

韓國の伝統を世界に



HWANGJIN  
INTERNATIONAL

황진인터네셔널

*Hwang Jin International*

## 生活環境は毒まみれ

私の身体を脅かす毒素の数がなんと

80,000 種類

セメントから溶出する強力な毒素

強力ボンドで固められた木材と家具等

化学物質いっぱいの床材と壁紙

化学繊維で作られた布団と衣類

あふれる有害成分を含んだプラスチック製品等

化学物質が入った歯磨き粉、石鹸、シャンプー...  
加工食品等

生活の中のいたるところ1ヶ所も毒素から安全なところはありません

## 生活環境は毒まみれ

媒煙、タバコの煙、殺虫剤、除草剤、石鹼、歯磨き粉、シャンプー、洗剤、プラスチック、ダイオキシン、カビ、ペイント、重金属、化粧品、防腐剤、食品添加物、床材と壁紙・家具から揮発する蒸気……いちいち挙げていたら夜が明けてしまいます。

毒素を吐き出す環境ホルモンは至るところに分布し、環境ホルモンは空気を介して非常に簡単に広がっていく。

米国政府に登録される新しい合成化学物質が毎年2千種類を超える。

毎年世界中で250万トンの殺虫剤が撒かれているといい、この化学物質は遠方まで飛散し、長期にわたり残留する。

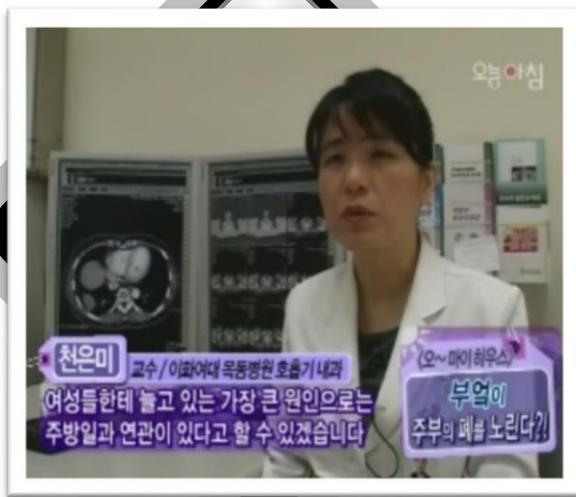


毒素にさらされた女性を介して、現在の健康上のリスクが次世代まで続く。

環境ホルモンは肥満の原因となり、現代病に分類される原因不明の様々な疾患の直接的・間接的な原因として指摘されている。

癌のような病気はまだその原因が明確に究明されていないが、環境ホルモンに関連する疑問が絶えず提起されている。

## 生活環境は毒まみれ



喫煙しないのに肺がんにかかる女性が増えている原因は？  
ガスレンジの有害ガスや有機化合物などの発がん性物質のため  
特にガスをつけたときに頭を下げてガスがついていることを確認する場合、  
二酸化窒素が多く出てきて、それを直接吸飲するような場合  
二酸化窒素を多量に吸飲すると、肺がん、認知症、うつ病などの疾患が誘発される。

\*コムタンを沸騰させると、ガスレンジから出る有害ガスの量は、タバコ4箱を吸うのと同じ

# 韓国人が1年間に 摂取する食品添加物

(体重55kgの大人基準)

出典: 食品科学産業、2009

総量 24.69kg

漂白剤	0.003kg
発色剤	0.014kg
着色料	0.074kg
甘味料	8.696kg
保存料	19.902kg



# 生活環境は毒まみれ

## 毒素と肥満

脂肪細胞の上に毒素が溜まった様子



毒素

脂肪細胞

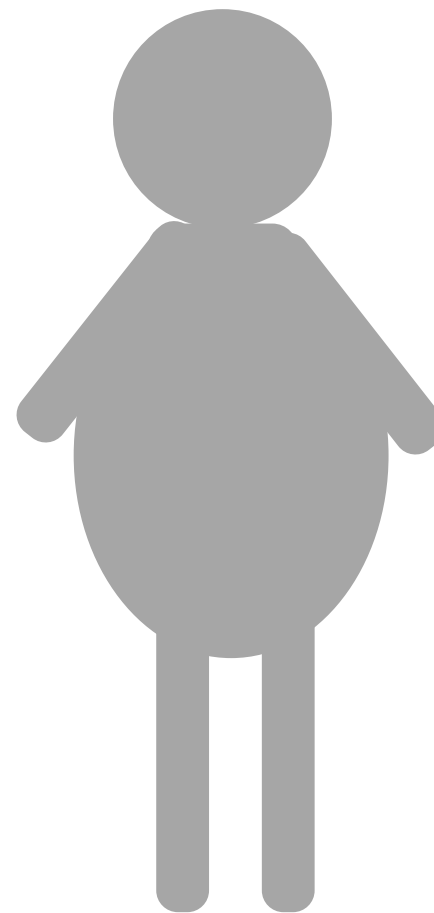
毒素が溜まった脂肪細胞は炎症物質を分泌する。



脂肪に溜まった毒素が抜けない限り、脂肪分解がよくなる。

体重が増加し炎症数値が上がって、様々な疾病を誘発する

反復



### 毒素の特徴

- 最も一般的な毒素は、毎日食べる食品
- 私たちの体の中(組織や細胞)に蓄積される
- 私たちの体の中にたまる速度が排出される速度よりも速い。
- 毒素ごと単独に、または他の毒素と有害相乗作用をする
- 特に子供・女性に弊害が大きい
- 毒素の影響は、顔に最も顕著に現れる。

毒素が発信するシグナル

- 手足のしびれ、慢性疲労が生じる
- 全身が凝ってよく浮腫む
- 便秘にかかり贅肉がつく
- 肌の老化が速くなる
- 目がよく充血してかすみ、まぶたが重い
- 常に頭が重く、めまいや頭痛・不眠症がある
- 消化不良、嘔吐などの症状があり、お腹がもたれてガスが頻繁にたまる
- 排便がすっきりせず、残尿感がある
- 心臓がドキドキ、胸苦しい、喘息、鼻炎、気管支炎
- 口から悪臭を放つ



## 毒素チェックリスト

	項目	チェック		項目	チェック
1	肉を週に3回以上食べる		14	コーヒー、緑茶等の茶をよく飲む	
2	胃腸薬、血圧薬等の薬をよく摂る		15	夕食を遅く食べる	
3	牛乳などの乳製品を摂取する		16	就寝時間が12時以降	
4	1日三度の食事が一定ではない		17	規則的な運動をしていない	
5	食事の時間が20分以内で短い		18	ストレスを頻繁に受ける	
6	小麦粉料理を好む		19	喫煙(受動喫煙)をする	
7	インスタント、清涼飲料をよく摂る		20	たくさん食べないのに太る	
8	海藻類、野菜類を嫌う		21	多く食べても太らない	
9	外食を頻繁にする(週3回以上)		22	手術をしたことがある(癌)	
10	お酒をよく飲む		23	毎日髪を洗ったりシャワーをする	
11	1日の水分摂取量が1リットル以下		24	よく長時間コンピュータを使う	
12	揚げ物や炒め物を週3回以上食べる		25	紫外線をよく長時間浴びる	
13	冷凍食品や加工食品をよく食べる		26	筋肉痛や関節痛がある	

## 毒素チェックリスト

	項目	チェック		項目	チェック
27	風邪をよく引く		39	怒りやすく不安、イライラ、憂鬱だ	
28	寒がり体温が低い		40	手足がしびれ、よくこむらがえりする	
29	長時間の運転をする		41	朝起きるとすごく疲れている	
30	消化不良で腹痛がする		42	健忘症がひどく、集中力がない	
31	アレルギー(鼻炎、喘息、かゆみ、アトピー等)がある		43	お腹にぜい肉が多く、腰が時々痛む	
32	目の疲れ、ドライアイを頻繁に感じる		44	体重が急激に増加した	
33	頭痛、貧血症になりやすい		45	肌が乾燥してハリがなくなる	
34	顔、足、体がよくむくむ		46	新築の建物に住んでいる	
35	便秘、頻繁下痢、過敏性腸症候群		47	髪の毛が細くなり抜毛が多い	
36	尿が濁って、便に悪臭がする		48	歯磨きをしてもひどく口臭がする	
37	不眠症、睡眠不足、常に眠気がする		49	屋外で長時間仕事をしたり、作業環境が悪い	
38	胸がドキドキしよく驚く		50	つまみ食い、深夜の飲食	

√ **チェック項目数 0～5個：毒素累積度 3級**

あなたは非常に優れています。この良好な健康状態を維持するために、今後も、体内に毒素が蓄積しないように維持してください。

√ **チェック項目数 6～15個：毒素累積度 2級**

毒素が体内に蓄積され始めています。たとえ外見上健康に見える場合でも、身体年齢は実年齢を既に超えている場合があります。これ以上毒素が蓄積しないよう、デトックスをお勧めします。

√ **チェック項目数 16個以上：毒素累積度 1級**

体内に既にかかなりの程度の毒素が蓄積されています。このような状況が続けば、生活習慣病が誘発される可能性が非常に高いので、すぐにデトックスをしてください。

## デトックス4段階

### ステップ1 浄化

体内に溜まったいろいろの毒素が除去され、身体各器官が組織を浄化し始め、細菌や有害物質が体内にたまるのを防ぐためには、3～6ヶ月の間に繰り返し解毒をしなければならない。

・毒素を解毒している間の人体の変化

- ①体内の毒素が減る ②組織内の酸素が増加する ③体内の肝臓、腎臓および腸がきれいになる
- ④血液がきれいになる ⑤毒素排出による減量効果と水分の供給が円滑になる。
- ⑥脂肪と細胞組織に貯まっていた化学成分と毒素、抗生物質、重金属成分などが排出される

### ステップ2 再生

各細胞層の機能が向上し始めて、人体の主要器官や組織が再活性化される。この時、エネルギーレベルが高くなり始め、疲労感が少なく、全身に活力が蘇り始める。

### ステップ3 均衡

この段階に入ったら、身体は最適の健康状態を回復し始める。身体各器官や組織の機能が最適の状態に回復する。自然治癒力が向上して、様々な病気を自ら治癒することができるようになる。

### ステップ4 維持

ライフスタイルを改善し、新しい健康状態を維持していくことが必要である。外部からの毒素を減らし、体内に毒素がたまらないよう解毒作用に必要な栄養素を継続的に補充していれば、健康を維持することができる。

# 温度

・ 体温 : 36.5 ~ 37.0°C

・ 深部 : 37.2°C

・ 胃 : 36 ~ 39°C

・ 大腸 : 38 ~ 38.5 °C

・ 皮膚 : 34 ~ 35 °C

※体温: Energy

## 空ける&満たす Key Word

・ 温度

・ 酸素

・ 水

・ 栄養素

・ 圧力

温  
温