

■ 図 4-3 富士山溶岩が人体におよぼす影響

影響	内容	利用法
保湿性があり肌がうるおう	富士山の溶岩は多孔質なので湿度を一定に保つ性質を有する。	粉末にしてクリームに混ぜる
肌の再生（ピーリング効果） 育毛	遠赤外線により血行がよくなり毛根や肌に栄養が行き渡る。亜鉛、モリブテン、銅が皮膚や髪を丈夫にする。	粉末にしてクリームに混ぜる
活性酸素によるシミの予防	亜鉛、マンガン、セレンが活性酸素の働きを押さえ酸化を防ぐ。皮膚の新陳代謝を増す効果。	粉末にしてクリームに混ぜる 布にコーティングしてシートとして使用
血行の改善	遠赤外線により体内の血管を膨らませ血行をよくする（布団干しと同様）	粉末にしてクリームに混ぜる
にきび・吹き出物の解消	遠赤外線と亜鉛が美肌づくりに悪影響をおよぼす細菌を殺菌する。	粉末にして用いる
体温をあげ免疫力を向上	体内に取り込むと絶えず体温を吸収し遠赤外線を放射することにより体温をあげる。体温の低下は免疫力の低下につながる。	粉末にして用いる。
胃腸の健康と便秘・痔症状の改善・癌・生活習慣病の予防	遠赤外線と亜鉛により腸内の善玉菌を活性化させ悪玉菌を少なくする。腸の動きがよくなり排便や痔症などが改善される。また血行もよくなり癌や生活習慣病のリスクを軽減する。	粉末にして用いる。
肥満解消	ナトリウム、カリウムの働きにより体内の水分が調整され排便が軽減することにより腹部の肥満が解消。	粉末にして用いる。
歯と口内の健全化	遠赤外線や亜鉛の殺菌作用により口内を殺菌。歯周病や口臭を防ぐ。	粉末にして用いる。
花粉症やアトピーの改善	体内に異物がある場合は花粉症などが発生しないという学説による。	粉末にして用いる。
排泄物のニオイ消し	殺菌作用により排便、排尿のニオイを減少させるので清潔な環境が得られる。	粉末にして用いる。
老化などミネラル欠乏症の改善	溶岩を長期間水につけ高濃度のミネラルウォーターを作り、体内に取り入れる。	マリモ状にして水に入れる

出典：『富士山はヨウガンズ』（有限会社溶岩研究所/2004. 12. 27/第3刷）