳がコントロールしています。これはある特定の栄養が必要だということを知らせている場合があります。

また、刺激物や砂糖などの中毒になっているときも特定の食べ物を欲しません。チョコレート、ポテトチップスや塩辛いものが食べたいと毎日のように感じる人は、栄養不足かもしれません。例を挙げてみましょう。

## 1 チョコレート

マグネシウムが足りないときに欲求が増えます。男性より女性に多いのは興味深いですが、これは女性の方がよりマグネシウムが不足しやすいためでしょう。甘いものを頻繁に摂ることは基本的にお勧めできませんが、食べるときはロー・チョコレート\*を選びましょう。ロー・チョコレートに使うカカオパウダーなどにはマグネシウムが非常に多く含まれています。

\*ロー・チョコレート:ロー(生)のカカオを47℃前後の低温で圧搾して採るロー・カカオパウダーやロー・カカオバター、および精製していない砂糖などの甘味料だけを使い、非加熱で作るチョコレート。

## 2 塩辛いもの

ストレスホルモンに変動が起きていたりそのバランスが悪いときに、塩辛いもの

への欲求が起きることが多くなります。まずはストレス解消になることをしましょう。瞑想、運動、緑の濃い野菜を摂ることはお勧めです。特に、ほうれん草、ケール、セロリ、オリーブは良いでしょう。また、料理に使っている塩がヒマラヤピンクソルトなどミネラルの豊富な塩であることを確認してください。海塩、特に太平洋北部のケルト海で摂れたセルティック塩は多くのミネラルを含んでいます。質の良い塩は真っ白ではないことも覚えておいてください。

### 3 チーズ

チーズが食べたいと思う時は、必須脂肪酸やカルシウムが足りないことを示しています。チーズは良い必須脂肪酸の供給源ですが多くは加工されていますので摂るならオーガニックのもので少量が大切です。しかしチーズだけが必須脂肪酸やカルシウムの供給源ではありません。必須脂肪酸を摂るには、魚、大豆、フラックスシード、チアシード、くるみ、ココナツオイルがお勧めです。カルシウムを摂るには濃い緑色の野菜やゴマをお勧めします。またケールは少量でも必須脂肪酸もカルシウムも多い素晴らしい野菜です。

### 4 食欲不振のときは…

空腹を感じているのにあまり食が進まな

いときはありませんか。食欲がなくてしかたなくその辺にある食べ物を摂ってはいませんか？ そういうときは、ビタミンB群、特にビタミンB1、B3が足りない場合が多いことが分かっています。黄色いカボチャや黄色いピーマンに多く含まれていますので進んで摂りましょう。

体に栄養が足りない状態は、バケツが空になっているようなものです。体が必要なビタミン、ミネラル、その他の栄養がそれぞれ入るべきバケツが空だと想像してみてください。こうしたいくつものバケツは栄養があふれるくらい入っていなければなりません。さもないと生命維持も成長もできません。

脳を働かせるために、十分なエネルギーと集中力を得るために、そして健康な精神状態を保ち能力が発揮できるように正しい食生活をするのは、こうしたバケツを満たすための最初のステップです。しかし、食生活が完璧でなくてもクエストグループのサプリメントを活用することもできます。

ここに挙げた、マグネシウム、必須脂肪酸、カルシウム、ビタミンB1、B3を十分摂るには「ネオパック」と「スーパーBプラス」または「ネオセルプラス」の組み合わせがお勧めです。



## 「ネオセル」と「ネオクレンズ」が、 息子に自信と積極性をくれました

(名古屋市 檜山知佐様)

広汎性発達障害のある息子は、この春、小学校を卒業し、中学生になりました。卒業式の翌日、スタジオで記念写真を撮りましたが、こうした記念写真を撮るのは11年ぶりのことです。なぜなら、息子はじっとして写真を撮られることに耐えられなかったからです。

息子は小学校一年生のとき、二次障害から学校不適應になりました。「死にたい!」と言い続ける息子を前に、当時の私は先が見えず不安でいっぱいでした。それでも「息子をなんとかしなくては」と、私がまず取り組んだのは、食生活を改善することでした。

発達障害の治療は、薬によるものが主流ですが、毒性の強い薬を使い続けたくなかった私は、発達障害の改善に効果のあるサプリメントがないかと探しました。いろいろなサプリメントを試しながら二年近くが過ぎたころ、ようやく「ネオセル」に出会えたとき「これだ!」とうれしくなったのを覚えています。

息子が「ネオセル」を飲み始めて三カ月目。一年間飲み続けた薬を完全にやめることができました。

学校での息子は、特別支援級でサポートを受けていましたが、薬をやめた後の方が、飲んでいた時よりも気持ちが安定し、心身の成長に加速がついたように感じました。その後、学年が上がるにつれて順調にできることが増えていった息子は、5年生の後半には支援級にいたことが不自然に感じられるほどになったので、6年生から普通級に戻ることにしました。

普通級での生活になじめるか、親としては少し心配したものの、修学旅行をはじめ、その他の行事もすべて、ほかの子どもたちと変わりなくこなしていく息子の様子を見て、見えない部分でも確実に成長していたことを感じました。

なかでもよかったことは、息子に友だちができたことです。このことは本人にとって、大きな自信となりました。



ところで息子は、普段からあまり病気をしません。たとえなったとしても、症状が軽く回復が早いのです。

発達障害の子は、少し体調が悪いと極端に集中力が下がり、気力に直接影響します。そのため、毎日、いかに良い健康状態を保つか、重要になってきます。「ネオセル」、「ネオクレンズ」、そして二種類の「チュアブル」が、自分の体にとって必要だということを、息子は実感としてわかるのでしょうか。

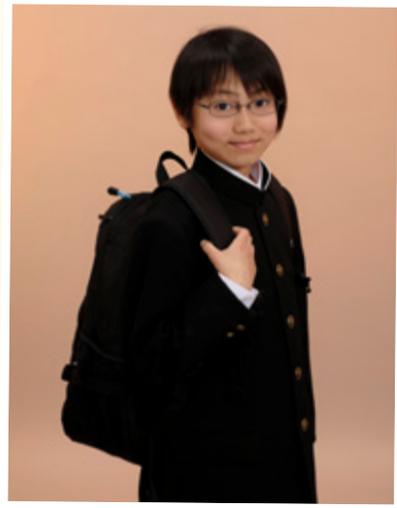
私がサプリメントを用意し忘れても、自分から気付いて毎日欠かさず飲んでいきます。そのおかげもあるのか、6年生の一年間は一日も欠席することなく登校できました。

今年の1月、卒業式を二カ月後に控えた息子が突然、「卒業記念に写真を撮りに行きたい」と言いました。以前は嫌だったことを自分から希望したことに少し驚きましたが、もちろんすぐに予約を入れました。

かつて二次障害に陥った息子が、こうして自信や積極性を持ち、健康を維持できるようになったのは、「ネオセル」に出会えたおかげだと思っています。

よい製品をつくっていただき、本当にどうもありがとうございます。

\*液体タイプの「ネオセル」は、カプセル状の「ネオセルプラス」になって、さらにパワフルな6つの成分がプラスされ、より効果的になりました。





## ドクター・ギブソンの無料オンラインセミナー

クエストグループとドクター・ギブソンは、メンバーの皆様がより健康になれる解決策をシェアさせていただくことに重きをおいて、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

いてのオンラインセミナーを開催しています。今まで取り上げたテーマは、脳の健康、うつへの克服、ヘルシーな食生活による病気の改善、アンチエイジング、リウマチ改善法など多岐にわたります。

### ドクター・ギブソンのオンラインセミナー 6月21日(水)

「医師が教える、健康長寿7つの秘訣」100歳以上で介護なしで、若々しく生きるには？

- どのような毒素が、脳にダメージを与え、あなたを老化させるか？
- テロメアとは？ 老化のプロセスをコントロールする、全ての細胞にある、小さな体内時計
  - ほとんどの人が知らない、細胞時計の進行を遅くする酵素を活性化する方法
  - 老化をコントロールするエピジェネティクスについて
  - 1日数分でできる若さを保ち、より健康になれるトリック
- DNAと老化の関係、染色体にスイッチを入れて、より長生きできる方法
  - アンチエイジングのための食べ物とサプリメント
  - アンチエイジング神話のウソ、ホント!!

●開催日時：6月21日(水) 22:00-23:00 登録はこちらから：<http://gowoa.me/i/msqs>

### 今後のオンラインセミナー予定

- 8月24日(木) 密かに人の健康を害する社会毒
- 9月14日(木) 自然療法でうつ・心配性を改善する方法
- 10月26日(木) 慢性の痛みが脳に与える影響(毎回大好評のリウマチ感謝こと渡邊千春さんとのジョイント・オンラインセミナー)

\*詳細は、当社のFacebook、ホームページをご覧ください。

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

ホームページ：[www.questgrp.net/jp/seminar](http://www.questgrp.net/jp/seminar)

セミナーは、一般の方に公開していますので、どなたでもご参加いただくことができます。

ぜひご家族の方やお友達に気軽にご紹介ください。

過去のセミナーは、当社ホームページのリンクからYouTubeでご覧いただけます。

## あなたの体験談をシェアしませんか？ ～50ショッピングポイントプレゼント～

クエスト・グループの製品で健康がどのように改善されたか、体験談を募集しています。サポートセンターまでFAXやメールでお送りください。文章が苦手な方でも大丈夫、スタッフがお手伝いをいたします。

ニュースレターやホームページに掲載させていただいた場合には、50ショッピングポイントをプレゼントします。なお、プライバシー保護のために、イニシャルでの掲載も可能です。

## 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](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。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](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)

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。