



食の安全意識の高まり・健康志向・・・→マクロビオティックって?? 遂に日本初の「マクロビオティック」携帯公式サイト OPEN Beauty♥マクロビオ! 2009年2月2日始動

2008年に相次いだ食品偽造問題や汚染米・汚染粉ミルク問題等・・・巷でも**食の安全意識**はどんどん高まっています。そして、それに比例して世の中の**健康志向**も注目されています。その大きな流れの中に「マクロビオティック」という言葉もよく耳にするようになりました。マクロビオティックとは、日本古来の食事療法を原型にした健康法で、欧米各地で多くの方が取り入れています。近年は**マドンナ**をはじめとする**ハリウッドセレブ**も取り入れて一気に知名度が高まり、日本にはいわば逆輸入の形で広がってきた経緯もあります。そこで、事業テーマのひとつとして掲げている「ココロと体の健康」をテーマにコンテンツ運営を行う株式会社メディアシーク(本社:東京都港区)では、この度マクロビオティックの携帯公式サイトをOPENすることとなりました。マクロビオティックの携帯公式サイトとしては初めての登場になります。

TOP イメージ



マクロビオティックの世界的権威

KIJ(クシ インスティテュート オブ ジャパン)代表理事

久司道夫(くし みちお)氏



One Peaceful World.
Michio Kushi 久司道夫

Beauty♥マクロビオ! の特長

- ①初のマクロビオティックの本格的公式モバイルサイト
- ②正しいマクロビオティックの知識を手軽に入手し「健康維持」「ダイエット」にチャレンジ!
- ③「食事管理カレンダー」つき、「毎日の陰陽チェック」も手軽に!
- ④マクロビオティックの世界的権威である久司道夫氏が代表理事を務める
KIJ(クシ インスティテュート オブ ジャパン)が全面的に制作協力

■マクロビオティックとは・・・

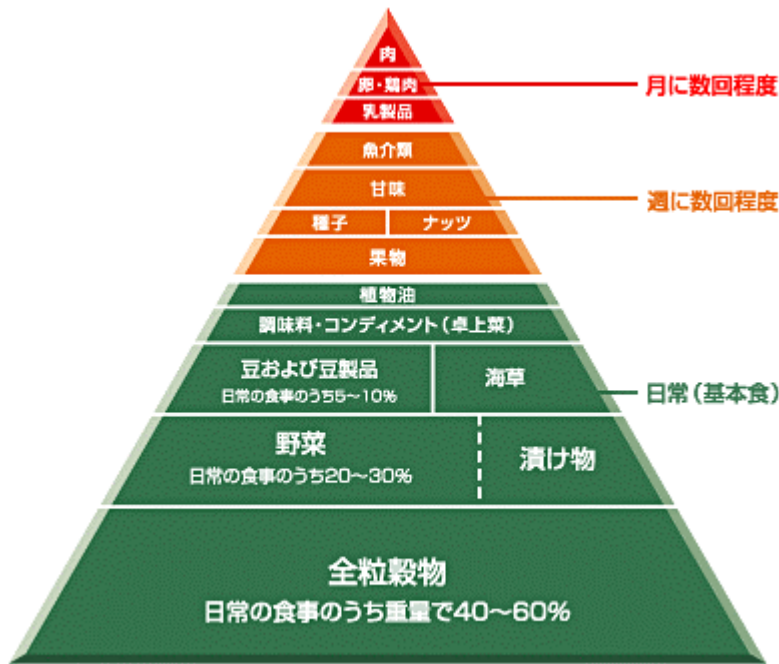
マクロビオティックの語源は古代のギリシャ語でマクロビオスからきており、「健康による長寿法」「偉大な生命」という意味をなします。マクロビオティックはそこから変化したフランス語で、単なる健康な食事法だけを意味する言葉ではなく、日々健やかに健康に生きていくための手段・方法であって、その要素が入っているものを総称して「マクロビオティック」と呼んでいます。創始者は桜沢如一(さくらざわ ゆきかず、外国ではジョージ・オオサワとして知られる)、明治時代の食医・石塚左玄の養生を取り入れ研究を重ね米国に渡りマクロビオティックの普及に努めました。ジョージに追随し戦後米国に渡った久司道夫氏は、その後のマクロビオティックの活動が認められ「アメリカ人の健康を向上させた」として日本人として初めてスミソニアン博物館に殿堂入りを果たしたことから功績は目覚ましく、近年欧米諸国では久司道夫氏があまりにも有名です。



<マクロビオティックの4原則> 注意:菜食主義と思われがちですが、そういうわけではありません

- ①一物全体食(食材を丸ごといただく)
- ②身土不二(季節のもの、その土地に産するものを主に食す)
- ③健康的な食品(食品添加物や農薬等を使用されていないものを食す。水道水はそのまま飲用しない。)
- ④食物の調和(東洋古来の食べ合わせ方の原理による。バランスよくミネラル・ビタミンや多くの栄養素を自然の素材から摂る。陰と陽に大別される食材をバランスよく摂る。)

食事指針 「マクロビオティック標準食」



(a)2000 Michio Kushi, 日本語訳2002年5月

※「陰」と「陽」の意外な一例

「陽」に思われがちな「お酒」や「甘味」は実は「陰」の食物に分類されます。お酒や甘いものを食べると気持ちが高揚して、おしゃべりがはずみますね。「陰性」の拡散作用によるものです。その他当サイトでは食物の陰陽度を簡単に検索できます。

■久司道夫(くし みちお)氏について

1926年に和歌山県に生まれた久司道夫氏は、東京大学法学部および同大学院修了後、世界平和の実現を志して1949年にアメリカへ渡りました。海外での研究生生活の中で久司氏がたどり着いた答えは、健康と幸福を培うためには「食」を正すことが第一であるという1つの真理でした。そして、アヴェリーヌ偕子夫人とともに人類に理想的な穀菜食を主とする「マクロビオティック標準食」を編成。さらにその理論や調理法を体系化し、身体と心に真の健康をもたらす『クシマクロビオティック』を確立しました。

以後50余年、久司夫妻のひたむきな教育・啓蒙活動により、若い学生から、重病・難病の患者、医学や栄養学の専門化、俳優、アーティスト、さらに実業家や政治家にいたるまで、世代・人種・国籍を越えた400万以上の人々がマクロビオティックを実践し、心身の健康を向上させています。こうしてマクロビオティックが人々の食生活を改善した功績は国際社会に高く評価され、久司道夫氏が日本人として初めてスミソニアン歴史博物館に殿堂入りするなど、数々の栄誉と賞賛を得ています。

また、1980年に設立された「クシ インスティテュート(KI)」を本拠地として、欧米各国でマクロビオティックの教育や普及が行われる中、日本でも活動拠点の開設が高く望まれていました。そして2004年5月、久司道夫氏と親交が深く、「自然との調和」を理念に掲げて企業活動にマクロビオティックを導入している滝口友樹哉氏の支援と協力を得て、山梨県小淵沢に「クシインスティテュート オブ ジャパン」を設立。日本におけるマクロビオティックの教育基盤を築き、普及・啓蒙活動を行っております。



■国際社会における、久司道夫氏の功績に贈られた栄誉

- 1994年 「世界の平和と人類の健康に貢献した」として、国連作家協会優秀賞を受賞
- 1995年 「米国の食生活改善に多大な功績があった」として、ロードアイランド州上院より表彰状が授与される
- 1997年 「エコロジーと自然の理に叶った生活様式と食生活による健康に貢献した」として、ベルギー・アントワープ市有志より表彰される
- 1999年～ 米国国立歴史博物館「スミソニアン」に、クシマクロビオティックの代表的な出版物や資料がクシファミリーコレクションとして永久保存され、展示される
- 1999年 米国国家下院にて、久司道夫氏の業績を公認する決議が行われる
- 2000年 「地球擁護協会」と関連する米国マサチューセッツ州「ピースアベイ」より、平和賞を受賞
- 2007年 米国国会下院にて、久司道夫氏の生誕 80 年を記念して、業績の顕彰決議が行われる。

久司道夫氏は、日本におけるマクロビオティックの中心拠点 KIJ(Kushi Institute of Japan)の代表理事を務めています。有限責任中間法人KIJと関連企業の株式会社ライフサポートが今回の Beauty♥マクロビオ!について、全面的に制作協力しています。

■コンテンツ内容

- ・マクロビオティックって??、マクロビオティック最新ニュース、世界のマクロビオティック事情
- ・KIJ講師であり、ブラウズフィールドを運営する中島デコ先生のマクロビオティック実践日記
- ・「陰陽度」チェック、レシピバランスチェック、マクロビオクイズ
- ・マクロビオティックダイアリー(体重・体脂肪・食事・運動・食事の陰陽度の管理ができるダイアリー機能)
- ・マクロビオレシピ・置き換えレシピ、マクロビオティック関連アドバイス、マクロビオ用語辞典
- ・体験談、掲示板、ショッピングコーナー他

<モバイルサイト「Beauty♥マクロビオ！」概要>



- ◆サイト名 : Beauty♥マクロビオ! ※3 キャリア共通の公式サイトです
- ◆URL : <http://beautymacrobio.com/>
- ◆内容 : マクロビオティックに関する情報提供、陰陽度チェック・レシピバランスチェック機能、ダイアリー機能、レシピ検索、専門家からのアドバイス提供、掲示板等のコミュニティ機能、ショッピング機能他
- ◆アクセス : iモード iMenu→メニューリスト→健康/ビューティ/医学→健康→Beauty♥マクロビオ!
※i モードで2月2日に先行 OPEN、3月には EZweb、Yahoo!ケータイ 共に OPEN します。
- ◆利用料 : 月額 315 円(税込)
- ◆サイト運営会社 : 株式会社メディアシーク
〒106-0041 港区麻布台 2-3-5 NOAビル www.mediaseek.co.jp 03-3224-3113(代表)

- ◆ メディアシークロゴは株式会社メディアシークの登録商標です。
- ◆ 「iモード」、「デコメール」は、NTTドコモの商標または登録商標です。
- ◆ メディアシークロゴは株式会社メディアシークの登録商標です。
- ◆ その他記載されている会社名及び商品名/サービス名は、各社の商標または登録商標です。