

\*増田カイロとしての見解をあげておきますので、参考にしながら自分に合った使い方を楽しんで下さい\*  
薬機法に基づき、商品名や効能に関わることは書けないそうなので、あいまいな表記をお許しください。

## 【製品の違い】

- ① ミネラル水：原液をくり返しろ過したのち、素粒水で薄め、テラヘルツ波のエネルギーを転写。  
酸っぱい味ですが、そのまま飲んでも、水やジュースで薄めて飲んでも可。  
開封後は冷蔵庫保存。敏感な方はまずこちらから試してみるとよい。
- ② 濃縮ミネラル：原液をくり返しろ過したのち、水で薄めたもの。ミネラル水の10倍濃縮。  
水やジュースなどの飲み物で薄めて飲む。開封後、常温保存可能。  
ミネラル摂取におけるコスパは①よりよい。
- ③ お風呂用ミネラル：原液をろ過・水で希釈したもの。飲食用ではなく、外用が基本。  
ミネラル水の50倍濃縮。開封後、常温保存可能。  
入浴・手浴・足浴、野菜の汚染物質除去・環境の清浄化にも使用可。

## 【飲食】

- ミネラル水 100 cc ≒ 濃縮ミネラル (10倍濃縮) 10 cc
- まずはサンプルのミネラル水を1日10cc、20ccと徐々に増やしながら、試してください。
- ミネラル水の酸っぱい味が苦手な方は、水で不快のないところまで薄めてお飲みください。
- 水で薄めすぎておなかがちゃぽちゃぽになる方、薄めても無理という方は、濃縮ミネラルを毎日の飲み物や、料理に使ってみてください。
- 体調不良時、ワクチン接種、受験・大会前後など、ストレスがかかっている時(前後も含めて)には、おなかに無理ない範囲で、ミネラル水を普段の2~3倍量摂っておくと助けになります。
- 使い始めて下痢・便秘があるという方は、基本的にはミネラルの足りない方です。  
下痢が辛い場合は、ミネラルをうまく使えない方ですから、減量してゆっくり増量していきます。  
逆に便秘が辛い方は、朝バナナのようなお通じが出るころまで、無理なく増量してみてください。  
お風呂上り~寝るまでに多めに摂れると、より便秘解消の助けになるでしょう。
- 使用開始後に不快症状が生じた場合には、一旦減量して落ち着いてから徐々に増量し、かつ十分な水分補給をして解毒を促進します。自分にとっての必要量は施術の際に個別に確認していきましょう。
- デトックスを強化させたいときには、休日に食事を1日1食程度に減らして、ミネラル水を通常の3倍程度に増量します。不快感が強ければ無理はしないでください。
- 野菜をミネラル水につけておくことで、水では落とせない汚れまでがきれいに取れます。  
水1Lにつき、ミネラル水なら25cc・濃縮ミネラルなら2.5cc・お風呂用ミネラルなら0.5cc
- ルイボスティなどお茶を沸かす際、1Lに対して濃縮ミネラルを1cc入れておくと、まろやかになります。コーヒー・紅茶・冷茶・ミルク・お酒などにも、濃縮ミネラルを1プッシュ入れるとまろやかになり、かつ味を変えずにミネラルを摂ることができます。夜間の水分補給時にも1プッシュです。
- 米を研ぐ前に10~15分ミネラル水につけておくと、ミネラルが米に吸収されうま味が増します。  
米1合につきミネラル水なら3cc、濃縮ミネラルなら0.3ccを目安にお使いください。
- 肉・魚などの下ごしらえに、塩こしょうと共に、ミネラル水/濃縮ミネラルを振りかけると素材のうまみを引き出し、柔らかくなり、かつ臭みも取ってくれます。
- 冷凍食品の調理時、お惣菜やお弁当を電子レンジにかける時、インスタント食品を食べる時など、濃縮ミネラルをお好みで振りかけることで、ミネラル摂取と食品添加物のキレート作用によって、食品添加物のような化学物質が身体に取り込まれないように働きます。

## 【外用・環境など】

- お風呂用ミネラルをお風呂・足浴・手浴に使うことで、皮膚からのミネラル吸収および解毒を助けます。
- お風呂用ミネラルをお湯に入れて吸入すると、呼吸器（のど・鼻・気管支など）粘膜の働きを助けます。
- ミネラル水・濃縮ミネラルを不快のない程度に薄め、鼻・のど・皮膚・髪などに、スプレー・うがい・洗浄として使うことで不快症状を楽にしてくれます。
- 虫刺され・やけど・術後の傷・妊娠線などの皮膚トラブルには、お風呂用ミネラルの希釈水（5～10倍を目安に）が使えます。皮膚の弱い人なら、ミネラル水や濃縮ミネラルをさらに希釈してから使います。
- お風呂用ミネラル・濃縮ミネラルをシャンプー・リンス・各種液体洗剤などに少量入れておくことで、使い心地が良くなります。ただし入れすぎるとドロツとしますから、ごく少量で十分です。
- ミョウバン水（消臭・カビ予防）にお風呂用ミネラルを少量加えるとその効果がより高まります。風呂場・洗濯機・台所・玄関・靴箱・カーテンなど、カビが気になるところにスプレーします。

## 【追記 嵐の湯】

全国に様々な薬石効果を利用した岩盤浴施設があります。

その中で液体ミネラルの開発に関わられた川田薫博士が認め、改良に協力されたのが「嵐の湯」です。

15種類にも及び薬石の小石が敷き詰められ、高温高湿度に保たれた室内で皮膚と呼吸器からミネラルたっぷりの蒸気を吸い込むことで皮脂腺からの解毒を促します。

全国展開していますので、嵐の湯ホームページをご覧ください。（静岡県内：沼津・河津町・富士）

湿熱サウナが苦手な人は無理なくご利用ください。それぞれ異なるので自分の気に入ったところに、用途に応じていかれてみてほしいと思います。

自分のために使うものをよく知ることは大切です。

定期購入されている方は、ぜひ JESTV の動画や会員サイトの DVD から興味のあるものを取り寄せて学んでみてください。製品の中身をよく理解した上で使うと、身体が喜んで受け入れてくれますから、ミネラル水の効果はさらにアップする事でしょう。

また私も知らないことが多く学び途中ですから、新しい知見があればアップデートしてお知らせしていきます。

（文責；齊藤）

## 【参考文献・資料】

- 『完全なミネラルバランスこそ最強の治癒力!—医者が教える「医者に行かない」健康術』 沼田光生著
- 『あなたの知らない生体ミネラルの真実—一次世代療法とミネラルバランスの重要性』 沼田光生著
- 『地球農学の構想—ミネラル畑にいのちはあふれ』 川田薫著
- 『生命の正体は何か—科学が証す生命誕生のプロセスから命の本質まで』 川田薫著
- 『「石のお風呂」でキレイになる!—まったく新しい「毒出し法」』 川田薫著
- 『現代病・生活習慣病はミネラル不足が原因だった』 野島尚武著
- 『幸せの種 不幸の種』 本井秀定著
- JES 各種資料（発展のためのアドバイス集・ミネラルだよりなど）
- その他、嶋西先生・川田先生のインタビューDVD、JES 主催セミナーDVD 多数

## 【参考サイト・動画】

- JES <https://j-smc.co.jp/> （希望の命水・ぱぱっとミネラル・ミネラル鉱泉浴）
- ジェイイーエス TV <https://www.youtube.com/user/JESofficial>
- 株式会社 ラボ・シマニシ 嶋西浅男 <http://xn--tptz36am3fl0v.com/> （シーマロックス・Neo.シーマ）
- Mineral Factory 川田肇 <https://mineral-shop.com/> （石のしずく）
- トレーフル・プリュス 沼田光生 <https://trefleplus.com/> （グラナイトミネラル）
- 野島クリニック <http://www.nojimaclinic.com/index.html> （岩の力 野島式超ミネラル水）
- 嵐の湯 <https://arashinoyu.co.jp/>