

1984年（昭和59年）の6月に市川治療室を始めてから15年が過ぎました。

15年間、一貫して三石巖先生（1992.10.15の朝日新聞記事参照）に教えて頂いた分子栄養学での健康管理（高タンパク・高ビタミン）を皆様にアドバイスしてきました。『活性酸素対策と酵素・助酵素の働き＝遺伝子の働き』を考えた健康管理です。

今月は新聞記事の見出しから15年の流れを振り返ってみました。
朝日・毎日・東京・日経・河北新報・夕刊ゲンダイの記事と日付けです。

.....

昭和59・・・1984

昭和60・・・1985 朝／ 3. 1・・・からだの味方（活性酸素）ががんの犯人
朝／ 3.20・・・リノール酸などの植物性脂肪酸食べ過ぎると早死に

昭和61・・・1986 ゲン／ 2.11・・・レーガン大統領が受けているのはビタミン療法と判明
朝／ 4.20・・・長寿の秘けつは粗食にらず・肉や脂肪が健康増進
朝／ 5.13・・・塩辛い味好む人はタンパク質不足
朝／ 5.25・・・胃の胃リーフはタンパク質重視の食生活を
読／10. 2・・・白内障予防ビタミンE が有効

昭和62・・・1987 朝／ 3.12・・・染色体異常は生活の乱れひびく・タバコ・酒・ストレスに用心
朝／ 5.20・・・ストレスの解消にビタミンC が有効
朝／ 6. 1・・・コレステロールを酸化させなければ動脈硬化減らせる

昭和63・・・1988 毎／ 4. コーヒーにがん抑制成分・クロロゲン酸が活性酸素に効果
朝／ 中年で落ちる筋肉 重さに耐える運動とタンパク質確保を

平成 1・・・1989

平成 2・・・1990

平成 3・・・1991 読／ 6.25・・・塩分は本当に血圧の敵？減塩、一概に健康的とは・・・
河／ 5.12・・・動脈硬化を防ぐにはビタミンE やC を余分に取る
★毎／11.12・・・万病の元・活性酸素 障害作用強く制御が緊急課題に
東／12.23・・・コレステロール減らして予防・・・逆に心臓病死増加

平成 4・・・1992 東／ 1. 5・・・胃腸病・胃の老化・加齢とともに粘膜が萎縮
河／ 2.10・・・アイーベル排ガスが活性酸素生じ呼吸器疾患の引き金
日／ 4.17・・・ビタミンC 足りていますか・ストレスで大量消費
読／ 5.13・・・唾液はがん原因の活性酸素を酵素の作用で不活化
★朝／10.15・・・三石巖 最先端の研究踏まえ90歳が説くがん予防
電子メールからの解説・がん専門家も高く評価

平成 5・・・1993 朝／ 2.27・・・乳がんX線検診・40台には無意味
日／ 5. 1・・・成人病にヒレ肉60g
読／ 9.14・・・ビタミン投与でがん死亡率軽減・米国立研中国で実験
朝／12. 4・・・風邪・薬＝危ない安易な投与・副作用や治す力阻害

平成 6・・・1994 毎／ 2.17・・・強い胃痛の人は活性酸素量が多い
★毎／ 3. 5・・・活性酸素・短命や万病のもと・激しい運動で大量発生

平成 7 ……1995 毎／12. 7 …… 抗がん剤によるがん治療・有効の常識に裏付けない
読／ 7.15 …… アトピーに新治療法・ビタミンC、β-カロチン 摂取
200 例ほぼ全員に効果

平成 8 ……1996

平成 9 ……1997 朝／ 3. 3 …… 動脈硬化おこすタンパク質発見・酸化したコレステロール(LDL)
朝／ 5.13 …… 胃炎の原因菌、ヘリコバクター・ピロリ の増殖をビタミンC が抑える

平成10 ……1998 毎／ 2. 1 …… がん検診・国が補助打ち切り 検診の有効性実証なく

記事の詳細を知りたい方には連絡いただければコピー をお送りします。