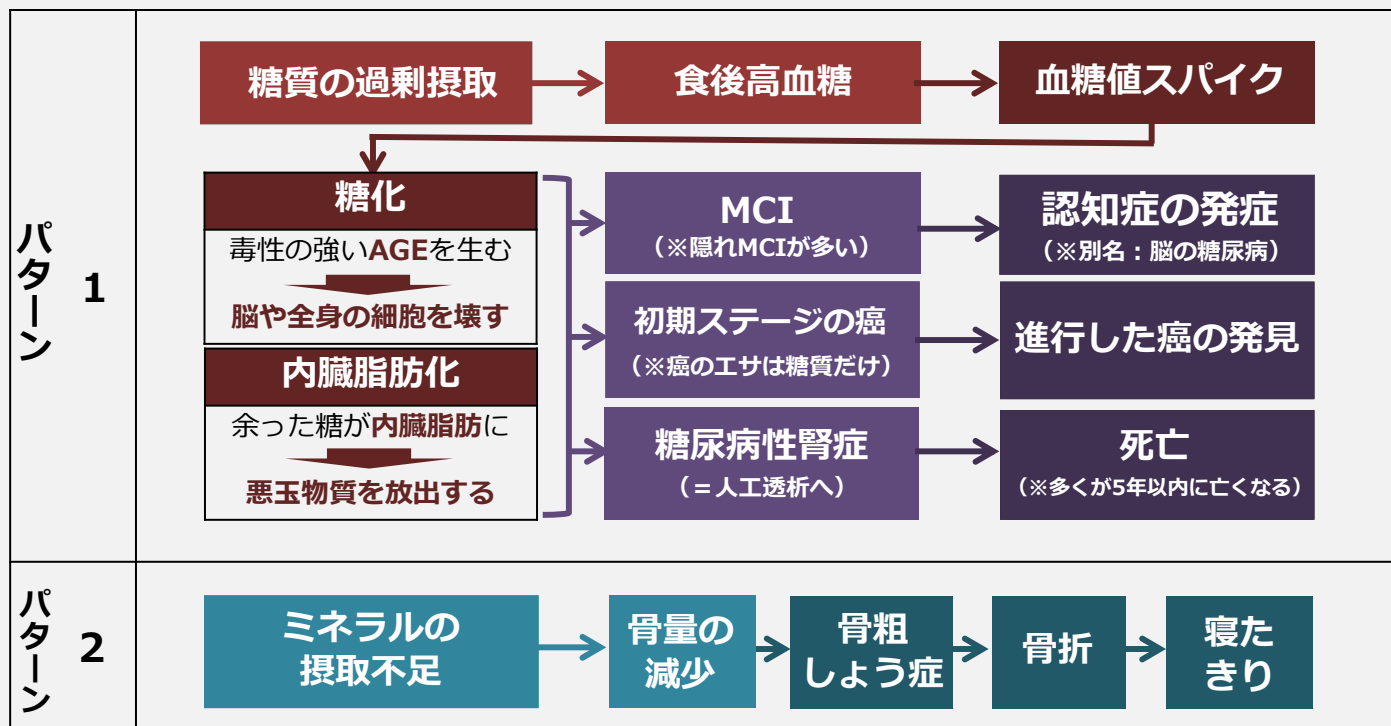


「生活習慣病」の根本原因は、「間違っただ生活習慣」(=思考習慣/行動習慣/食習慣)によって引き起こされる「新陳代謝の異常」(=「代謝異常症候群」:メタボリックシンドローム)である。

— この「メタボリックシンドローム」が最初のドミノとなり、ドミノ倒しで「高血糖」/「癌」/「認知症」など、さまざまな「生活習慣病」が生まれるので、「メタボリックドミノ」と呼ばれている。



とりわけ、日々の「間違っただ食習慣」が「癌/認知症/寝たきり」を急増させている。その典型的なパターンが下記の2つである。



現代の「食環境」(=Food Environment)が「糖質の過剰摂取」&「ミネラルの摂取不足」という「2つのパターン=「間違っただ食習慣」」を引き起こしている。— この食習慣が「新陳代謝力」を徐々に弱め、20~30年の年月を掛けて、「食環境病」(=Food Environment Disease)と言える「癌/認知症/寝たきり」という現代版「生活習慣病」を発症させているのが実態である