

## お客様の声

**\* ルチン君を食されてのご感想をお聞かせください。**

ア. ご回答くださるお客様についてお聞かせください

あなたの お名前 長谷川安衛  
性別は 男性  
年齢は 65  
郵便番号 955-0843  
お住まいは 三条市条南町

イ. どんな病気にお悩みですか？

バセドウ氏病の甲状腺ホルモン異常で眼球突出による複視（物が二重に見える）

ウ. ルチン君の味はいかがでしたか。

そば粉を食べている味で食べやすいです。

エ. ルチン君の食べ方はどのようにしていますか？

夕食後2分くらいしてからヨーグルトに入れて食べたり、時々果物も一緒に入れて食べています。

オ. 食用後何日ぐらいで、体調の改善や変化がありましたか？内容を教えてください。

2月のふるさと村のイベントでルチン君と出会いました。半信半疑で1ヶ月食べ続けた頃にエアロビの先生に体が締まって、顔色が良くなったと言われ、本格的に飲み続けました。

実は、5年前にバセドウ氏病になり眼球突出で右側を見ると景色が二重に見え、新大病院に3週間入院して退院後4年間通院しましたが、複視は完全には治りませんでした。先生にも完治は無理と言われ一生治らないと思っていましたが、ルチン飲み続けて3ヶ月位すると物が二重に見えなくなり普段通りの生活に戻れました。眼球突出も改善し以前の顔に戻ったと思います。

そして、いつも悶々していた頭もスッキリしています。疲れにくい体になった気がします。

ルチン君を生涯の伴侶と思っています。偶然の出会いに感謝しています。

**\* その他なんでも結構です。お客様のご感想をお聞かせください。**

私たち夫婦の紹介で、県央地区でルチン君の愛好者が広がっています。皆に喜ばれています。食品なので毎日食べるのが楽しみです。

**ご協力誠にありがとうございました。 山岳手打そば一寿**

## お客様の声

\* ルチン君を食されてのご感想をお聞かせください。

ア. ご回答くださるお客様についてお聞かせください

あなたの お名前 長谷川  
性別は 女性  
年齢は 64  
郵便番号 955-0843  
お住まいは 三条市条南町

ロ. どんな病気にお悩みですか？

ハ. 血圧、頭痛

ウ. ルチン君の味はいかがでしたか。  
おいしいです。

エ. ルチン君の食べ方はどのようにしていますか？

朝食後30分くらいしてからヨーグルトに入れて食べたり、時々果物も一緒に食べています。

オ. 食用後何日ぐらいで、体調の改善や変化がありましたか？内容を教えてください。2月のふるさと村のイベントでルチン君と出会いました。1ヶ月食べ続けた頃に

肩こりが無くなったことで頭痛も無くなり頭がいつもスッキリしています。

痔も治りました。膝痛があったのですがそれも解らないうちに自然に治りました。

血圧も境界線だったのですが安定しています。食べ続けて9ヶ月くらいになります。

体が元気になりました。仕事で長期展示会に出展してた時も疲れにくく感じます。

\* その他なんでも結構です。お客様のご感想をお聞かせください。

食品なので安心して食べられます。美味しいので長く食べ続けていくことが出来そうです。価格が安いのにとても良い商品だと思います。

ご協力誠にありがとうございました。 山岳手打そば一寿

## お客様の声

\* ルチン君を食されてのご感想をお聞かせください。

ア. ご回答くださるお客様についてお聞かせください

あなたの お名前 相馬

性別は 女

年齢は 19歳

郵便番号 959-2473

お住まいは 新発田市金山

イ. どんな病気にお悩みですか？

不眠

ウ. ルチン君の味はいかがでしたか。

味は無く、何でも合わせて食べられました。

エ. ルチン君の食べ方はどのようにしていますか？

フルーツヨーグルトに入れてます。

オ. 食用後何日ぐらいで、体調の改善や変化がありましたか？内容を教えて下さい。

1週間以内には、眠りやすくなりました。

\* その他なんでも結構です。お客様のご感想をお聞かせください。

ご協力誠にありがとうございました。 山岳手打そば一寿

# お客様の声

\* ルチン君を食されてのご感想をお聞かせください。

ア. ご回答くださるお客様についてお聞かせください

あなたの お名前 古川  
性別は 男  
年齢は 63  
郵便番号 950-0904  
お住まいは 新潟県中央区水島町

イ. どんな病気にお悩みですか？

高脂血症

ウ. ルチン君の味はいかがでしたか。

そばの風味

エ. ルチン君の食べ方はどのようにしていますか？

ヨーグルトや シュース類に混ぜて飲んでいきます。

オ. 食用後何日ぐらいで、体調の改善や変化がありましたか？内容を教えてください。

何日ぐらいか、わかりませんが、コレステロールが  
下がっているのに関係しているかもしれません。

\* その他なんでも結構です。お客様のご感想をお聞かせください。

ご協力誠にありがとうございました。 山岳手打そば一寿

ご協力誠にありがとうございました。 山岳手打そば一寿

## お客様の声

**\*\* ルチン君を食されてのご感想をお聞かせください。 \***

ア. ご回答くださるお客様についてお聞かせください\*\*

あなたの お名前 U・M

性別は 女性

年齢は 65

郵便番号

お住まいは 三条市

イ. どんな病気にお悩みですか？

アレルギー（花粉症。血圧が高め。高脂血症

ウ. ルチン君の味はいかがでしたか。

蕎麦湯のようで飲みやすい

ヨーグルトにも入れても味が気にならない。

エ. ルチン君の食べ方はどのようにしていますか？

コーヒーに入れたりヨーグルトに混ぜたり、お茶にも入れます。

オ. 食用後何日ぐらいで、体調の改善や変化がありましたか？内容を教えてください。

2週間で便の出が良くなった。食べ始めて7ヶ月に入りますが血液検査の結果が良くなりました。便秘の人にも勧めて食べてもらっています。だんだん何が良いか（いろいろなサプリを飲んでいるので）分らなくなってきましたが、まあまあ元気かなと思っています。家族4人で食べたり飲んだりしています。

\* その他なんでも結構です。お客様のご感想をお聞かせください。

毎日続けたいです。

**ご協力誠にありがとうございました。 山岳手打そば一寿**

## お客様の声

**\*\*ルチン君を食されてのご感想をお聞かせください。\***

ア. ご回答くださるお客様についてお聞かせください\*\*

あなたの お名前 雅樹

性別は 男性

年齢は 43

郵便番号

お住まいは 新潟市

イ. どんな病気にお悩みですか？

特になし

ウ. ルチン君の味はいかがでしたか。

ヨーグルトに入れてあります。味がまろやかになります。

エ. ルチン君の食べ方はどのようにしていますか？

同上

オ. 食用後何日ぐらいで、体調の改善や変化がありましたか？内容を教えてください。

2~3週間で便通がよくなりました。

検診のLDLコレステロールが下がった。

\* その他なんでも結構です。お客様のご感想をお聞かせください。

毎日続けたいです。

**ご協力誠にありがとうございました。 山岳手打そば一寿**

## お客様の声

**\*\* ルチン君を食されてのご感想をお聞かせください。 \***

ア. ご回答くださるお客様についてお聞かせください\*\*

あなたの お名前 佐藤

性別は 男性

年齢は 66

郵便番号

お住まいは 田上町

イ. どんな病気にお悩みですか？

糖尿病

ウ. ルチン君の味はいかがでしたか。

滑らかなそば粉の味

エ. ルチン君の食べ方はどのようにしていますか？

ミルミルE、牛乳 etc の飲み物に入れたりして 単品で使用しています。

オ. 食用後何日ぐらいで、体調の改善や変化がありましたか？内容を教えてください。

1~2 週間で体全治がすべすべするようになった。

2~3 週間後血糖値 HbA1C、6.6~6.4 と安定している。

\* その他なんでも結構です。お客様のご感想をお聞かせください。

食品なので安心して食べられます。美味しいので長く食べ続けていくことが出来そうです。

価格が安いのにとても良い商品だと思います。

**ご協力誠にありがとうございました。 山岳手打そば一寿**

# ぱぱらっしゅ

子育て中のパパがこれいいな！と思った情報を提供します！

## 認知症・高血圧に良い！蕎麦に含まれる

## 栄養の驚くべき効果

家族に認知症・高血圧の高齢者はいますか？

私には両方ともあてはまる家族がいます。

両方とも年を重ねるにつれなりやすくなる病気ではありますが、いざ家族がそうなると心配です。

そこで、私は1年前から蕎麦を定期的に摂取するように家族に進めてます。

多くの効果がある食べ物なので、高齢者だけでなく万人にオススメです！

### 目次 [hide]

- 1 蕎麦に多く含まれる栄養素 ルチンの効能
  - 1.1 活性酵素とは？



- 1.2 高血圧・脳卒中予防に最適 一日一回のルチン摂取
  - 1.2.1 ルチンはどこで買えるの？

## 蕎麦に多く含まれる栄養素 ルチンの効能



ルチンとはポリフェノールの一つで、蕎麦に多く含まれています。

その効能は、生活習慣病・心疾患・糖尿病・癌・認知症・高血圧・脳卒中の予防、血管の強化など多岐に渡ります。

これらの効能は、活性酵素を除去するルチンの働きによるものです。

### 活性酵素とは？

---

Wikipediaによると、活性酵素とは

**活性酸素**（かっせいさんそ、英: **Reactive Oxygen Species**、ROS）は、大気中に含まれる酸素分子がより反応性の高い化合物に変化したものの総称である。

うーん、これだけだとよく分からない。

色々調べてみると、「体内に侵入してくる菌と戦ってくれる存在だけど、数が多くなりすぎると必要な細胞まで壊してしまう存在」とのこと。

この「必要な細胞を壊すこと」が心筋梗塞・糖尿病・癌・認知症に繋がってくるのですね。

それを防ぐのがルチンというわけです。

ではルチンを取りすぎると、菌と戦う活性酵素がいなくなって問題なのでは？

と思いましたが、今のところ過剰摂取による障害の報告は無いようです。

## 高血圧・脳卒中予防に最適 一日一回のルチン摂取

---

私の祖母は、高血圧でかつ脳卒中の経験があります。

高血圧と脳卒中は切っても切り離せない関係ですよ。

血圧が高い＝血管に負担がかかる＝脳卒中のリスクとなるわけです。

そこで、私はまずは血圧を下げる手伝いをしようと韃靼蕎麦の粉を祖母にプレゼントしました。

一年前から毎日飲んでいるのですが、飲む前は 140-170 であった血圧が最近  
は 110-150 を維持しています。

これも血をサラサラにしてくれるルチンの効能なのでしょうか。

また、ルチンは毛細血管の強化もしてくれるので、ダブルで祖母の脳卒中の予防に役立っています。

祖母には、引続きルチンを取り続けて元気で長生きして欲しいものです。

## ルチンはどこで買えるの？

---

決して宣伝というわけではないのですが、私がいつも注文しているのは新潟にある一寿さんのルチン君とお蕎麦。蕎麦は美味しいけど、毎日食べれないのでルチン君で代用してます。

サイトはこちら⇒[一寿さんホームページ](#)

