

# 「食べる炭」は安全なサプリメント

## 食品添加物などの有害物質を吸着して排出



猿は本能で知っていた!?

炭には、もともと浄水や消臭、電磁波カットなどの効果があることが知られている。その炭の効果と利用法として「食べる炭の健康効果」が最近注目を集めている。

「猿などの野生動物は、農家から炭を盗んで食べています。山火事の後などでは、燃えた木々の炭を積極的に食べる姿が見られます。猿は本能で炭を食べているのです。

また、中国や韓国、一昔前の日本でも、下痢や食中毒の薬代わりに炭を食べていました」(元近畿大

学医学部東洋医学科主任研究員、

漢方肥満研究家田村太郎氏)

今日の日本でも、「薬用炭」は救急医療の分野で使用されている。これは炭の吸着力を利用したもので、解毒作用があるとされ、下痢症や薬物中毒などに効果的だ。

しかし「炭を食べる」と必ず便秘を引き起こすというデメリットもあり、「薬用炭」を使用する際には、下剤と一緒に服用しなければならなかつた。

このデメリットを克服し、炭の健康効果を活かした「食用炭」を開発したのが、前述した田村氏だ。

長は人体で発生するものと同じ8ケ近辺です。人体に取り入れれば、共振作用が起こり体内での遠赤外線効果(後述)が増幅されます。また、炭の吸着効果や酸化を防ぐマイナスイオンは人体には必要不可欠です。便秘、腸閉塞を引き起こすというデメリットさえ克服すれば、炭は自然で安全な健康食品となるのです」(田村氏)

炭を食用化するために田村氏は独自の研究を重ねた。そしてある食品構造物質(企業秘密)と炭分子を接合させることにより「食用炭」の開発に成功したのだ。

では、食べる炭の効用とは何か。

「主に二つの効果が認められます。

一つは、炭の吸着効果。これは体内の疲労、老化の原因物質、ダイオキシンや食品添加物などの有害物質を吸着し体外に排出します。

二つめは、炭が体内で遠赤外線やマイナスイオンを大量発生することによって起る効果です。マインナスイオンは活性酸素を除去する働きがありますし、体内で共振作用を起こした遠赤外線が細胞の活性を高め、脂肪代謝の増幅効果が期待できるのです」(田村氏)

この食べる炭が引き起こす一次的作用として、①体臭・便秘の解

消、②ニキビや肌荒れの解消、③血液の浄化作用による老化予防、④ダイエット、などの効果がある。

炭クッキーでダイエット

(有)自然生活21は、「食用炭」を使用した健康食品を販売している。「チョコレート炭きれいさっぱり」はその中の一つで、食べやすいチココレート風味の小さな丸粒だ。

ダイエット、便秘解消に効果的だという。実際に毎食時に10粒ずつ試してみたが、2日目にして便秘がちだったのが嘘のように、トイレタイムがスマーズになった。

丸粒タイプの「チョコレート炭きれいさっぱり」に対して、お菓子感覚で食べられる炭商品もある。(有)セレネでは、「食べる炭(ヘルシー・チャコール)」を使ったお菓子を販売している。「紀州炭食俱楽部」というシリーズの商品は、間食として気軽に美味しく食べられるのが魅力である。(有)セレネが材料として使用している炭は、紀州備長炭でダイエットや美肌に効果的だという。どちらの商品も通信販売で、各社のホームページからも注文することができる。

「食べる炭」は、現代人にうつづけのサプリメントなのだ。