



ENAGIC GLOBAL E-FRIENDS

Vol
253
Japan Edition

2021.12月号



**為了在2022年能飛的更高更遠
讓我們在這最後一個月用盡全力衝刺吧！**



最佳分銷商的典範：8P
Chi Tam Ngyen
(越南 / 6A3-3)



Road to 6A : 4P
水野 HITOMI
(日本富山縣)



加油日本！：3P
Kaz在各地舉辦講座
活力四射的演講點燃熱情！

2021

2022

把還原水推廣給每一個人

我們堅定地認為全世界的人都應該飲用還原水跟攝取還原 UKON。特別是現在，人們對於安全又有益健康的飲用水和健康食品的需求是跟以前無法相比。除此之外，Enagic還提供了較為靈活的工作安排，以及增加副收入的機會。

Enagic長期以來致力於開發、設計，製造電解水生成器。除此之外，還構思了已申請專利的8P分紅制度。有了優良的產品以及獨一無二的事業機會做為武器，讓分銷商得以專注於自己的事業計劃，並迎來了加速事業成長的機會。

向朋友家人熟悉的夥伴們推廣還原水，會是一個很好的切入點。但更重要的是不要只停留在這個階段，和不認識的人進行交流推廣也十分重要。請大家將對於還原水的熱情傳達給更多的人。

Enagic大家庭對於「真正的健康」擁有高度的奉獻精神。而這個工作機會對所有的人都是開放的沒有限制，不分性別、膚色、宗教、年齡、文化背景。

例如，如果男性只對男性銷售產品，年輕人只銷售給年輕人，然後菲律賓人只對菲律賓人銷售產品，這是非常受限的商業手法，這樣將無法獲得充滿可能性的商機，同時也會剝奪您認識到不同視角想法的人的機會。

所以不管在哪裡居住，不管在做什麼，都請不要忘了這點。跟我一樣如此深愛還原水的人，在這世界有好幾百萬人。

正如同各位所知，我總是隨身攜帶裝有還原水的水壺，這樣一來無論公司發展到什麼程度，無論世界變得如何地複雜，都會讓我想起 Enagic 是從還原水開始的。

飲用還原水並將其功效分享傳達出去，僅僅如此，就能激起人們對還原水的興趣，這也許跟新成員加入我們這個大家庭的原因息息相關。讓我們一起手握還原水吧！

Enagic International
CEO 大城博成

Kaz舉辦縱貫日本的研討會



被喻為是大城會長“發言人”的Kaz(橫谷一男)，於11月16、17號在沖繩會場開場後、陸續於19、20號在東京，21號在新大阪，23號在福岡，然後27號在

名古屋等5個據點合計9次，以「Kangen Compassion」為題，舉辦了充滿熱情的研討會。

Kaz在印度分店時，帶動那邊業績急速增長，關於其秘訣他說「抱持著熱情(人情)反覆的去努力傳達推廣Enagic事業的魅力所在」。之後，

Kaz運用這個經驗在世界各地舉行充滿活力的研討會。就

連久違的日本研討會也是運用各種收集而來的資料，可謂是感染力滿分。並且毫不吝嗇地分享在分銷商活動中不可或缺的技巧，讓研討會的參與者感到收穫滿滿。

Kaz更是會特別留意新加入的成員，大力培養他們增加自信，並給予鼓勵加油。而實際上，能看到新成員們(或嘉賓們)很明顯深受感動的樣子。

對於大多數的參加者來說，“Kaz式教學法”讓他們留下非常深刻的印象。



使人充滿幹勁的 Kaz研討會(新大阪分店)



擠滿眾多參加者的沖繩會場(Enagic Southern Hill 三樓)

Enagic新商品情報

還原薑黃茶的新包裝煥然一新

沖繩還原食品(株式會社)的主力商品—還原薑黃茶的新包裝設計成跟薑黃一樣美麗的鮮豔黃色。

眾所周知，還原薑黃茶的原料產自位於沖繩北部的山原地區，並與220家農家們簽訂契約以無農藥的方式進行栽種。

而且薑黃工廠活用強還原水跟強酸性電解水將薑黃進行徹底地洗淨，可謂是安心安全的用心加工方式。

富含礦物質和抗氧化成分的薑黃，不僅是薑黃茶，也是健康食品UKONΣ(Sigma)的原料，請務必一起惠顧。



查詢電話

沖繩還原食品株式會社

TEL 0980-51-9050

E-Mail: ukon@kangenfoods.com

新6A分銷商講述「我所走的道路」

Road to 6A

水野HITOMI

(日本富山縣)



在沖繩Enagic舉辦的聖地巡禮活動中堅定信念 與夥伴們專心於分銷商活動的日子

「她和人可以很快的融洽相處」。同一團隊成員的T先生這樣評價這次的主人公水野HITOMI小姐。確實是如此，水野小姐在跟身為筆者的我初次見面時，也能夠侃侃而談，甚至出乎意外地在耳邊說「悄悄話」。

說話毫不拖泥帶水且率直，也會認真地聽對方說話，從性格上看，水野小姐是那種坦率直爽的類型，在分銷商活動方面也是，她以註冊會員後的某件事為契機，毫不迷惘地勇往直前。為什麼她不會感到迷惘呢？這點在之後的介紹便會漸漸明瞭吧。

■有外商直銷的經驗

水野小姐來自盛產螢光魷魚而出名的富山縣滑川市。甚至會有觀光船在黎明時到來參觀滑川漁港的漁船用定置網來捕獲螢光魷魚的收網情況。

水野小姐33歲為止都在滑川市居住，之後在神奈川縣川崎市，其後再到茨城縣的古河市居住。而那正是於2011年3月11號，發生東日本大地震的地區。就連離太平洋最遠的茨城縣西部的古河市也遭受了震度五級以上的劇烈地震襲擊。

以此為契機，她在富山市租了一間公寓，在北陸新幹線開通至富山的2015年遷居至此，之後便一直居住在富山市。



松本弘志Enagic Japan社長授與認定證



在新大阪分店報告升格6A後大家獻上恭賀

水野小姐正好是20年前開始直銷的事業，從那之後，水野小姐輾轉於幾家外商的直銷。離婚後，她作為單親媽媽要撫養2個孩子，所以非常熱心投入在工作上。那時她的收入還算可以，不過5年前，她開始對這份工作敬而遠之。

水野小姐說理由是「樽頸位在於公司一旦業績惡化，就會立刻撤退、破產，缺乏長遠性。」但Enagic與之不同。今年年初，水野小姐經由從事直銷時的熟人那裡聽說了Enagic的信息。被告知事業的規模、銷售額、國際化的狀況等，雖然她覺得很厲害，但這還是令她感到一絲疑問「真的假的？」

但是8P分紅制度對分銷商來說，明顯跟其他直銷相比是更有利的制度，而且通過「水的實驗」，對LeveLuk的卓越性能感到驚訝。

與一般直銷完全不同，Enagic通過共同的努力，上線與下線得以一起獲得收入，這一點讓我覺得很了不起。

■目標是明年3月17號前達到6A2-3！

為了能更加堅定地全力開展Enagic的業務，水野小姐決定前往沖繩。她說「我想親眼所見，親耳所聞，以求證實」就這樣，在2月完成了分銷商的註冊後，立即前往Enagic的發祥地，已被視為“聖地”的沖繩縣名護市為參觀的中心，進行了為期3天，走訪了縣內的相關設施，聽取了相關負責人的意見。

而且幸運的是，在名護市瀨嵩的E8PA會館，水野小姐碰巧遇上逗留在沖繩的大城會長夫婦，並與之進行面談。於是，水野小姐表示「聽了大成會長有著在索尼代理店“錄影帶戰敗”的商業失敗經驗，並經歷還債的辛苦，了解到Enagic成立的過程，並進一步得知會長還有營運長者設施和進軍幼稚園相關的教育領域等，瞭解到了大城會長夫婦為了振興沖繩所付出的努力。」

水野小姐說「我確信只要是致力於社會貢獻的經營者所創辦的企業，毫無疑問 會是家好公司。而這也是我開始正式地全身心投入Enagic事業的契機。」

從那之後，水野小姐首先向當地・富山的「重要的人們」分享傳達了相關的信息。而其中有3人也一起去了沖繩Enagic的相關設施後，也開始熱心投入Enagic事業。就這樣，「仁愛的圈子」從富山到福岡、東京、大阪甚至推廣至北海道。

水野小姐在今年10月份達到了6A等級。被問到接下來的目標時，她回答「明年的3月17號前到達6A2-3等級。」

3月17號這天是大城會長的生日，到達的話應會成為慶祝大城會長生日不錯的禮物。並且將來的目標是包含自己在內，團隊成員的15人也達到6A2-3。這是為了確保長久的穩定收入和安定的生活。水野小姐的結論是「對我來說Enagic是最後歸屬也是最好最棒的存在。」

富山的夥伴慶祝升格6A



時常全力以赴舉辦講座(東京會場)



2021年
12/29
截止

令人驚訝的折扣率 濾芯的 年末促銷活動！

淨水濾芯

SANAS[®] Leveluk[®]DX Leveluk[®]JR Leveluk[®]SD 501U
Leveluk[®]DXII Leveluk[®]JRII Leveluk[®]Super[®]501

標準型濾芯
7,260日圓(含稅)



除鉛型濾芯(舊)
10,560日圓(含稅)



Leveluk[®]SD501 PLATINUM
Leveluk[®] Leveluk[®]JR IV

除鉛型濾芯(新)
10,560日圓(含稅)



3顆組合包

Leveluk[®]DX Leveluk[®]JR Leveluk[®]SD501
Leveluk[®]SD 501U
Leveluk[®]DXII Leveluk[®]JRII
Leveluk[®]Super[®]501

除鉛型濾芯(舊)
30,360日圓(含稅)



Leveluk[®]SD501 PLATINUM
Leveluk[®]SD501 Leveluk[®]

除鉛型濾芯(新)
30,360日圓(含稅)



Leveluk[®]SD501 注意事項

※2011年以後購買之機器皆只適用新型除鉛濾芯，請確認後再購買

Leveluk[®]
KANGEN8
用淨水濾芯(F-8)
(3個組合包)
33,000日圓(含稅)



KANGEN8
用淨水濾芯(F-8)
11,440日圓(含稅)



ANESPA ANESPA[®]DX

ANESPA/
ANESPA DX用
淨水濾芯

10,120日圓(含稅)



ANESPA/
ANESPA DX用
雙濾芯組合包

34,760日圓(含稅)



ANESPA/
ANESPA DX用
礦泉陶瓷石濾芯

24,640日圓(含稅)



※詳細資訊請參考以下Enagic網上購物網址或是撥打免費電話

<http://ec.enagic.co.jp> 或是 撥打電話 0120-84-4132 詢問

Enagic 集團周遊記

山市飯店



在大改造中設置了沙龍跟餐廳 能讓分銷商進行更大程度的利用！

「無論何時都能安心舒適愉悅」正如宣傳標語所示，山市飯店最大的賣點是 悠閒放鬆及熱情周到的待客。還有一點當然是交通便利了。

首先，自沖繩都市單軌電車（YUI-RAIL）的美榮橋步行10分鐘左右就會到達，距離巴士站也很近，跟合作的停車場也在步行1分鐘的距離內。

還有沖繩觀光絕對必去的觀光地－國際大道的中央部份也只有200米的距離，真的是很方便。即使玩很晚才回飯店也不需乘坐計程車，步行就能到。

另外，客房類型有25間單人房，1晚6000日幣，30間雙人房，1晚也只要8800日幣，價格非常地實惠（3人房與2人房一樣價格8800日幣），並且為了滿足各式各樣的要求，還備有5間和室。

山市飯店作為Enagic集團的一員，實施了大改造。客房的內部裝潢煥然一新，外面的建築也變的很壯麗。再加上一樓開設了那霸沙龍（分店），也設置了多功能會議室可用於研討會等。因此，不只是接待普通顧客，分銷商將此做為活動據點加以利用的次數也大為增加。

還有地下室1樓開設，附設有live空間的還原餐廳「南乃畑」。理所當然地，不僅在調理上充分使用還原水，且餐廳的廚具跟室內的衛生管理也是使用強電解水（強酸性水和強還原水），以提高食品衛生安全。



山市飯店

〒900-0013 沖繩縣那霸市牧志 2-16-13
TEL:098-866-5421 FAX:098-867-3713

最佳分銷商的典範

チ・タム・グエン
Chi Tam Ngyen

(越南/6A3-3)

以謙虛和仔細的說明作為武器
成為越南第一位達到6A3-3的分銷商



6A3-3位階的Chi Tam Ngyen，第一次得知Enagic是從住在維珍尼亞州列治文的朋友Diem La(6A2-5)那裡知道的。

他說「能把普通的自來水變成很棒的飲用水，這讓我對Enagic製的機器印象深刻。」他更表示

「Enagic商務與其他的事業有很大的差異性」。就這樣，因為Chi Tam瞭解了LeveLuk的功效跟其分紅制度，於是購買了還原水生成水機，下定決心加入分銷商的行列。

還有幾個因素促使他做出了這個決定。其中大城會長獨創的直銷模式，以及擁有專利的8P分紅制度，還有能夠多出更多時間跟家人一起相處和唱他最喜歡的卡拉OK，這都成為他決定從事Enagic事業的動力。

Chi Tam在越南南中部的富安省綏和市度過了童年，現在住胡志明市，遇見Enagic之前，他是越南一家人壽保險公司的區域營業部部長，也有兼職某公司的直銷業務。

這些經驗對團隊跟制度的形成以

及訓練方式都起到了很好的作用，團隊成員和他本身的能力都得到了提升。

在胡志明市開設事務所

2017年4月Chi Tam簽訂了第一份契約書。Chi Tam向現居住在捷克的Van Truong Thi Hong (6A2-2)售出了LeveLukK8。交付產品後，Chi Tam說「記得當時第一次拿到分紅獎金時很興奮，我意識到向人們推廣還原水是非常大的

商機」。Chi Tam更在2017年5月，為了直接讓人們得以親身體驗還原水、演示實驗和進行訓練，在胡志明市開設了自己的辦公室。

然後在2018年2月達到6A等級，並成為越南第一個達到6A2-3等級的分銷商。還在最近升格到6A3-3等級。

他經常鼓勵團隊的夥伴「要充分地利用Enagic給予的資源和機會來取得成果，為了達成目標，首先要先行動起來」。





開拓提高熱情的秘訣！

為了支持團隊，同時提高客戶和新成員的積極性，Chi Tam提出了以下幾個方法和建議。

「在網路上及其他方式，提供向下線中團隊新成員應該要如何開展Enagic業務的訓練方案企劃。」

「教給新成員們發掘新人材的方法跟關於Enagic事業適當的思維方式和態度，然後還有適當的順序和方針。」

「針對新購買者和分銷商進行有效的演示方式和Enagic的8P分紅制度說明等。將基本的情報徹底傳達給對方」

和夥伴一起邁向成功！

Chi Tam的目標是在今年年底升格到6A3-4等級。但是，Chi Tam很清楚單靠自己一個人的力量將難以達成這個目標。

他表示「我想在遍佈世界各地團

隊中，培養出更多的6A等級以上的銷售領導，特別是在歐洲、南亞和越南的市場。」

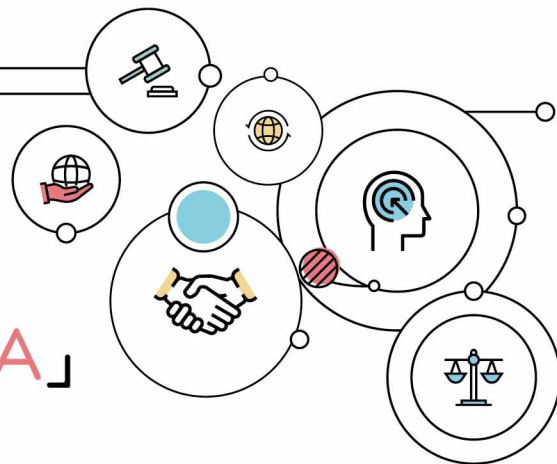
雖然Chi Tam 在 Enagic取得了出色的成功，但依然表現的很謙虛呢！

他最後強調說「既然我能做到，下線和新成員們也絕對可以做到，我們一定會取得更大的成功。」



各位Enagic分銷商必看！

為了實現「真正健康」的 法令遵循(Compliance)「Q&A」



Q：公務員可以登錄為分銷商嗎？

A：公務員被禁止從事副業，因此不能登錄為分銷商。

這指的並非是國家公務員法或地方公務員法有「禁止從事副業」的規定，而是「禁止擔任以營利為目的的職務，以及經營私人企業」。

●國家公務員法第103條(使其與私有企業隔離)：禁止擔任以營利為目的的職務，以及經營私人企業。

●國家公務員法第104條(參與其他事業或事務之限制)：從事非營利之事業團體需要內閣總理大臣或該職員所轄廳長之許可

●地方公務員法第38條(從事營利企業等之限制)：未經具任命權者之許可不得經營營利企業，亦不可從事其事務。

公務員是肩負著為國民，市民服務的「公僕」，因此禁止從事包含副業、私人企業等有薪酬回報的工作。

除了上記之規定外，法規中還另有定明「三原則」禁止從事副業。

■禁止會使其信用掃地之行為：會破壞全體公務員的形象，失去信用之行為是被禁止的。

■守密義務：在職務上所知悉之秘密不可對外散布。

■一心專念於職務之義務：職員需專注於自己的本業上。會影響本業的行為需自制

總而來說，公務員的副業會因為從「社會評價」「守密義務」「專注於職務」之視點來看觀感不佳，因而受到規範。

Q：可以從日本購入的電解水生成器帶去海外使用嗎？

A：縱使從性能來說是沒問題的，但是因為各國之間的規範等關係因此並不建議這麼做。

我們收到許多形形色色類型如「可以將在日本進行分銷商活動所購入日本取向的產品，帶到海外使用嗎？」「可以在旅行的時候順道帶著，賣給海外人士嗎？」等問題。

由於有著可對應全球的機型，因此認為可以「在日本購買以後帶去海外使用」的人也不少。但是不僅各國的水電狀況各異，也可能存在各種不同的規範。因此，最好還請配合市場，在各個分店進行購入。

最相近的例子就是在海外購入的智能型手機。縱使性能上可在日本使用無礙，但若未取得「技適認證」即在國內使用，極有可能違反電波法。因此，即使是同一型號，在國內流通的商品大多還是日本取向的製品。

反過來說，也存在於縱使性能沒問題，但對照他國法律即違法的狀況也是存在的。

各市場的擔當分店請由下記連結確認。

https://www.enagic.com/?c=contact&lc=ja_JP

請大家用正確的方式在全球拓展活動。

Hacchi的 「電解水生活」



用酸性電解水之力讓浴室亮晶晶

平時因為用酸性水泡澡的關係，浴缸也變得乾乾淨淨清清爽爽的，感覺起來最近用來泡澡的酸性電解水的量也增加了。(^^;;;)

剛好我家有個裝燒酒的巨大四公升膠樽，本來覺得礙事想要早點扔掉的，沒想到居然大大的派上用場！

有了這個，要把酸性電解水從廚房運到浴室就很方便了。

那麼，加入酸性電解水的洗澡水會有怎樣的洗淨力呢？讓我們在100公升的水加入10公升的酸性電解水後加熱看看。

■用強酸性電解水來加強效果

隔天，用微溫的洗澡水試一下清洗洗臉盆等的浴室小物。首先將那些浴室小物直接丟進浴缸！這時候，再加入一公升左右的強酸性電解水。

這麼一來，光用剩餘的洗澡水也能輕鬆的將水垢洗乾淨。彷彿清洗普通的食器那樣，用海綿搓搓即可。

即使用浴缸洗劑也很難把污垢清除，只有洗到手痠，至今從沒有像現在這麼簡單就可以把污垢

清洗乾淨的，而且越擦越亮呢。浴缸也是，光用洗劑跟熱水根本沒辦法洗的這麼乾淨。

而且，因為使用的是「水」的關係，不會被洗劑刺鼻的氣味嗆到，而且稍微沖一下水就可以把污垢沖掉，真是幫大忙了。

■酸性電解水讓衛生方面也 UPUP！

酸性電解水不僅可以在清潔面去除水垢這種附著鈣質類的污垢，並且因為還有除菌作用，除了洗淨外還能夠保持衛生，對於清掃那些用水的場所真是太適合了。(^^)

至於浴室的磁磚清潔就用強酸性水噴霧器噴一噴！然後在用海綿在磁磚接縫擦拭後，黑色污垢不就清的乾乾淨淨了嗎。

由於污垢去除實在是太有趣了，我把磁磚全部都用強酸性電解水洗了一遍，結果連水垢所造成的暗斑都去除掉，讓磁磚恢復得乾乾淨淨!(^^)

強酸性電解水發揮出連浴室的黑垢都能去除的威力，真讓人驚嘆。

強力推薦

電解水活用的 現場報告

第75回

大阪府寢屋川市

炭火燒鳥hiyoko家



人氣爆棚的
牛肉阿粉

名物料理・宮崎縣產・地頭雞壽喜燒風味烤雞脾肉



地址：大阪府寢屋川市出雲町0-8
電話：072-824-3756
休息日：每周一及第二個星期二
營業時間：下午5點至下午11點

受新冠疫情的教訓因而用Leveluk徹底地實踐衛生管理

本回所介紹於2009開設的本店及2018年開設



經營者新谷正夫表示
「還原水改善了下痢症狀」

的二號店(寢屋川市站前店)的經營者新谷正夫先生，在這段期間因新冠疫情所得到的最大教訓，就是「確保安心安全有多麼的重要」。

當然，營業額跟以前比起來不僅大幅下降了3至5成，二號

店甚至不得已需要暫時休業，對經營上的打擊可說是相當嚴重。但是新谷先生的本店靠著開始外賣等的方式，咬緊牙關繼續經營，得以維持著雇用員工的狀態。

伴隨著這樣的努力，感染了新冠病毒讓新谷先生學到了完備的衛生面有多麼的重要。就在這時，有人建議他試用Leveluk。

於是乎，試用了Leveluk，對各種效果有了實感的新谷先生在七月時因對應外賣服務而將本店二樓改為廚房的同時購入了Leveluk，並徹底進行活用。

正如前述，他最重視的就是確保安全性。因此，串燒的肉類，蔬菜，米等食材都先使用強酸性電解水浸泡後再用還原水洗淨，徹底進行清洗淨化。其結果，不僅食材的臭味徹底消除，味道也變的溫和，讓新谷先生相當的高興。

當然，煮飯、使用昆布和鰹魚乾熬煮高湯、西湯或是稀釋酒用水，醒酒水也是使用還原水，入口處放置的噴霧器或包廂內的噴霧式加濕器也加入了強酸性電解水，並用以清洗菜刀跟砧板。

加上，水槽內的清掃也使用對清除油脂相當有效果的強還原水。

假如新冠疫情再次來襲，hiyoko家也已經準備好了——可以說，新谷先生正為他這個想法努力中。



雖然有24個座位，但是縮減至大約10座位持續經營中

宮城県白石市

Leisure House Katsuma



地 址：宮城県白石市
太平森合字森合沖 160 番地
電 話：0224-26-2250
休 息 日：每周四
營業時間：早上10點到晚上10點
(週五、週六到晚上11點)

活用強電解水確保Leisure設施的安心安全！



活用SUPER501功能的芳賀運隆社長

2014年創設的
Leisure House
Katsuma(下略
Katsuma)，為
擁有近5,000㎡
廣大建地的平房，
擁有保齡球場、

遙控車賽道(RC)、以及遊戲區三個設施。保齡球場設置了22條球道，RC擁有450㎡的空間，遊戲區的遊玩設施則有30台左右。

根據Katsuma的營運企業，合同會社羯摩商事的董事長芳賀運隆先生表示，Leveluk SUPER501是今年8月才導入的。

其理由大多是為了保齡球場。一般來說，保齡球場為了保護球道，會塗上讓球較易滾動的油。您或者有時會看到保齡球場上在球道上往復的機械，那就是打油機，主要功能是上油及去油(在球道上來回)。

Katsuma在去油上面，使用了特殊的吸油分解劑，但是，這種分解劑不但相當昂貴，刺鼻，且具高度的腐蝕性，因此用Leveluk所生成的強還原水為底做混合，以求達到提升安全性及降低成本的目的。

眾所周知，強還原水有著很高的分解油脂能力。很適合清潔大量使用油的中華料理店或燒肉店的排氣風扇、煮食爐、地板、桌子。並且跟合成化學物質的分解劑不同，使用的是水這樣的安心材料。

就這樣，自從使用強還原水為基礎來進行去油至今，芳賀先生對於其預料中得以發揮的高效果而感到非常滿意。而且靠著強酸性電解水的除菌性，用以清潔觸碰螢幕、保齡球的球孔，賽車場及遊戲機的按鈕，搖桿等，活用於清潔客人會接觸到的各個地方。

當然，還原水也被用以工作人員的飲用或沖泡咖啡、紅茶等處。

就這樣，男女老少都會造訪的娛樂場所的安心安全，就是如此得以保障。



擁有22條球道的保齡球場



超廣闊的遙控賽車場

If you know of any unique use for electrolyzed water, we'd love to hear from you! 我們正在募集電解水的獨特活用法!

●Please send information to the Public Relations Department.

請提供資訊給宣傳室／e-mail: kouhou@enagic.co.jp

飲用還原水是否能

還原水對腸內細菌產生效用， 讓你的糞便更健康？

本回將會介紹一些引人入勝的，關於攝取還原水跟糞便的硬度以及腸內細菌的影響之實驗結果。

首先我想請問，您日常排的糞便是甚麼樣子呢？請參照布里斯托大便分類法(下圖)確認看看吧。



■了解糞便的類型吧！

種類1是一顆顆的硬球便，宛如兔子糞便一樣的硬度及形狀。種類2是雖然有香腸狀但是很硬的糞便，排便時會造成疼痛。種類3是稍硬，表面略有龜裂的香腸狀糞便。種類4是普通糞便。排便順暢，量多的時候會盤卷的糞便。

種類5稍軟便，具皺褶，呈現半固體狀。種類6是泥狀便，是癱軟且不成型的糞便。種類7則不含固體，也就是水便。這其中1、2為便秘狀、6、7為下痢便。

根據2019年京都府立醫科大學的伊藤義人教授與高木智久準教授，關於日本人的糞便硬

度作調查，研究報告結果如下。

健康男性有60%是種類5及種類6偏軟便的傾向。另一方面，女性則大多為種類1、2的硬便比率也偏多。年青的男性就沒有報告有種類1、2。也就是說，男性多數有下痢傾向，而女性則多數有便秘傾向。

接下來要介紹的是在學術雜誌『Medical Gas Research』(2021年10月號)發表的"攝取鹼性離子水(還原水)對糞便的硬度及腸內細菌叢帶來的影響"之論文介紹。

山梨大學的小山勝宏教授的研究有20名健康的男性自願參加。參加者是30-59歲，不吸煙的自願參加者，過去不常使用抗氧化物質，也不怎麼飲用還原水。另外在試驗中，它們也被指示要求不要激烈的運動。

半數的10名在兩周內，一天兩次飲用裝有250ml還原水的鋁箔包。剩下的十名則飲用用相同鋁箔包包裝的等量淨水。本實驗為了確保參加者不知道飲用的是那一種水，採取了二重盲檢法。

此外，還原水及淨水都是由同一的自來水及生成器生成，還原水調整為pH9.5、氫濃度為0.3mg/L。

■還原水飲用2周後的結果為何？

試驗參與者的糞便硬度及排便次數透過問卷調查所記錄。並且因為排便次數為0次當天

讓雙歧桿菌增加？

上古真里簡歷：

醫學博士。Enagic International 顧問。

(株) Peak Health Energy 代表取締役。1990 年畢業於滋賀醫科大學醫學部。

在該校的內科醫務室研修後，1993 年成為醫學部研究生，1996 年獲得醫學博士學位。

1998 年 4 月至 2017 年 12 月任職於京都岡本紀念醫院。

2018 年 1 月至 2019 年 12 月任職於彥根市立醫院。

神經內科醫生。現居滋賀縣。



じょうと まり
上古真里

無法得出布里斯托值，多次數的日子則會得到複數的布里斯托值，因此將兩天分的布里斯托值合計後除以排便的次數取其數值。比如兩天中的布里斯托值各為4與5各一次的話， $(4+5) \div 2$ 次即可得數值為4.5。

此外，採集糞便則會在試驗開始前日，及試驗結束日進行。

多數日本人的腸內細菌叢是由放線菌門 (Actinobacteria) 擬桿菌門 (Bacteroidetes) 厚壁菌門 (Firmicutes) 三種類所組成，這次再重新調查的結果，參加者也是同樣的構成。

那麼，其實驗結果，飲用還原水兩周後10名內的9名放線菌門之比例有著顯著性的增加，另一邊，飲用淨水的組別則沒有觀測到顯著變化。

再仔細去解析，會發現飲用還原水的組別中放線細菌門中的雙歧桿菌的比率增加，而飲用淨水的組別則沒有顯著的變化。

參照布里斯托大便分類法，會發現飲用還原水的組別試驗前的種類分散在3到6，而試驗後則收束於正常的種類4。飲用淨水的組別則因人而異有所變化，但看不出來一定的傾向。

■ 筆者也在飲用還原水後調查排便狀況！

根據『腸內細菌學雜誌』(2004年/18卷2號)所刊載森下仁丹的實驗結果，攝取雙歧桿菌的藥劑有助改善排便的硬度及次數。

本次實驗可說佐證了之前京都府立醫科大學的實驗結果。也就是飲用還原水會使雙歧桿菌增加，進而讓排便的硬度正常化。

雙歧桿菌與乳酸菌同為腸內細菌中益菌的一種。離乳前的嬰兒排出的糞便有90%以上都是雙歧桿菌，但隨著年齡增長減少。也有人到了60歲後變成0%的狀況。但是菌的種類終其一生幾乎不會改變。

此外腸內細菌改變的原因不只年齡，食物或壓力也會影響其平衡。我在開始飲用還原水之前，曾因對此感興趣到了某檢查機構調查了自己糞便中的腸內細菌。而在飲用還原水一年以上後，於去年10月再次做了檢查。

其結果，飲用前本為0.14%的雙歧桿菌大幅增加到4.51%。順帶一提，該檢查機構身心健康的正常人的平均值為1.4%，與之比較起來可說是相當明顯的增加。

在那期間，我並沒有攝取雙歧桿菌的健康食品或藥品，飲食生活也沒有多大的變化。因此，我的腸內細菌的變化之原因可能與還原水有相當大的關聯性。

縱使不調查腸內細菌，也有可以確認益菌比例多寡的簡單方法。就是每日觀察排便的狀況。益菌增加的話糞便就不怎麼臭，顏色呈現黃土色，並且呈布里斯托大便分類法的種類4。觀察是增進健康的第一步。

Enagic 瀨嵩鄉村俱樂部主辦實施補沙作業



講述感謝話語的
幸地管理人

高爾夫球員在揮桿的時候會將草皮掀起露出下方的沙土。將該凹洞用沙埋起來的修補作業被稱為「補沙」。

11月27日Enagic瀨嵩鄉村俱樂部主辦，與Enagic高爾夫球學院的學生及家長一起，總共

60人以上在球道上進行補沙作業。大家一起中午的時候吃便當，之後眾人協力完成全球道的補沙作業，是個相當有意義的活動。

俱樂部的主理人幸地健說道「很高興在周末得到使用高爾夫球場的學生及家長們的協力幫助，能有進行共同作業的機會。希望今後也能與大家進行更進一步的交流」向參加者表達感謝之意。



眾多人一起參與的補沙作業

【道歉及訂正】

前誌中「Enagic sports flash」欄(10P)所刊載的荒川伶郁選手的照片誤植為他人的照片。在此重新刊載、訂正的同時再次向荒川選手道歉。



荒川伶郁選手



2021.10月份度新6A到達 6A以上介紹

6A

- DIANE CRISTY SADSAD BERNARTE (澳洲)
- LOVEPREET KAUR (澳洲)
- SHINARAH SIOBHAN ENOSA-TAIFAU (澳洲)
- ROSETTA MATINA (澳洲)
- DND KANGEN PTY LTD #2 (澳洲)
- HUYNH DE TRAN (澳洲)
- THI KIM OANH TRAN (澳洲)
- THI NGOC OANH HUA (澳洲)
- THI PHUONG HONG TRAN (澳洲)
- THUY QUYEN NGUYEN (澳洲)
- THI HAI YEN VU (澳洲)
- MY TUYEN TRANG (澳洲)
- THI NGOC LIEU PHAM (澳洲)
- NHA THI PHUNG (澳洲)
- QUANG VINH THAI (澳洲)
- LUCAS CHAN HO KIM (巴西)
- #1246948 B.C. LTD. (加拿大)
- FAN RONG MARKETING LTD. (加拿大)
- KK288 CARE LTD. #2 (加拿大)
- 1329806 BC LTD (加拿大)
- 1329818 BC LTD (加拿大)
- 1329812 BC LTD (加拿大)
- TAN ZHONG ZHONG (加拿大)
- ZENGKAI LIU (加拿大)
- 1329821 BC LTD (加拿大)
- 1329822 BC LTD (加拿大)
- 1329815 BC LTD. (加拿大)
- ZHANDA INVESTMENT LTD. (加拿大)
- EPIFANIODELOS SANTOS. (加拿大)
- MARY ANN CACANANDO (加拿大)
- CORAZON PRICE (加拿大)
- AMRITJOT KAUR (加拿大)
- MICHAEL CRAIG WARD (加拿大)
- D.L.R. MARKETING INC. #2 (加拿大)
- JANINA R GOROSPE (加拿大)
- DOAN ANH BUI (加拿大)
- JINGYAN WU (加拿大)
- JI SEN ZHAO (加拿大)
- 1329799 B.C. LTD. (加拿大)
- HWAY STONE ART LTD. (加拿大)
- LDPR REVIVAL WATER INC. #2 (加拿大)
- YAGO Y PABLO DIEGO SL (西班牙)
- CAITLIN VILLANUEVA (英國)
- MA. IMELDA SANTILLAN (英國)
- EVELYN SIBAL #2 (英國)
- SYMON BLAND (英國)
- RADOSTINA KONDEVA- KOSTOVA (英國)
- JOHANNA MANEKA HELLEBERG (瑞典)
- STEFANO PALMIERI (意大利)
- LUDMILA TREFNIAK (德國)
- THI PHUONG ANH TRAN (保加利亞)
- MONIKA IKONOMOVA (保加利亞)
- IONELA SPITA (保加利亞)
- LOAN THI NGUYEN (波蘭)
- THI THU HUONG PHAN (捷克)
- MAYA ESHED (以色列)
- LI WEN KE (香港)
- WANG RONG (香港)
- HUANG JIN XING (香港)
- CHU PUI YING WENDY (香港)
- QIN YU (香港)
- YANG WEI (香港)
- WENG SHEN YAN (香港)
- HU JIAN (香港)
- ZHOU RU TING (香港)
- TAN PING (香港)
- WENG WEI LIAN (香港)
- ZHANG SHUO (香港)
- ARUN KUMAR BHATNAGAR (印度)
- NITIN SHARMA (印度)
- RAHUL PUROHIT (印度)
- KALPANA ASHISHKUMAR NAGPURE (印度)
- PENDLI KESAVA REDDY (印度)
- PYARAM PURNACHANDER (印度)
- KUNCHALA VENKATA SRIHARIRAO (印度)
- NEETU YADAV (印度)
- ARUN GUPTA (印度)
- RADHE SHYAM BARANWAL (印度)
- MAYA BHAGAT (印度)
- KALPESH SURESHBHAI VITHALANI (印度)
- MANYA SURGTECH (印度)
- NITIN KUMAR JHADI (印度)
- ANKITABEN MAULIK RAVAL (印度)
- HENEY BHARATBHAI VYAS (印度)
- PADARIYA BHAVESHBHAI DHIRAJLAL (印度)
- LILA KANTILAL DHADUK (印度)
- JAGRUTI KEVINBHAI KHUNT (印度)
- RAJESHBHAI BHIKHABHAI SAVLIYA (印度)
- KOMAL SACHINKUMAR GAJJAR. (印度)
- JINKALA SRINIVASA RAO (印度)
- YELAGONDA ANJANEYULU (印度)
- BHAVIK HEMANTKUMAR BHATT (印度)
- GUNDETI KUMAR (印度)
- CHANDRIKA JAYSUKH KARANIYA (印度)
- SAURABH HASMUKHKUMAR PATEL (印度)
- PRAVIN BHAGWANTRAO GAIKWAD (印度)
- TULSIRAM KISHANLAL SHARMA (印度)
- KALPESH MAHENDRABHAI RAJAJOSHI (印度)
- PARIMAL JAYSUKHBHAI DHAMELIYA (印度)
- NITABEN VIRALBHAI MOR. (印度)
- NANDKISHOR CHAMANLAL RATHOD (印度)
- BALNE RAJITHA (印度)
- CH REKHA (印度)
- NIL RAMESHCHANDRA PATEL (印度)
- GANGOJULA NARESH (印度)
- SUBHASHINI RAYUDU (印度)
- KARAN SETHI (印度)
- SHAKUNTALABEN ASHOKKUMAR NAKRANI (印度)
- WESMIRA PARASTUTI (印度)
- MOTOISHI LYNETTE MORALES (日本)
- 水野ひとみ (日本)
- 堀川 暁 (日本)
- 牧 希雄 (菲律賓)
- INNER BLISS HEALTH AND WELLNESS CENTER (菲律賓)
- HILARY QUINAIN (俄羅斯)
- OLIM KABILOV (台灣)
- 翁鳳麟 (台灣)
- LAY PANHA #1 (泰國)
- HUYNH NGUYEN DUY TAN (泰國)
- PHUNG UYEN AI (泰國)
- HOANG YEN (泰國)
- HOANG NGOC HAI (泰國)
- PHUNG THI THANH (泰國)
- PHUNG TAN PHAT (泰國)
- TRAN THI THANH THY (泰國)
- TRAN THI THANH THUY (泰國)
- NGAN THI DUYN (泰國)
- HUYNH THI PHUONG THAO (泰國)
- DANG THUY LINH (泰國)
- MAI ANH KHOA (泰國)
- LUU TASAK (泰國)
- PAULINO ESTRADA MENOR (阿拉伯聯合大公國)
- HARRY YOUNG (美國)
- JINU GEORGE (美國)
- JULIA KUULANI VANPOUCKE (美國)
- BRAUN MARKETING LLC (美國)
- JULIA SMITH (美國)

- EVELYN CELESTE JORDAN (美國)
- JASMINE A SCHLEY (美國)
- EDWARD DIRECTO (美國)
- REGINIO R DUMAG (美國)
- MAHALATH GORDON #2 (美國)
- LISA HOLDEN (美國)
- DIXIE L. LYMAN (美國)
- SU THIANH NGUYEN (美國)
- NH Y DANG (美國)
- KELLY DANG (美國)
- ANNA HOANG (美國)
- NGOC TRAI LE BAO PHAM (美國)
- JOY THI TRAN (美國)
- GIA CONSULTING LLC (美國)
- FRANCIS PAUL THAI (美國)
- NATHAN CHAN LE (美國)
- DEBBIE HUYNH #1 (美國)
- LOAN H LE (美國)

- K PHAM WATER LLC. (美國)
- IVY Q NGUYEN (美國)
- SUNLIGHT TEAM LLC#2 (美國)
- VINCENT HAI NGUYEN (美國)
- PHILLIP PHUONG HO (美國)
- IMAGE FIRST BARBER SHOP (美國)
- NGUYET THU LY (美國)
- TUAN ANH NGUYEN (美國)
- JUDY VU (美國)
- NHAN MEDICAL WATER LLC (美國)
- XUAN B NGUYEN (美國)
- HENRY TA (美國)
- TRUNG H LY (美國)
- HUNG QUOC PHAM (美國)
- MINH THUAN O (美國)
- HUNG NGUYEN (美國)
- MAN TENON PHAN (美國)
- KHAI THI LE (美國)

6A2

- KIN LING TONG (澳洲)
- ELISE TAIT (澳洲)
- NKS PROMOCAO DE VENDAS E SERVICOS ADMINISTRATIVOS (巴西)
- SHERYL C NATIVIDAD (加拿大)
- SUNSHINE 888 HOLDING LTD (加拿大)
- APRIL ANNE N. CHIONG (加拿大)
- COLONG DIGITAL SOLUTIONS INC. (加拿大)
- TRINH THAI (加拿大)
- #1168056 B.C. LTD. (加拿大)
- CHINABRIDGE MEDIA INC. (加拿大)
- KAI WAI TRADING LTD. #2 (加拿大)
- SERVICES GLOBAL LTD (荷蘭)
- HOANG THANH LE (捷克)
- TRAN QUANG DU (捷克)
- TRUNG KIEN BUI (捷克)
- VENU GOPAL C H (印度)
- GANGOJULA A SRIVANTHI (印度)
- MARTHA RAJENDRAPRASAD (印度)
- DEVENDRA JHADI (印度)

- SHIVANGI MOHITBHAI VAGHASIYA (印度)
- SHUBHAM UJJAVALL PANDYA. (印度)
- BHAVESH PRABINBHAI KUKADIYA (印度)
- CHHAYA TUSHAR PATHAK (印度)
- KAMLESHKUMAR DESAI. (印度)
- SALIMON P M (日本)
- 比嘉 勝枝 (馬來西亞)
- HENG BEE HO (泰國)
- DAVID JOHN MILLER (泰國)
- TRAN VAN THU (泰國)
- NGUYEN THI THU TRANG (泰國)
- ERIC T TRIEU (美國)
- MARIA DATAN #B (美國)
- ANU JOSEPH #1 (美國)
- JASRAJ SINGH (美國)
- ANH MAI LY (美國)
- JUSTIN QUOC NGUYEN (美國)
- JENNIFER X HOANG (美國)
- SHIRLEY T NGUYEN #B (美國)
- TRI T BACH (美國)

6A2-2

- THI HOA BINH VO (澳洲)
- AARON NAM BUI-LE (澳洲)
- NKS PROM. DE VENDAS E SERVICOS LTDA ME (巴西)
- CHEN YI ENTERPRISES LTD #1 (加拿大)
- RRR DREAM CATCHERS LTD #2 (加拿大)
- MILDRED DELOS SANTOS. (加拿大)
- 1069992 BC LTD. (加拿大)
- ULA INTERNATIONAL HEALTH DEVEL#2 (加拿大)
- HUY THONG BUI (捷克)

- KUSUMA SHIVA SAI SAGAR (印度)
- MULKALA VIJAY RAO (印度)
- LILABEN AMRUTBHAI GONDALIA (印度)
- RAKESH AMRUTBHAI KUKADIYA (印度)
- SNEH ACADEMIC SERVICES PVT LTD (印度)
- BLESSINGS LEGACY SDN BHD. (馬來西亞)
- CHENG NEANG HENG (泰國)
- WATER SISTERS INC (美國)
- TAI DUC LUU. (美國)
- BINH AN CONSULTANT LLC (美國)

6A2-3

- DENISE BUI (澳洲)
- EGC GLOBAL HOLDINGS LTD. #3 (加拿大)
- LESYENO WELLNESS CENTRE #2 (加拿大)
- BUI HONG THUY. (捷克)
- DAYA SAGAR KUSUMA. (印度)
- ARUKUTI VIJAYALAXMI. (印度)
- GAURAVKUMAR AMRITBHAI GONDALIA. (美國)
- VU PHAM TUYET NGO INC. (美國)
- OMAR RAMIREZ (美國)
- KATHY VI HO (美國)
- NGOC TRAI LB PHAMDD (美國)

6A2-4

- DAI NGUYEN (美國)
- THOMAS VU (美國)

Global E-Friends. 2021年12月號 (通卷第253號)

發行: Enagic HK Co., Ltd.

(Tel:) 852-21540077

(Fax:) 852-21540027

www.enagic-asia.com

香港尖沙咀彌敦道 132 號美麗華廣場 A 座 16 樓 1615-17 室 Room 1615-17, 16/F., Mira Place Tower A, 132 Nathan Road, TST, Hong Kong.