

肉食に関連する病気の一例:

<ul style="list-style-type: none">● 青舌病● 大腸菌● サルモネラ菌● 鳥インフルエンザ● 狂牛病	<ul style="list-style-type: none">● ブタの疾病 (PMWS)● リステリア症● 貝中毒● 子癇前症● カンピロバクター
<p>肉食の代価の一例:</p> <p>心臓病</p> <ul style="list-style-type: none">● 毎年、全世界で 1700 万人の人命が失われている。● 毎年、循環器疾患にかかる費用は、最低でも 1 兆米ドルである。 <p>ガン</p> <ul style="list-style-type: none">● 毎年、100 万人以上が、新しく結腸ガン患者と診断されている。● 毎年、60 万人が結腸ガンに関連して死亡。● 米国だけで、結腸ガンの治療費は、およそ 65 億米ドルかかる。● 毎年、数百万人もの人々が、食肉に関係した他のガンと新しく診断されている。 <p>糖尿病</p> <ul style="list-style-type: none">● 世界中で 2 億 4600 万人が罹患。● 毎年、治療に約 1,740 億米ドルが費やされている。 <p>肥満</p> <ul style="list-style-type: none">● 世界中の 16 億人の成人が太り過ぎである。そのうち、4 億人以上が肥満である。● 毎年米国だけで、医療費に 930 億米ドルを費やす。● 毎年、少なくとも 260 万人は太り過ぎか肥満に関連した疾患で死亡する。 <p>環境</p> <ul style="list-style-type: none">● 清浄水の 70%以上が消費される。● 大部分の水塊を汚染する。● 地球の肺である森林を伐採する。● 世界の穀物の 43%を使い果たす。● 世界の大豆の 85%を使い果たす。● 世界飢餓と戦争を引き起す。● 地球温暖化の 80%の原因である。 <p>更に多くの事例がある。</p>	

牛乳消費の代価の一例:

<ul style="list-style-type: none">● 牛乳に含まれるホルモンによる乳ガン、前立腺ガン、睾丸ガン● リステリア菌、クローン病● ホルモンと飽和脂肪は、骨粗鬆症、肥満、糖尿病、心臓疾患を誘発する。● 多発性硬化症の高発症率と関連がある。● 主要アレルゲンとして分類される。● 乳糖不耐症 <p>更に多くの事例がある。</p>

菜食の利点の一例:

- 血圧を下げる。
 - コレステロール値を下げる。
 - 2型糖尿病を軽減する。
 - 脳梗塞を防止する。
 - 粉瘤性動脈硬化を好転させる。
 - 心臓病のリスクを半減させる。
 - 心臓手術のリスクを 80%に軽減する。
 - 多種のガンを防止する。
 - 免疫システムを強化する。
 - 最長で 15 年、寿命を延ばす。
 - 高水準の IQ
 - 清浄水の 70%以上を節約する。
 - アマゾン熱帯多雨林の 70%以上を、家畜の牧草地用の開墾から守る。
 - 世界的飢餓の解決策：
 - 毎年 34 億 3300ha の土地を解放する。
 - 毎年 7 億 6000 トンの穀物を確保する。(世界の供給量の半分)
 - 食肉生産時の化石燃料消費量を 3 分の 2 に減らす。
 - 未処理の動物し尿による汚染を軽減する。
 - より清浄な空気を維持する。
 - 米国の一世帯あたり、年間 4~5 トンの排出を削減。
 - 地球温暖化の 80%を阻止する。
- 更に多くの事例がある。**

あなたの命を救いましょう: ベジになって エコを実践

更なる情報はこちらにアクセス www.SupremeMasterTV.com

アルコールの悲惨な代価の一例:

世界中のアルコールに関連した死亡者は、毎年180万人にのぼる

アルコール関連の病気による損害: <ul style="list-style-type: none">● 米国は1,864億ドル● 全世界では最大2,100億～6,650億米ドル 疾病 <ul style="list-style-type: none">● ガン● 肝疾患● 循環器疾患 脳障害 <ul style="list-style-type: none">● 健忘症● 脳萎縮	臓器不全 <ul style="list-style-type: none">● 心臓● 肝臓● 腎臓● 胃● すい臓● 眼 出生異常 <ul style="list-style-type: none">● 知覚障害● 胎児性アルコール障害<ul style="list-style-type: none">- 発育不全- 顔面変形	<ul style="list-style-type: none">● 乳幼児突然死症候群● 流産 アルコール関連の暴力 <ul style="list-style-type: none">● 幼児虐待 事件の50%● 愛する者への暴力 事件の30%● 暴力行為 事件の40～80%● 自殺 事件の20～50% <p>更に多くの事例がある。</p>
---	---	--

アルコール禁止の利点:

財政的節約 カナダの研究では、酒類販売への介入計画で毎年 880 人の人命を守り、10 億米ドルを節約すると予測する。

死亡率

- ロシアでは1年間でウォッカの売り上げの1割減少により、アルコール関連の死亡者が大幅に減少した。
- 運動をして、飲酒を減らし、果物や野菜を食べ、タバコを吸わなければ、平均余命を14年伸ばす。
- WHO 世界保健機関は、増税をはじめとしたアルコール政策が、1日のアルコール飲用者の数を減らし、飲酒時間を抑えるのが可能であることと、飲酒年齢の引き上げがアルコールの害を減らす有効な武器であることを見出している。具体的には:
 - 欧州連合内で酒税が1割引き上げると、年間9000人の人命が救われる。
 - 欧州連合内でアルコール販売が週に1日禁止されると、毎年12万3000人の身体障害と早期死亡を減少させる。

ガン 世界癌研究基金の調査では、肉とアルコール消費量の減少がガンの危険性を下げることが発見。

他の疾病

- アルコール消費を一度止めることで、脳の再生と能力が向上する。
- アルコール性肝炎の患者は、飲酒を止め、良い食事療法をすれば、完全に回復できる。
- **Bodybuilding.com** のサイトは、ボディビルダーがアルコールの消費を控えると、筋肉増加、水和、回復、代謝、集中力の面で利点があると述べている。
- 米国アラスカ バローの共同体では、アルコール禁止により妊娠中のアルコール消費量が3割以上減少した。
- **health.com** のサイトは、アルコールを摂取しない生活の利点を報告。例えば以下の例がある。
 - 友人家族との関係がより良くなる。
 - 精神衛生が良くなる。
 - 他のことに使えるお金と時間が増える。
 - 人生を肯定的に活動する友人ができる。
 - 仕事環境や同僚達との関係が改善する。
- 元アルコール依存症患者団体は、オンライン討論会で酒類を摂取しないライフスタイルの利点について、経過観察を共有する。
 - より健康になる。
 - 子供達とより楽しめる。
 - 余暇の質が高まる。
 - 自信と自尊心が増える。
 - お金が節約できる。
 - 人生に大いに感謝するようになる。

社会的影響

- ニュージーランドではアルコール禁止条例により、他の犯罪の減少と同様、飲酒犯罪が98%減少。
- ブラックフット族が北米先住民族居留地でインディアンデーの間アルコール販売を禁止した時、以下のような改善が見られた
 - ブラックフット族が関わる交通事故0件
 - 病院での受診者が75%減少
 - 酩酊状態での飲酒運転逮捕者0人
 - 治安騒乱罪の逮捕者、公共の場での酩酊者、酒類の空き瓶の所有量が25%減少
 - 騒乱の通報が64%減少
 - 暴行事件が44%減少
- 米国ニューメキシコの調査は、日曜日のアルコール販売禁止により、交通事故と犠牲者が減少したことを示す。
- 英国アベリストウィスでは、アルコール禁止条例によりアルコール関連の犯罪が15%減少。
- オーストラリアのコフズハーバー市の埠頭地域では、犯罪減少の成功によりアルコールが恒久的に禁止される。
- 米国キンケイドレイクでは、アルコール禁止条例により遊泳中の溺死者がゼロになり、ボートでの深刻な事故と犯罪が減少する。

若者

- 米国オクラホマ州立大構内では、アルコール禁止により公共物破壊が減少したと、関係者は報告した。
- 米国フロリダ州では飲酒の合法年齢を18歳から21歳に引き上げたことで交通事故の死亡者が大幅に減少した。
- 英国マースク村では犯罪と反社会行動を減少させるということで、21歳未満青少年への酒類の販売を恒常的に自発的禁止。

更なる情報はこちらにアクセス www.SupremeMasterTV.com

薬物乱用の悲惨な代価の一例:

- 毎年全世界で 20 万人以上が死亡
- 英国の損失は 330 億米ドル
- 英国の薬物中毒者総数の現在の生涯損失は 5,750 億米ドル

弊害

<ul style="list-style-type: none">• 脳障害• 脳梗塞• 心臓疾患• 肝疾患• 結核	<ul style="list-style-type: none">• 肺気腫• ガン• うつ病• 自殺• 永久的記憶喪失	<ul style="list-style-type: none">• 精神障害• 高い乳児死亡率• 犯罪と暴力の増加• インポテンツ
---	---	--

犯罪と暴力

- 違法薬物は毎年、英国における強盗事件の原因の半数を占める。
- 米国では毎年、逮捕者の 60%が違法薬物を使用。
- 米国では、650 人のヘロイン中毒者が 3 カ月間に 7 万件の犯罪を犯す。

社会的経費

- 毎年、米国の企業は従業員の薬物摂取と飲酒により 1000 億米ドルを損失。
- オーストラリア人は毎年薬物使用者の健康管理、法的処置、生産性の損失に 530 億ドルを支払う。

死亡

- 米国では薬物により、毎日 52 人が死亡する。
- カナダでは薬物摂取が全死因の 21%を占め、若死により潜在寿命が 23%減少する。

更に多くの事例がある。

薬物の節制と治療による利益:

- 米国では薬物中毒の治療が人命を救い犯罪を減少させ、家庭を建て直すことが明らかになった。それと共に：
 - 1 年間の治療後、その 69%の人が薬物から開放された。
 - 犯罪検挙率が 64%に減少した。
- 米国カリフォルニア調査報告は、薬物治療に投資されたすべてのお金のおかげで、犯罪と健康と福祉の費用が削減できたため 7 米ドルが節約され、収入が安定することを発見した。
- 米国での 20 年間の調査によると、薬物治療プログラムは参加者の健康と社会的機能を向上させると同時に、犯罪減少効果もあることを証明した。
- 米国ワシントン州公共政策調査協会は、若者の薬物常習者への治療計画は有効であり、児童 1 人当たり 1,900～31,200 米ドル節約できることを発見した。
- 薬物のない職場計画は次のような結果をもたらした。
 - 長期欠勤が低減する。
 - 事故が減少する。
 - 生産性を高める。
 - 士気が高揚する。
 - 従業員の健康を向上させる。
 - 健康効果のための使用と費用が減少する。
 - 企業の保険料を低減する。
- 次の回答は「Yahoo アスク」上に提示された、薬物不使用の利益に関する質問に対する最高の答えである。
 - 警察を恐れないこと
 - 体の感染部位への注射針を恐れないこと
 - 脳障害の心配のないこと
 - 酒気帯び運転とそれに伴う事故の心配がないこと
 - (視覚 触覚 味覚 発話 聴覚) 五感に障害がなく世界を傍観できる喜び
 - 危機や非常事態で完全に機能的である喜び
 - 麻薬のない人生の喜びを他の人に伝えられる能力

更なる情報はこちらにアクセス www.SupremeMasterTV.com

喫煙による悲惨な損害の一例:

- 年間、全世界で、禁煙による死者は540万人に及ぶ
- 喫煙関連の疾患による代価: 米国だけで960億米ドル

- 心臓疾患: 冠状動脈血栓症、脳血栓、腎不全
- ガン: 肺ガン、食道ガン、腎臓ガン、膀胱ガン
- 慢性閉塞性肺疾患: 肺気腫、気管支炎

- 脳梗塞
- インポテンツ
- 受動喫煙の付加的被害:
乳幼児突然死症候群、早期分娩、口唇口蓋裂
小児ぜんそく、気管支炎、耳感染

更に多くの事例がある

禁煙条例が命を救う:

- PIRE (公共事業研究所) によると、現行のカリフォルニアの厳しい禁煙条例のおかげで、2010年までに5万人以上の人命が救われる。
- 英国では、間接喫煙が毎年1万1000人以上の人命に関係しているが、公共区域における禁煙条例のおかげで、間接喫煙の影響が減っている。
- 国の禁煙条例のおかげで、ウェールズの未喫煙の未成年の間接喫煙による年間推定死亡者数400人を阻止する見込み。
- 65歳以上の熟年者でさえ、タバコを断つと健康の恩恵を享受でき、全般的な死亡リスクがほぼ20%減少。肺ガンの場合は42%減少する。
- 米国ニューヨーク市長のマイケル・ブルームバーグ氏は、10代の若者の喫煙率がここ6年で半減したために、未成年の死亡者数が8000人に抑制できたと発表。国の人口保健調査のデータによると、喫煙者は気管支炎や、ぜんそくや、高血圧などの慢性症状の発病率がより高い

禁煙条例は急性冠症候群を減らす

- 米国心臓学会の公式発表によると、公共区域での喫煙を禁止する法令が施行された後に、米国コロラド州プエブロで、心臓麻痺が27%減ったが、一方、喫煙が自由な隣郡では、心臓麻痺の割合には何の変化も見られなかったという。
- アイルランドで、公共区域での喫煙を禁止する法令の施行後、たった1年で急性冠症候群の発病率が11%減った。
- グラスゴー大学の科学者らは、スコットランドで昨年、公共の場での喫煙が禁止されて以来、心臓発作が17%減ったと発表した。
- フランスの国立衛生研究所は、国が禁煙令に伴い、心臓麻痺の発病率が著しく減少し、さらに間接喫煙の影響の低下もみられたと発表した。
- 米国ニューヨークでは、広範囲の喫煙禁止が施行された後、急性心筋梗塞で入院する患者数が8%減った。それは換算すると、1年で5600万米ドルの医療費の節減になる。
- 屋内の公共場所での喫煙禁止令が、イタリアのピエドモンテ地方に施行された後に、60歳以下で、急性心臓麻痺で入院する人は11%減った。

禁煙条例は健康の向上を意味する

- 国の人口保健調査のデータによると、喫煙者は気管支炎や、ぜんそくや、高血圧などの慢性症状の発病率がより高い。
- イタリアのミラノにある欧州腫瘍学研究所の研究では、喫煙者の腸にポリープができる可能性は2倍で、特にガンに進行する可能性が高いポリープができるという。
- 喫煙者と間接喫煙にさらされる人は、タバコを吸わない人より、約7年早く腸ガンが進行する。
- 喫煙者で、特有の遺伝子構造を持つ女性は、乳ガンに進行する危険が著しいという研究が、機関紙の「癌疫学バイオマーカーと予防」にて公表された。
- タバコを吸わない人は、喫煙する人よりも、老年になっても自分の歯を維持する可能性が高い。

禁煙条例はより健康な子供たちを意味する

- ブリストル大学、子供の生活と健康の研究所から公表された正式な研究では、妊娠中に喫煙した女性から生まれた新生児は、乳幼児突然死症候群で苦しむ可能性が通常の4倍だという。
- 米国カリフォルニアの研究で判明したのは、車内の煙毒は以前に信じられていたレベルの2倍に及ぶ可能性があり、無煙の家庭で見つかる煙毒より60倍強力である。カリフォルニアは、子供たちが同乗する車内での喫煙を禁止した。
- 喫煙と酒類は、精子を損傷し、胎児に変性した遺伝子を残す可能性がある。
- ハーバード大学、公衆衛生学部のシャキラ・フランコ・スグリア博士の報告によると、大気が高度に汚染された近所に住んでいるか、喫煙している両親に影響されている子供たちは、空気がきれいな場所に住む子供たちよりも、記憶力と知能テストの得点が低い。
- 定期的に、間接喫煙にさらされている子供達の肺ガンになるリスクは3倍以上であり、他の呼吸器についても、後年、不具合が起こる危険性がより高い。

禁煙条例はより良い労働環境を意味する

- スコットランドの禁煙条例後、わずか2カ月以内にバーの従業員らは呼吸器とその他疾患がほぼ33%減少したと報告。
- タバコを吸わないアイルランドのバーテンダーは、肺機能検査で、数値的にも顕著な改善があったこと、また自己申告の症状が大幅に減少したと報告した。
- 間接喫煙にさらされたタバコを吸わない人たちが、肺ガンになるリスクは、通常よりおよそ20%増える。
- アイルランド公共区域禁煙条例のおかげで、バブの空気汚染が83%減少。

禁煙条例は商売に好都合

- 禁煙にしてから5年以内に、エアロフロート航空の乗客数は15%増加し、アメリカ便の乗客の流れは25%増加した。
- 英国の診療所長のリアム・ドナルドソン氏は氏の年報の中でこう話す。公共区域の禁煙条例は、推定270億ポンドの節約になる。より健康で有能な労働、力を持つことで、6億8000万ポンド節約。病気が減るので、1億4000万ポンド節約。仕事での喫煙のために失われた生産力回復で、4億3000万ポンドを節約、喫煙に関する清掃費用、1億ポンドが節約できる。

更なる情報はこちらにアクセス www.SupremeMasterTV.com