

大学院で化学を専攻した三旺代表がアトピーを患い、克服に至るまでのストーリー

## 私のアトピー履歴 「アトピー克服までの道のり」

### 第36章 まさか2024年にアトピー再発!?その原因とは? <sup>Part</sup>2

私が再びアトピーを発症したのは、2024年4月ごろのこと。2010年の発症以来の出来事に、私自身、戸惑いを隠せませんでした。これまでさまざまな経験を経て、「もうアトピーは卒業し、強い体に生まれ変わった」と信じていた自分の中の前提が、あっけなく崩されたのです。自分のアトピーを本気で治したいという強い思いから開発した水素サプリメントも、残念ながらこの再発には力及ばず、首周りから顎にかけて赤く腫れ、湿疹が出るようになりました。私自身のアトピー体験があったからこそ、今のサプリメント事業が始まりました。それだけに、取引先や医師、獣医師の先生方とご面談する際に、「健康食品を扱っている社長がアトピーなの?」と思われるのではないかと、正直心苦しく感じる場面もありました。私がもしお客様の立場なら、見た目にも健康そうな社長からサプリメントを購入したいと思うのは、ごく自然な感情だと思うのです。そんな中で、今回の再発のきっかけの一つは、前号でもお伝えしたように、両親(父・弊社会長と母)が同時期に



体調を崩したことによる強い精神的ストレスでした。思い返せば、最初にアトピーを発症した2010年の春も、仕事の中で大きなストレスを抱えていました。アトピーの直接の原因は、パン作りに使っていた“フルーツ酵母(カビ)”によるアレルギーであることが後にパッチテストで判明しましたが、それとは別に、事業

が本来の自分の想いと違う方向へ展開していくことへの葛藤も、当時は大きなストレスとなっていました。そして、その翌年の3月11日、東日本大震災が発生します。当時、妻のお腹には赤ちゃんがいました。予定日は6月11日。順調に育っていたのですが、震災後まもなくして妻は腹痛と出血を訴え、病院で検査を受けた結果、緊急入院となりました。医師や看護師の方々からは、「赤ちゃんが自力で肺呼吸ができるようになる32週ごろまで、できるだけお腹にいさせてあげたいですね」と言われ、私たち夫婦は1日でも長く赤ちゃんが母体に留まってくれるよう、ただ祈るばかりでした。その願いが届いたのか、ちょうど32週が経過した2011年4月11日、娘は無事にこの世に生まれてきてくれました。おかげさまで、今ではとても元気に育っています。当時通っていた助産院の先生によると、6月出産予定だった妊婦さん16名のうち、なんと8名が切迫早産だったそうです。妻もその一人であり、当時の放射能汚染(水素爆発による)の影響があったのではないかと、助産院の先生は語っておられました。その頃の私は、アトピーの症状も、発症後3度目の「ピークのつらさ」を迎えていました。次号では、私がどのようにして再発を乗り越えていったのか、2024年の経験も交えて、皆さまにお伝えしたいと思います。



アトピーに悩んでいた時の弊社代表



## 三旺代表の健やか習慣

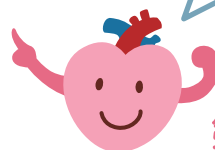
階段上り下り → ふくらはぎ強化!

= むくみ・冷え対策&フレイル予防!?

麻布十番駅の長いエスカレーターをあえて使わず、普段から階段での上り下りを続けています。最初は息が上がっていましたが、いつの間にか息切れも軽くなり、足どりが楽に。ふくらはぎをしっかり使うことで血流が促され、“第二の心臓”とも呼ばれる下半身のポンプ機能が活性化。むくみや冷えの予防にもつながっています。忙しい日常でも、無理なく続けられるこうした小さな習慣が、気づけば体調を底上げしてくれている、そんな実感を得られる日々です。



ふくらはぎの筋肉は第二の心臓と呼ばれ、血液を心臓に戻す重要な役割をはたしています



第2の心臓

## 三旺流ヘルシースイーツ

### 第2回 米粉もちり蒸しパン

「米粉に抹茶と豆乳を加えた、抹茶香る、やさしい和風蒸しパン」

グルテン・乳製品不使用で、アレルギーや腸内環境が気になる方にもおすすめ。しっとりモチモチの食感で、朝食やおやつに好相性。お好みで甘納豆を加えるなど、アレンジも楽しめます。

#### 【材料】

- ・米粉 … 120g ※製菓用がおすすめ。上新粉でも代用可
- ・抹茶 … 大さじ1
- ・アガペーシロップ … 30g  
※なければメープルシロップやきび砂糖、甜菜糖の代用でもOK
- ・ベーキングパウダー … 小さじ1
- ・太白ごま油 … 大さじ1 ※米油でも代用可
- ・豆乳 … 100ml ※成分無調整がおすすめ。  
柔らかくなる程度に適宜量を調整してください



#### 【作り方】

1. 米粉、抹茶、ベーキングパウダーを混ぜます
2. アガペーシロップ、ごま油を加え、混ぜます
3. 豆乳を加え、柔らかさを調整し、混ぜます
4. 型に生地を加えて、蒸し器にセットします
5. 強火で15~20分蒸します

#### 【ポイント】

蒸し器をあらかじめ温めておくこと。  
①から⑤をなるべくスムーズにすること。  
ある程度生地を柔らかくすることが膨らむ秘訣です。

#### 編集後記

健康は、日々の何気ない選択の積み重ね。食べ方、動き方、休み方、そして心の持ちようも含めて、今の自分を作っています。完璧を目指すのではなく、できることをできる範囲で。そんな自分を認めることも、健やかさの一步かもしれません。小谷

株式会社 三旺コーポレーション

住所	東京都港区麻布十番 2-8-14 2a
電話	03-3769-7538
FAX	03-3769-7539
WEB	<a href="https://sanoh-corp.jp/">https://sanoh-corp.jp/</a>
メール	<a href="mailto:info@sanoh-corp.jp">info@sanoh-corp.jp</a>
受付時間	10:00 - 17:00

HPをチェック!

