

減塩が病気を作る

多くの人々が、塩は高血圧の原因になると信じ込んで減塩に励んでいます。でも、塩は、命の源と言われているほど、身体にとって大切なものです。ナトリウムやカリウム、マグネシウム、カルシウムなどミネラルの結晶です。ただし、精製塩（塩化ナトリウム99.5%以上）は、カルシウムやマグネシウムなどは取り除かれ、ミネラルバランスが崩れています。



塩が悪影響をおよぼすのは、塩感受性が高い一部の人だけのことです。普通の人にとっては、無理して薄味にする必要はありません。また、必要な塩分量は、生活環境や体調などによっても異なってきます。炎天下で働く人や重労働をしている人は、クーラーの効いた部屋で事務作業をしている人より、たくさん汗をかきます。



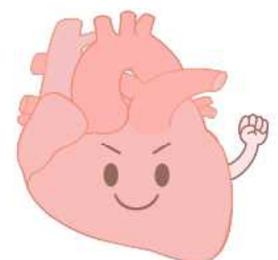
塩は命の源

その分、塩分も余分に必要になります。そして、身体が塩分を欲していれば、塩辛いものが食べたくくなります。欲していなければ、あっさり味が食べたくくなります。身体のごときは、身体が一番よく知っているのです。1日何gまでといった形式主義に陥らないようにしなければなりません。でも、最近では、多くの方は、化学調味料の刺激的な味に慣らされ味覚が麻痺しています。必要な栄養素を嗅ぎ分け、身体に悪いものを避けるという本能（動物的感覚）が退化しています。化学調味料や砂糖などの中毒になっているわけです。塩分が、どうこうというより、そのほうが、よほど深刻な問題です。でも、塩悪玉説は声高に叫ばれても、化学調味料の害毒に関しては、決して表には出てきません。

実際に、塩が高血圧の原因になるというエビデンスはありません。逆に、血中のナトリウムが減ると、腎臓から血圧を上げるホルモンが分泌され、高血圧になると言われています。

大阪のように、塩分摂取量の低い地域でも、高血圧疾患やガンによる死亡率が高くなっています。また、長寿県として知られる長野県の塩分摂取量は全国で4位です。

ナトリウムには、筋肉を縮める作用があります。マグネシウムには筋肉を緩める作用があります。そして、カルシウムも、こうした筋肉の収縮に関係しています。心臓が鼓動できるのも、ミネラルのはたらきがあつてのことなのです。マグネシウムには、血管も緩め拡張させる作用もあります。それにより、血液を送り出すポンプ機能を助けています。なので、マグネシウムが不足すると、心筋梗塞や脳梗塞を誘発することにつながるのです。それだけでなく、生命を維持する根幹の作用であるエネルギー代謝も各種ミネラルが担っているのです。



ミネラルで
元気一杯

歴史的に見ても、塩は、特別扱いされてきました。

「敵に塩を送る」という格言も有名です。(苦境にある敵をあえて助ける)いくら、戦闘能力が高くて備蓄の塩が無くなったら、それで全滅です。

また、江戸時代の拷問に「塩抜き」がありました。

囚人に塩を抜いた食事を与え続けると、5日もすると心身が衰え気力が失せて何でも自供するようになるということです。



敵に塩を送る

占領政策と「塩抜き」

占領国を支配下に置くためには、民衆が刃向えないよう奴隷化する必要があります。

そのための強力な武器が「塩抜き」です。

塩が抜かれると、体力や気力、思考力も奪われ、従順な羊になります。

「塩抜き」は、民衆を愚民化、弱体化するのに、最も手っ取り早い方法なのです。

日本は、1971年にGHQにより塩の専売制度が公布され、塩田が廃止されました。

そして、イオン交換膜という製法以外の方法で塩を作ることができなくなりました。

それにより、精製塩(塩化ナトリウム)が流通するようになり、天然塩が消えていきました。

そして、GHQの指示で、米国の医師ダールによって「塩を摂り過ぎると高血圧になる」という論文が発表され、そこから減塩推進のプロパガンダが始まったのです。

このような植民地支配は、今ではグローバリズムという形で浸透し社会を蝕んでいます。

グローバリズムの波に飲み込まれた日本は、舵取りもできずに没落の憂き目にあるのです。

マハトマ・ガンジーは、英国の植民地支配からインドを独立させました。

その際に、不服従運動の一環として行われたのが「塩の行進」です。

インドも塩の専売制度で、塩の生産が禁止され、その抗議活動として弟子たちと共に海岸まで行進し、堂々と塩を作ったというものです。

そして、民衆が一致団結し権力に屈することなく不服従を貫き、インドを英国の支配から解放し独立に導いたのでした。

日本においては、骨抜きにされた従順な民衆は、言われるがままに働く奴隷と化しています。

そして、稼いだお金も、国内では回らず、海外に吸い取られていくようになっています。

これから、人口削減も進み、移民政策という静かな侵略が進められていきます。

そして、外資によって、水源や田畑など、日本の資産も奪われていきます。

国という枠組みが壊され、マイナンバーカードによる超管理社会へと移行していくのです。

命の源である塩を奪われ、日本人が奴隷化してきた歴史的事実に目を向けなければなりません。

そして、今置かれている日本の現状を、しっかりと把握しなければなりません。

今こそ日本人の誇りや精神性を取り戻す時に来ているのです。

その上で、自らの立ち位置を明確にし、何を為すべきか、為し得ることができるのか、です。