小さなスタッフの自然療法日記〔ちゃんこの腎疾患〕

今年 13 歳を迎えるちゃんこにも腎疾患の症状が出ていました。

獣医さん「クレアチニンが高いね…。腎臓のお薬を出しましょう…」

お父さん&お母さん「できるだけお薬は飲ませたくないんです…。他の方法を試したいです…」

こんな経緯から、まこも醗酵液を試すことにしました。ご飯に入れると“ぶいっ”とされてしまうので ^^; シリンジでの強制摂取です（笑）1mL の醗酵液に 0.5mL のお水を足して、食後のお口にプシュッ♪続けていくうちに毛艶も良くなり、飲水も食欲も UP ♪

再度、血液検査をしたところ、すべて基準値内に戻りました ^^
（表：ちゃんこの血液検査結果を参照）

お父さん&お母さん「ちゃんこー！頑張ったねー（≧▽≦）」

摂取前データにもあらわれていましたが…身体の水分不足は、血流が悪くなるので腎機能の低下につながります。そして、腎機能の低下は、飲水や食欲不振になる…という悪循環に陥っていました。

昨年、宮崎徹教授（東京大学）の「猫が 30 歳まで生きる日」という書籍が話題になりました。体内のゴミを排出するたんぱく質「AIM」という物質を発見し、腎臓病や糖尿病などの慢性疾患・自己免疫疾患の治療へ役立つという内容が紹介されています。

猫に特化したタイトルですが、犬も人間の治療にも有効な生体物質です。

慢性疾患や自己免疫疾患は体内のゴミとの関係が深いので、ゴミの排除（デトックス）は根本的な改善を促せると感じています (^^ ♪ そのため、体内の微生物が AIM というたんぱく質を作り出しているというこの研究はとても興味深く拝読しました。

まこも醗酵液は、単なる食品で薬ではありません。なぜ良くなったのかも分かりませんし、単なる偶然かもしれません ^^; ただ、まこもはデトックス効果が語りつがれている薬草です。又、まこも醗酵液による効果のお声が腎臓・肝臓・癌・糖尿など多岐にわたっていることを考えると… この AIM を活性化させる作用があるのかも！？調べる方法あるのかな？と模索しています（笑）

ちゃんこの腎臓に関しては、とりあえず一安心なものの「基準値内の上限値」なので ^^; もっと元気になってもらえるよう、今は「まこも＋春ウコン」の醗酵液を試しています。

まこもと春ウコンの醗酵液の併用

さらなる免疫力 UP	►	春ウコン醗酵液
体内のゴミのお掃除	►	まこも醗酵液

こんな位置づけでの使い方がよいのでは？という考えから、摂取前後の血液変化を調べることにしました♪

肝臓や飲酒に良いといわれている品種は秋ウコンです（笑）春ウコンはまた違う種類で、癌や難治性疾患が治った臨床例が多いので、このような目的で試してみることにしました。

実は、春ウコンは、市販のものを 3 年ほど飲み続けていました。ただ、とても苦いのです ^^; うちの子たちのご飯にトッピングすると「これ…ウマウマじゃないよね…(ˊДˋ)」と切ない目で見つめられてしまいます ^^; 醗酵液にすれば苦さは軽減するので、ストレスにならずに摂取してもらえるよう「栽培→醗酵」を試みました (^^ ♪

この変化を確認できるように、まずは摂取前後の血液変化を比較してみようと思っていま

ちゃんこ（猫 13 才）の血液検査結果

	摂取前	摂取後	基準値	
クレアチニン	2.6	2.03	0.90-2.10	腎疾患を見極める項目
尿素窒素	31	31.2	17.6-32.8	
ヘマトクリット（HTC）	53.7	44	35-45	脱水症状を見極める項目
ヘモグロビン（HGB）	16.7	13.8	8-15	
赤血球数（RBC）	1160	872	500-1000	

お父さんの編集後記

あいな農園を始めてから 6 年。お客様との出会いの数だけ“ありがたいな…”という幸せな気持ちに包まれることが増えました。通販は、気軽に皆様とお会いすることができません。でも、心温まるメッセージを頂くたびに、素敵なご縁に恵まれていることをとても嬉しく思います。いつも本当に有難うございます。

「より健やかにお過ごし頂くために何ができるのか?」

医学以外の、様々な分野の知識も増やせるよう、少しずつ吸収しながら、笑顔になれるハーブをお届けしたいと思っております。

これからもどうぞよろしくお願い致します！

あいな農園
自然ハーブ工房
Tel: 0858-71-0927 Fax: 0857-33-4227 メール : order@ainafarm.com
鳥取県鳥取市河原町渡一木 287-31 www.ainafarm.com
日中は農作業のため、電話に出られない場合があります。Fax、メールは年中無休 24 時間受付しています。土日祝は休業日です。

あいな通信

鳥取のハーブ畑から、みなさまへ

- 微生物のお陰で♪自然はサステナブルに動いている
- 小さなスタッフの自然療法日記〔ちゃんこの腎疾患〕

微生物のお陰で♪自然はサステナブルに動いている

7～9月頃に旬を迎えるホーリーバジル。昨年は、長雨であっという間に枯れてしまいました。

「元気に育ててあげられなくてごめん…」

二人してしょんぼり…です。自然環境の変化を改めて感じる夏となりました。

最近、「SDGs（持続可能な開発目標）」という言葉をよく見かけます。循環型の社会を確立し地球環境を良いものにしようという取り組みです。自然は循環型社会を確立しています♪

この「地球上の生命の再生（循環）」を担っている主役は微生物だと思っています(^^♪

「微生物」というと病原体や目に見えないやっかいなもの…というイメージがありますがそれは間違い☆彡土壌はもちろん、高層大気から深海、人や動物、植物の中も微生物だらけです（笑）。微生物は、群集（コロニー）になって1つの形を表します。例えば乳酸菌。胃液や膵液、細胞も微生物が集まった総称です。だから微生物がいなければ生物は死んでしまうのです ^^;

病原性1400種類に対して、非病原性は100万種と推定されていて、地球上の生き物の重さの半分を占めると言われる微生物たち。多すぎてびっくりしますよね（笑）

植物には窒素（N）、カリウム（K）、リン（P）という元素が必要ですが、このままでは吸収できません。微生物が吸収できる形に変え成長を促しています。しかし近代農法は、「土壌肥沃度（収穫量が多い）＝化学物質」という考えのもと「3つの元素を与えれば育つ」という発想から「化学・物理学・地質学のみ」を重視しました。結果、化学肥料や農薬が主流となりました。これら化学物質を使えば確かに一時的な収穫量は上がります。しかし、土壌の中には微生物が棲んでいます。「土壌生物学」を軽視した結果、微生物は減り、作物の収穫量は下がり害虫が発生するという悪循環を生み出しています…。

土壌には、植物にとっての病原体がたくさんいます。しかし、土壌の微生物は「危ないよ！病原体がきたよ！」と植物へメッセージを送るので代謝経路が刺激され攻撃をはねのける（免疫反応）ことが分かっています。この微生物の言葉は、ゲノムによって暗号化されたたんぱく質で、植物の根が“耳”となって微生物の声を聴いていると言われています。

ちゃんと会話ができているなんてすごいですよね（笑）

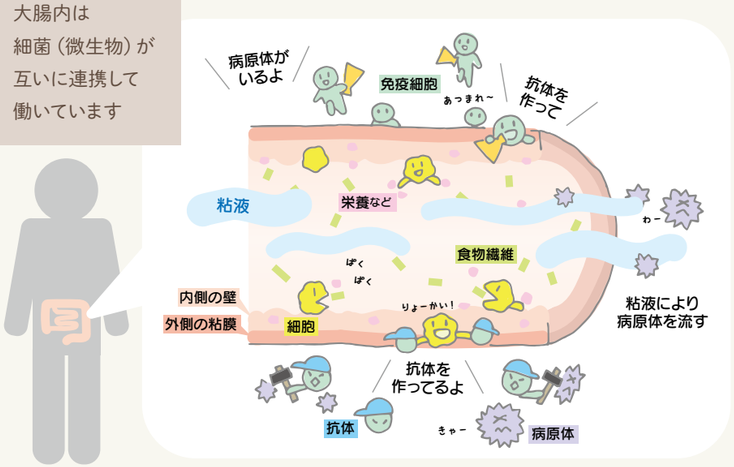
植物の根と大腸は醗酵器！？

根の周りには有用微生物もたくさんいます♪根は、微生物のご飯（滲出液）を出して引き寄せ、微生物が排泄したもの（代謝産物）が植物の栄養になります。成長という過程を通して、この絶妙な循環に接していると…根と動物の大腸は同じだなぁ…と思います♪

動物は、胃で消化した食べ物を小腸に運んで吸収（栄養）しますが、消化吸収されない繊維などは大腸まで進みます。大腸は細菌の牧草地のようなもので、100兆個にもおよぶ細菌が食物繊維などを食べ、栄養の黄金（健康を育む代謝物）を生み出し生命を育んでいます。大腸は自然の醗酵器と同じなのです♪

免疫系の約80%が関係している大腸。大腸細胞は内側に細胞1個分の壁があり、外側は加圧ソックスのような特殊な粘膜で覆われています。内側からは、便がスムーズに流れるよう大量の粘液（炭水化物）が出され、病原体が壁に付着するのを防いでいます。そして、外側の特殊な粘膜に免疫細胞が集まっています。この免疫細胞が大腸の内側に入り込み、病原体の情報をキャッチ！「こんな病原体がいたよー」と指示を出し抗体が作られます（笑）抗体を作る細胞、抗体を使って病原体を撃沈する細胞、病原体を食べてしまう細胞、炎症を起こすことで死滅させる細胞など…免疫細胞にもいろいろな種類がありますが、免疫系の中心となる大腸。微生物による醗酵だけでなく、病原体攻撃！という点でも植物の根と似ていると思われませんか(^^♪

大腸内は
細菌（微生物）が
互いに連携して
働いています



あいな通信の登場人（動？）物

お父さん：梅雨が戻ったような真夏に撃沈。土壌の健康も大事だけど、地球の健康も大事！と感じる夏でした。

お母さん：「ここは取ってほしいよねー♪」雑草を取りながらハーブとお話。本当に会話ができたらよいのになぁ。

あいな（8才）：お父さんは、赤ちゃんに戻れる魔法の手をもっているんだよ♪前足フミフミとチュッチュ♡が日課です！

ちゃんこ（13才）：お尻フリフリ♪猫じゃらしをポーン♪って投げてもらって遊ぶのがマイブームです！

れいら(10才/トイプー)：去年、初めて海で泳ぎました。波のざぶーん♪が怖かったけど、ちゃんと泳げたんだよ☆彡

まこも（4才）：血液検査でも“ゴロゴロ～♪”。「そんなことしてくれるのー♡」って獣医さんに褒められちゃった(^^♪

病気の原因は外側からと内側から。実は2種類だけ！？

結核や腸チフスなど…抗生剤によって助かった命がたくさんあります。ウィルスと菌は異なりますが、コロナ禍が長引く現代でも身体の外から入ってくる病原体への治療薬が期待されています。

反面、20世紀後半からは慢性疾患や自己免疫疾患など…自分を攻撃することによって起こる病気も増えてきました。これはコロナのような外敵ではなく、体内の免疫系が誤作動を起こす病気です。

例えば、尿の通り道（尿細管）に、死んだ細胞の破片が詰まることで始まる腎臓病。この“詰まり”が炎症を起こし、老廃物の濾過装置（糸球身体・ネフロン）の機能をダメにすることで発症します。この「炎症」は免疫細胞が活躍しているサイン。風邪の発熱も、免疫細胞が病原菌と戦っている状態（炎症）ですが、退治した後は速やかに退散するので平熱に戻ります。

本来「炎症」は、一過性の現象にすぎません。しかし、自分自身が生み出した「死んだ細胞」は、外から侵入してきた病原体とは異なるので、免疫細胞も「敵だ！」と判断をしづらいそうです。「あれ？あそこの管に溜まってるよね ^^; やっつけた方が良さそうだけど…でも、うちの子（死んだ自分の細胞）だよね…」と悩んでいるのかもしれません（笑）その為「攻撃の狙いが定まらない＝中途半端な攻撃で流れ弾にあたる」ような形になり、「周囲の正常な細胞も傷つける(炎症が長引く)」ため、腎機能の低下につながると言われています。

炎症は免疫細胞が活躍している証ですが、攻撃相手を間違えると「諸刃の剣」となります。どのように最大限に活用し、どのように継続的に操縦すればよいのか…その方法は解明されていません。免疫細胞が焦土作戦を行わないよう、又、間違った引き金を引かないような環境を作ることが大切だと思っています。その為には何が必要か？〇〇という病気、〇〇という部分が炎症を起こしている…という目に見えるものだけではなく、免疫系を作り出している「目に見えない微生物」へ意識を向けるだけでも変わってくるのではないかな？と感じています。

自然農法の基本は「微生物」です。微生物の栄養をしっかり与え、微生物が生息しやすい環境を作るだけで、「微生物が反映すれば植物も繁栄する」ことが分かります。この循環型の関係が“自然の摂理”なのだと思います。人間や動物も同じではないでしょうか。

慢性疾患・自己免疫疾患が増え始めた20世紀後半は、医療・食生活・環境が変化した時期と重なっています。抗生物質やステロイドなどの薬は、病原体だけではなく有用菌（非病原体微生物）も死滅させます。農薬も、畑の微生物を死滅させ、作物の病気や害虫被害を生む（免疫系も死滅させている）という結果を招いています。上下水道が整備され、下水道、ゴミ収集など環境インフラが整ったことで、病原体による病への不安は激減しました。半面、自然との接点が減ったことで菌に触れる機会が減り、免疫系の細胞が予行練習のような（笑）活躍する機会を奪うことにもなっています。

手軽に食べられる便利な食事は、穀物の粉や肉、乳製品を中心に成り立っています。資本主義経済の発展とともに、大量栽培、長期保存が効き、みんなが美味しいと感じる加工品が増えました。複合糖類よりも単純糖類が増え、繊維の摂取量が減りました。単純糖類は分子が単純なので、小腸からすぐ吸収されます。大腸にいる微生物たちに届かないので、本来、微生物の餌になる糖類も「大腸内での微生物の醗酵」という恩恵を授かれません ^^;

できるだけ加工品を控え新鮮な野菜・果物・繊維（全粒穀物）を中心に、肉や魚、良質な油を適量摂る…そんな食生活へ変えるだけでも、身体の中の微生物たちは喜んで、身体によいものをたくさん作り出し、本来の免疫力を高めてくれると思っています。

畑と接していると…本当の意味での健康を育むためには、「医学」だけではなく、「化学・物理学・生物学・地学・量子力学」など、あらゆる学問を大きな視野で捉えることが大切なんだろうな…と感じさせられます。

私たちは「身体の微生物が喜んでくれるだろうな♪」という視点で商品を作っています。「調子が良くなったの！」というご意見を伺う度に「ハーブの微生物たちが〇〇ちゃんの身体の中の微生物たちと仲良く(改善)してくれたんだな♪」と嬉しくなってしまいます ^^

微生物の世界は99.9%のことが解明されていません。微生物が作り出す細菌や細胞など、もっと表層レベルのことが少しずつ分かってきている段階です。だからこそ、情報に惑わされず、自然本来の恵みを摂ることが一番大切だと感じています。なぜなら…解明されていない部分で、すごく大きな効果があるかもしれないから…です ^^ 皆様はどう思われますか？