

「食・動・心」三位一体の健康づくりを推進する
株玄米酵素の挑戦!

古来の“食事道”こそが 健康な食生活の原点だ

肥満、高血圧に糖尿病……食

習慣の悪化から、「国民の一人
に一人が健康不安を抱いている」
といわれる現在、健康な身体
をつくる食生活に、再び注目
が集まりつつある。二〇〇五年
には「食育基本法」が制定さ
れ、ようやく国を挙げての真
の健康づくりに向けた試みが
始まるなか、株玄米酵素社長
の岩崎輝明氏は、「いまこそ玄
米酵素が必要とされる時代」
と主張する。三十五年間、一貫
して“食事道”を説いてきた岩
崎氏の健康哲学に迫る。

岩崎輝明
いわき てるあき
株玄米酵素社長

1944年、福岡市生まれ、高校を経
えたあと、織維問屋に就職。71年、
株玄米酵素を創業。正しい食生活
と玄米酵素の普及に生涯を賭け、
全国を飛び回る。日本総合医学会
常任理事、財北海道食品科学技術
振興財團理事長なども務める。



五秒でできる、手軽な玄米食がある
。欠けている栄養素のない、完全
食といわれる玄米。しかし、消化でき
ないといつて理由から、つい避け
てしまいかちな食事でもある。そこで、
玄米の栄養素を上手に普段の食事に
採り入れようと開発されたのが、株玄
米酵素（本社・北海道札幌市）の『ハイ
イ・ゲンキ』だ。同社の岩崎輝明社長
(61歳)が開発の目的を語る。

「いまの日本は、高血圧症が三千百万
人、糖尿病患者が七百四十万人以上、
寝たきり老人の数も世界一。投薬代や
老人医療費の増大も社会問題化してお
り、まさに“病気大国”。といつていい
状況です。そうした状況の根本には、
日本人の食生活が西欧式に移行したこ
とと、主食が白米になったことがあります。
ですが、健康的な病気を抱えていい
玄米を核とした伝統的な日本の食生活
が欠かせません。そこで、玄米を消化し
やすく食べやすいように工夫して開
発したのが『ハイ・ゲンキ』なのです」

『ハイ・ゲンキ』の特徴は、白米を食
べながらも、食後に摂取することで、
誰でも気軽に玄米食以上の効果がある
こと。岩崎氏の玄米へのこだわりが、
「食べやすい食育」として話を結んだ。

現代人の主食である白米は、胚芽や
表皮を取り除いて、胚乳だけが粗白し
たものです。しかし白米には、米粒に
含まれるビタミンやミネラルなどの栄

玄米を消化しやすく
食べやすいように工夫

五秒でできる、手軽な玄米食がある
。欠けている栄養素のない、完全
食といわれる玄米。しかし、消化でき
ないといつて理由から、つい避け
てしまいかちな食事でもある。そこで、
玄米の栄養素を上手に普段の食事に
採り入れようと開発されたのが、株玄
米酵素（本社・北海道札幌市）の『ハイ
イ・ゲンキ』だ。同社の岩崎輝明社長
(61歳)が開発の目的を語る。

「いまの日本は、高血圧症が三千百万
人、糖尿病患者が七百四十万人以上、
寝たきり老人の数も世界一。投薬代や
老人医療費の増大も社会問題化してお
り、まさに“病気大国”。といつていい
状況です。そうした状況の根本には、
日本人の食生活が西欧式に移行したこ
とと、主食が白米になったことがあります。
ですが、健康的な病気を抱えていい
玄米を核とした伝統的な日本の食生活
が欠かせません。そこで、玄米を消化し
やすく食べやすいように工夫して開
発したのが『ハイ・ゲンキ』なのです」

『ハイ・ゲンキ』の特徴は、白米を食
べながらも、食後に摂取することで、
誰でも気軽に玄米食以上の効果がある
こと。岩崎氏の玄米へのこだわりが、
「食べやすい食育」として話を結んだ。

現代人の主食である白米は、胚芽や
表皮を取り除いて、胚乳だけが粗白し
たものです。しかし白米には、米粒に
含まれるビタミンやミネラルなどの栄

養素の5%しか含まれません。それに
比べて玄米は、人間に必要な四十五種
類の栄養素のほとんどを含み、食物繊
維も豊富です。バランスよく栄養を摂
るには、玄米が最適なのです」

“真の健康づくり”をめざし
啓蒙活動を積み重ねていく

こうした特長をもつ玄米、胚芽、表
皮にカルシウムを加え、消化・吸収を
しやすくするため歯で発酵させ、こ
れに北海道産の大豆を加えたのが『ハイ
イ・ゲンキ』である。『ハイ・ゲンキ』
は、白米食の栄養不足を補い、玄米食
以上の栄養分補給を可能にした玄米発
酵食。その誕生の歴史は、岩崎氏自身
の人生の足跡とも重なり合う。

三十五年前、織維問屋の営業マンをして
いた岩崎氏は、自分自身にも、身体のどこかに慢性的な病気を抱えてい
た。慢性胃炎、便秘、不眠症、貧血、
風邪も引きやすい……。まるで“病気
のデパート”だった。という当時の岩崎
氏は、病気を薬で治そうとして、知人
から“健康な身体は食べ物でつくるし
かない”と諭される。

食生活と身体との関係、玄米の栄養
と必要性について……。知人の話に感
銘を受けた岩崎氏は、玄米食を食事にう
まく採り入れられる方法を探っていた
ところ、酵素研究家の岡田俊次氏が、
玄米を麹で発酵させた」というユニーク
な耳にする。

実際に試してみると、家族が次々と
元気でハツラツとはじめ、その後効果
に驚いた岩崎氏は、さすが岡田氏の



無農薬玄米を発酵で発酵させて、消化・吸収しやすくした玄米発酵食です。アミノ酸などの栄養素の吸収不足を補う軽い玄米糞である



北側は田舎の山と川の「自然農園」。『この山は、安全な作物づくりから』という信条のもと、化学肥料、除草剤などの化学生物質をいいい使用しない。有機JAS農法によって農園を運営している



「真の健康づくり」を発信していく健康情報発信地「国工ヨコヒラ」。1階に「自然食の専門店」、2階に「健康食の専門店」、2階には「自然食スキン「元氣手」」があり、3階では「自然食研究教室や食に関するセミナー」も多岐開催している



B8年、国立公園洞窟能源を見下ろす斜面にオープンした「洞窟健康館」。定期的に健康セミナーを開催するほか、食文化を考究して食を提供。食を通じて自然食を実体験できる施設所としての機能を果たしている

先祖伝来の“食事道”を百年先にも残したい

三十代の約半分が生活習慣病、高血圧は備蓄合せて約五千万人……。そうした現状の日本人の健康状況について、栄養バランスを欠いた食習慣が、心身とも「日本人を蝕んでいる」と諷諭を鳴らす岩崎氏。日本人が健康的な食生活を取り戻すにはどうすればいいかを尋ねると、「食事道」に立ち戻るべき」と答えたが、胸につづつ泣き声が漏ってきた。

「日本は古来、米の文化が栄えてきました。米を主食として、四季折々の農

もとへ向かう。「自然の法則にあった玄米食こそが健康を増す」——。岡田氏の話に感銘を受けた岩崎氏は、「玄米酵素を普及させたいとの使命感を胸に、一九七一年、㈱玄米酵素を設立」。以来、同社では、「ハイ・ GENKI」の普及を柱に、北海道網走湖畔の「洞爺健康館」や「玄米酵素洞爺自然農園」で無農薬、有機農法による農作物を栽培したり、全国での講演、研修活動を実施したりと、「真の健康づくり」をめざした活動を積み重ねている。

問い合わせ先 株玄米酵素

本社（第1酵素ビル）
札幌市北区北12条西1-1-7
☎011-736-2345

東京支社（第2酵素ビル・エコロ）
東京都墨田区両国3-24-10
☎03-5625-2345

大阪営業所（第3酵素ビル）
大阪市中央区南久宝寺町3-6-9
☎06-6258-2345

福岡営業所

福岡市博多区博多駅前2-17-26
☎092-475-3739

株玄米酵素では、愛食者の輪を広げていくため、特約店を設置しています。特約店登録にご興味のある方は、お問い合わせください。

■0120-156-503

*その際は、「THE 21」をみて電話をしたとお伝えください。

産物、海産物、自然の恵みを食べながら健康な食生活を営む。これが日本人の食事の道。すなはち、食事道だったのです。そうした日本人本来の文化を取り戻すことが、健康的な食生活の原点だと思っています。

東京・両国駅から徒歩三分ほどどの距離に位置する六階建てのビル「両国エコロ」。㈱玄米酵素の東京支社がある同ビルには、空気を清潔にするため内部に備長炭が敷き詰められ、自然食品専門店（元氣供養部）や自然食レストラン（元氣亭）、自然食料理教室などを配されている。これらのスペースは、同社がめざす「食・動・心」の三位一体の健康づくりの活動の場である。

「先祖から引き継ぎできた『食事道』は、まさに日本に。『食事道』を取り戻す壮大な試みともいえる。玄米酵素の普及活動や、健康づくりの啓蒙活動など…。同社が実践しているのは、まさに日本に。『食事道』を取り戻す壯大な試みともいえる。

「先祖から引き継ぎできた『食事道』を、五十年、百年先にも残していくためです。それが医療費を何兆円おさぎ込んででも達成できない、健康な国づくりへの近道であり、原点であると思っています」