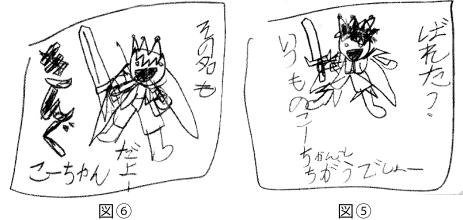


# なぜ、子どもたちが 劇的に変わつていつたのか

私は以前、東京の幼稚園に勤めていました。その後、結婚して一旦職場を離れ、女子栄養大学で1年間、栄養の基礎を勉強しました。そのうち料理より食の安全性のほうに興味が向き、NPO法人「食品と暮らしの安全基金」で仕事をするようになります。

そこでは残農薬や遺伝子組み換え食品、抗生物質の耐性菌の問題などを調査発信しており、「これは子育てしているお母さんたちに知らせなきや」と思っていました。

そして2008年、「食品と暮らしの安全基金」でミネラルのモニター調査が始まりました。「心身に不調がある方に一定期間ミネラルを摂っていたとき、症状の変化を教えてください」というものでした。その時に発達障がいと診断を受けた小学2年生の男の子の変化を目撃したのです。この「こどもたちが命危險！」の中に「こちちゃん」と名前で出てくる子です。



こうちゃんはちょっとしたことでもすぐギリギリ暴れる子でした。偏食がすごく、朝ごはんはスナック菓子。学校の給食はほとんど食べられません。夕食は家族と別メニューで、カツ丼やチキンナゲットです。真っ先にカツ丼をやめさせられるべきなのですが、こういう子たちは習慣が変わることが怖いんですね。そして見たこと、食べたことがないものは絶対食べません。

なので煮干しアグリビウオと昆布を濃縮した天然出汁(以下ダシ)をカツ丼に入れていました。

私は色彩心理学も学んでいたので、「こちちゃんが以前に描いた絵か

ら最近の絵まで見せてください」とお願いしました。絵には体の変化や心の状態が如実に表れるからです。ダッシュを摂取する前のこちちゃんの

(2020年2月10日号より)

私は以前、東京の幼稚園に勤めていました。その後、結婚して一旦職場を離れ、女子栄養大学で1年間、栄養の基礎を勉強しました。そのうち料理より食の安全性のほうに興味が向き、NPO法人「食品と暮らしの安全基金」で仕事をするようになります。

そこでは残農薬や遺伝子組み換え食品、抗生物質の耐性菌の問題などを調査発信しており、「これは子育てしているお母さんたちに知らせなきや」と思っていました。

そして2008年、「食品と暮らしの安全基金」でミネラルのモニター調査が始まりました。「心身に不調がある方に一定期間ミネラルを摂っていたとき、症状の変化を教えてください」というものでした。その時に発達障がいと診断を受けた小学2年生の男の子の変化を目撃したのです。この「こどもたちが命危險！」の中に「こちちゃん」と名前で出てくる子です。



子どもの心と健康を守る会代表  
食育ミニラルアドバイザー

**国光 美佳** Kunimitsu Mika

絵を見ました。「あー」と叫びながら足をバタバタさせている絵と「見えねえ」という文字と一緒に自分の絵を描いて、その上からくじらぐじやになぐり描きました。

これが2008年6月上旬です。

こちちゃんは集団行動が苦手な上

に、運動会を嫌がっていました。

練習がある日は配膳し終わった給食のお盆を床にぶら下ろしてしまって荒れ

ていました。

その頃描いた絵には3本の大きな

ナイフが中央にあり、「ひーもうげん

かい」の文字の横には両目がX印の自

分がいて、そこに「にせこーちゃん」と

書いてありました。

この絵を描いた2週間後からダッシュ

の摂取が始まります。お母さんが小さ

じ一杯のダンを卵かけご飯やオムレ

ツ、ぶどうジュースおにぎりなどに

掛けていました。

4日目頃から「あれ? 今日は

もっこで教室を飛び出していくのに

まだいるな」と、こちちゃんの様子が

少し変わってきました。

ダッシュ摂取13日目、こちちゃん自身が

体調の変化を感じているのではないか

と思われる絵を描きました。

「ある日ピーマンをあひて生まれかわ

りました」という文字と笑顔の絵を

描いていました。

そしてダッシュ摂取16日目には「いつも

のこーちゃんどちがうでしょー」と書

めの絵を描きました(図⑤・⑥)。

一人の男の子を通して、私はミネ

ラルが神経や精神にいい影響がある

ことを実感し、その後もたくさんの子

どもたちにミネラルを摂つてもらうこと試みました。

結論を言うと、すぐにキレて暴れま

くつていた子が、劇的に落ち着いてい

きました。

ミネラルは五大栄養素の一つです。

具体的にはカルシウム「鉄」亜鉛

などです。不足するといろいろな体の不

調が出てきます。

それはなぜか。酵素です。私たちの

体内にある300種類以上の酵素

は外から入ってきたミネラルとくつ

つことで働くんです。酵素の中には

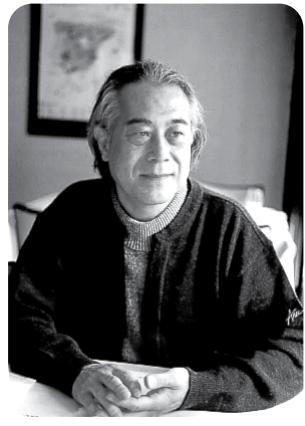
神経伝達物質を作ったり、ホルモンを

作ったりする酵素もあるので、ミネラ

ルが不足すると精神や神経に影響が

出でるわけです。

（2020年2月10日号より）



## 「こだましようか」

### それは人間の最も美しい行為

私が遊ぼう」と声を出しても、「あなた」がいてくれないと私はその言葉を言いつことはできません。

だから、「あなたはいるだけ役に立っていない」ということなのであります。

さて、皆さんはご自分で人間を人間だとなぜ分かれるのでしょうか?

ある小学生は、人間のお母さんから生まれました。

その答えではまだ70点くらいです。大事なのはそこから先です。

なぜか? 「周りがみんな犬だから」です。

皆さんが人間だから

り返して空にするかのよう

に大きな問題を起こしてしま

うのです。

そしてある日、器をひっくり

返して泣いてしまったり…大喜びしていただいている

ます。

その答えではまだ70点くらいです。

人間のお母さんから生まれても、犬の群れの中に置かれたら、その赤ちゃんはきっと自分を犬だと思います。

なぜか? 「周りがみんな犬だから」です。

つまり、周りにいる

の営みの中で最も美しい行為

の営みの中で最も美しい行為