

食と栄養のコミュニケーション [ボタラヴィ]

# *Botala Vie*

Contents

Topics

統合療法で目指す  
根本治療と予防

BOTALABO PRODUCT

自宅で簡単ホルミシス効果  
「ラドンガスドーム」

Bota la Vie Recipe

糖質制限にも

「免疫UPごはん」

11月号  
2024 Nov.

# がん治療に革新を！ 統合療法で目指す 根本治療と予防

現在、日本ではがん患者の増加が問題となっています。高齢化や生活習慣の変化に伴い、がんは誰もが向き合う病気となり、治療や予防に関するアプローチも多様化しています。そうした中、注目を集めているのが、従来の医療に補完・代替療法を組み合わせた「統合療法」です。今回は、日本におけるがんの背景と、統合療法が必要とされる背景について考えてみましょう。

## 「国民病」となったがんの現状

現在、がんは年間35万人以上の命を奪う「国民病」と呼ばれるまでになっています。かつて主な死因の上位を占めた肺炎や結核などの感染症は、戦後の食事や生活スタイルの変化によって影を潜め、代わりにがんや脳血管疾患などの生活習慣病が急増しました。その結果、1981年以降、がんは40年以上にわたり日本人の死因の第1位を占め続けています。

近年では、がんの罹患率も加速しており、2019年に新たにがんと診断された人は約100万人にのぼり、2000年の約53万人と比べて、20年で倍近くに増加しています。（出典：国立がん研究センターがん情報サービス）

がんは、その発症メカニズムが非常に複雑で、種類や悪性度、進行度などが異なるうえに、転移や再発のリスクも

高いため、治療が難しい病とされています。

統合療法の世界的権威であるアントニオ・ヒメネス医学博士によると、日本人はアメリカ人と比較して胃や大腸、食道、肝臓、すい臓といった消化器系のがんにかかりやすく、その死亡率も高いことが分かっています。

このように、生活習慣や食といった環境因子が、がんの種類や進行に大きな影響を与えるため、従来の手術や薬物治療などの対症療法だけでは、がんの根本的な治療や再発の防止には必ずしも繋がっていないのが現状です。

そこで、近年注目されているのが、患者一人ひとりの体質や生活習慣に合わせて、最適な治療法を提案する「統合療法」です。



## 統合療法で生存率が向上するケースも

がんには、「糖質をエサにして増殖する」「正常細胞と比べて熱に弱い」といった多くの特性があります。こうしたがんの性質を活かし、副作用を抑えながら体の機能回復を図るのが、栄養療法や温熱療法といった補完・代替療法です。これらの療法を従来の西洋医学と組み合わせることで、より安全かつ効果的な治療を提供するのが統合療法のアプローチです。

例えば、統合療法が世界的に進んでいるメキシコ・ティファナのクリニックでは、アメリカの平均で20%とされるステージ4の乳がんの5年生存率が、統合療法に取り組むことで75%と、驚異的な結果を示しています。また、統合療法は単に症状を緩和する「対症療法」とどまらず、病気の原因そのものにアプローチする「原因療法」を同時に行うことで、転移や再発のリスクを防ぎ、健康な身体

を維持する「予防医学」としての効果も期待されています。

近年、日本国内でも統合療法を実践するクリニックが増え始めており、がん治療の選択肢として徐々に認知されつつあります。これらのクリニックでは、栄養管理や免疫強化、心理的ケアに加え、ホリスティックな視点から患者の生活全般を見直すことで、がんの治療で高い成果を上げているのです。

## 統合療法の最新情報が得られるイベント

11月9日(土)と10日(日)の2日間にわたり、日本全国の統合療法を専門とする医師や専門家が一堂に集まる「統合療法コンベンション」が開催されます。今年で30回目を迎える今回は、がんの統合療法として広く知られる栄養療法や温熱療法、ホルミシス療法をはじめ、最新の医療技術についても紹介されます。そして、今回の開催をもって、長年にわたり続け

られてきた2日間のコンベンションは最後となる予定です。

また、がん治療のみならず、アレルギーや精神疾患、糖尿病などの現代病に対する統合療法、コロナウイルスおよびワクチン後遺症への対応、さらには食や環境問題といった幅広い健康トピックも取り上げられます。治療の選択肢を増やしたいと考える患者はもちろん、医療従事者やヘルスコーチ、最新の予防医学に興味のある方々にとっても、貴重な学びの場となるでしょう。

統合療法のさらなる普及により、多くの現代病に対しても有効な治療法が提供され、患者にとって新たな希望の光となるのが期待されています。すべてのがん患者やその家族が、自分に最適な治療法を選択できるようにするために、統合療法についての理解を深め、最新の知見を得ることが、今まさに求められているのです。

## 第30回 統合療法コンベンションのご案内

2024  
11/9 SAT 11/10 SUN

会場 ※オンライン無し  
JA共済ビル カンファレンスホール  
10名の医師・専門家が集結!



## 西脇Dr.フォローアップ講座のご案内

2024  
12/1 SUN  
限定50名

会場 ※オンライン無し  
ボタニック・ラボラトリー4階  
コンベンションの内容をより詳しく学べる!



チケットの購入はこちら  
インターネットでお申込み

teket

検索



お電話でお申込み

☎0120-099-727  
[平日9:30-17:30]

LINE 公式アカウント  
でお申込み

メインメニューのセミナー情報より、お申込みください。



2024  
11

# 糖質制限にも 免疫UPごはん

季節の変わり目で体調を崩しやすくなっていませんか？今回は免疫UPの効果が高い食材を使用したレシピをご紹介します♪糖質制限にもぴったりです。

## ブロッコリーのオートミールパン

材料 (2人分)

オートミール  
(クイックオーツ)…50g

ココナッツミルク…90ml

溶けるチーズ…30g

溶き卵…1個

ツナ缶油漬け…1缶

ブロッコリー…50g

〈A〉

ナチュレハニー…6g

ベーキングパウダー…小さじ1

塩…ひとつまみ

コンソメの素…小さじ1/2

作り方

- 1 ボールにオートミールとAを混ぜ合わせココナッツミルクを加えて3分くらいふやかす。
- 2 ブロッコリーはゆでて粗く刻む。ツナ缶は油を切る。
- 3 1に2と溶き卵を加えよく混ぜる。
- 4 型にクッキングシートを敷き、3を流し上にチーズをかけ、オーブン180°Cで20～30分焼く。



糖質制限  
にも♪

## かぼちゃと人参のポタージュ

材料 (2人分)

かぼちゃ…200g

人参…1/2本

玉ねぎ…1/2本

コンソメ…1個～2個

水…300cc

塩胡椒…少々

パセリ…少々

ナチュレオ…大さじ1

バター…大さじ1

作り方

- 1 鍋にナチュレオを入れ熱し、玉ねぎの細切りをよく炒める。その後人参、かぼちゃの薄切りを入れ炒める。
- 2 1に水とコンソメ、胡椒を入れ沸騰したら弱火で20分ほど柔らかくなるまで煮る。
- 3 2をミキサーにかける。
- 4 再度味を見て塩とバターで味を整えパセリを散らす。



野菜の栄養  
ギュッと♪

今回のレシピで使用した ボタラボ製品



ココナッツミルク  
標準価格(400ml)  
648円(税込)



ナチュレハニー  
標準価格 (200g)  
1,115円(税込)



ココナッツオイル  
ナチュレオ  
標準価格 (912g)  
2,592円(税込)

オーガニック  
かぼちゃ  
販売中♪

ボタラボ  
ファームの野菜



購入はこちら



広島県在住 80代 木村十七吉さんの場合

ボタラボ体験談

## 私の栄養スイッチ

Testimonies

放射線は大量に浴びると有害作用を及ぼしますが、少量だと人体に生理的な刺激を与えて様々な健康効果があるとされています。木村十七吉さんは、定期健診で前立腺がんの腫瘍マーカー（PSA）高値が発覚しましたが、毎日ヘルシーラドンを活用した結果、なんとPSA数値が7.1から5.7へ大幅に下がったのです。今回は木村さんの具体的な取組を伺いました。

## 前立腺がんの腫瘍マーカーが下がった！ 被爆者が語るホルミシス効果とは？

ていきました。そして検査機関でPSAを調べたところ、なんと数値が7.1から5.7へ大幅に下がっていたので

木村十七吉さんは、8

を抱えていましたが、会

と聞き、機会があれば鳥

年前に奥さんを病気で亡く

社を退職後、病院に体験

取県・三朝（みささ）温

し現在一人暮らし。87歳

入院をして、栄養や医学

泉に行ってみたいとは考

ですが、澆刺として全く年

のことを学び、1日の食事

ていました。今回の検査結

齢を感じさせません。会

撮取量は2000カロリー

果を健康指導師として活

社員として15年、会社役

以内、糖質は極力控え、

躍している息子さんに伝

員として13年8か月勤めた

野菜や果物、卵、肉など

たところ、ボタニック・ラ

会社を59歳で退職。以来、

栄養素を考えた食生活を

ボラトリー（株）の「ヘルシー

現在までボランティア活動

するなど、「病気を治すの

ラドン」という商品を勧め

の傍ら、県が開校していた

は医者ではなく自分」との

られました。放射線は低

健康福祉大学の勉強会

強い信念のもと、医療や薬

線量であれば体内のホルモ

に参加したり、仲間と趣味

に頼らない生活を貫いてき

ンや細胞膜、がん抑制遺伝

味の和楽器（琴、大正琴）

ました。

子であるP53遺伝子など

演奏を楽しむなど、充実

そんな中、今年5月に

が活性化することが多くの

した日々を送っています。

かかりつけ医院の定期検診

専門家の研究などで明らか

木村さんは幼い頃、先の

で前立腺がんの腫瘍マ

かになつていることも教え

大戦でアメリカ軍が広島に

カー数値（PSA）が高い

てもらったと言います。

投下した原爆に遭遇してい

ことを告げられます。木

木村さんは「温泉に何

ます。「私は爆心地から1.

村さんは「わかりました」

回か行くことを考えたら

5KMで被爆しましたが、

と頷きながら、自分で数

元が取れる」と思い切って

大きな建物の陰で守られ

値を下げる努力をしてみ

購入、以来ほぼ毎朝1

たので火傷もしなかった」

よう」と思ったそうです。

時間、1時間30分、夜寝

と振り返ります。それで

以前、主治医から「低

る前に1時間30分、1日

も被曝者として体に不安

線量の放射線が体に良い」

約3時間を70日間実践し

す。ちなみに正常値は4.0です。「明らかにラドンのホルミシス効果だ。それ以外考えられない」と木村さんは強調します。PSAの正常値にはもう少しですが「11月の定期検診までに数値を下げて主治医のハナをあかしてやります」と、自信满满です。今後PSA正常値の4.0以下を目指す、毎日「ヘルシーラドン」を活用し続けると決意を固めています。ラドンの低線量放射線によるホルミシス効果は、疲労、便秘、花粉症や動脈硬化、自律神経失調症、糖尿病、更年期障害など様々な病気や症状に有効性が確認されています。是非、お試しあれ！