

薄毛体質であっても髪が生える本当の方法

はじめの一步「スタート・マニュアル」



育毛漢方 2014 実践会

はじめに

【推奨環境】

このレポート上に書かれている URL はクリックできます。できない場合は最新の AdobeReader をダウンロードしてください。(無料)

<http://get.adobe.com/jp/reader/>

【著作権について】

このレポートは著作権法で保護されている著作物です。

下記の点にご注意戴きご利用下さい。

このレポートの著作権は作成者に属します。

著作権者の許可なく、このレポートの全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

このレポートの開封をもって下記の事項に同意したものとみなします。

このレポートは秘匿性が高いものであるため、著作権者の許可なく、この商材の全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

著作権等違反の行為を行った時、その他不法行為に該当する行為を行った時は、関係法規に基づき損害賠償請求を行う等、民事・刑事を問わず法的手段による解決を行う場合があります。

このレポートに書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、見解の変更等を行う権利を有します。

このレポートの作成には万全を期しておりますが、万一誤り、不正確な情報等がありましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

このレポートを利用することにより生じたいかなる結果につきましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

3か月以内に「生えた」という手ごたえをつかむための必要な項目は、

すべてこのマニュアルに書きました。

さあ、スタートです。

1章:ハゲ遺伝子との出会い



(1)ハゲ遺伝子があるとわかったとき

「なぜ、俺にハゲ遺伝子を渡したんだよ！！ こんなものいらねーよ！！」
と親やご先祖様を恨んだことがありますか？
私はあります。

一時期、母親や親類の者たちの頭髪部を見るのが嫌だった時期があるのです。

母方から受け継いだ強力なハゲ体質・・・・・・・・。

優しい母でした。もう亡くなりましたが、私のためなら自分のことはさておき、何でもしてくれる、すばらしい母でした。

そんな、大好きな母ですが、自分がハゲはじめた時には
「あ～あ、あんたのハゲ遺伝子をもらっちゃったよ。どうしてくれるんだよ」
と親不孝な思いをする息子になり下がっていたのです。
幸いなことに、1～2年でハゲ遺伝子を抑え込む方法がわかりました。

ハゲ遺伝子は決して体内から消え去ることはないのですが、「抑え込む」ことができる
ことがわかったのです。

私自身も発毛体験がうれしかったのですが、母親が、私の髪が生えてきたことで、すごく安心してくれたのもうれしかった。

母も

「すまないねえ。お前にハゲを渡してしまって・・・」

と内心、気にしていたのだと思います。

私の体験から言えることは、

「あなたの発毛は、あなたの周りの人をも幸せにする」ということです。

親はあなたの薄毛が治るのを、どれだけ喜んでくれることでしょうか。

あるいは、妻、恋人もあなたがハゲでいるよりは、平均的に髪が生えているほうがうれしいのですよ。

また、子供もハゲの父親よりも髪の毛があるかっこいい父親のほうがうれしいはずなのです。

あなたの髪の毛は、あなただけの問題ではないのです。

あなたを愛する人のためにも、ぜひとも、髪の毛を生やしましょう。

薄毛体質を受け継いだとわかった時、

「自分のため、そして愛する人のためにも、生やして見せる」

と決意することが大事なのです。

(2)薄毛体質であっても生える

薄毛体質であるとわかった時に、多くの人は絶望感におそわれます。

おそらく、子どもの頃から薄毛の親類の伯父さんなどを見てきているので、はっきりとは意識しなくとも「自分も大人になったらハゲるのだろう」と、あきらめているのかもしれないですね。

「やはり、受け継いだのか」

という落胆。

薄毛の遺伝子をなくすことはできません。

あなたの身体がそういう薄毛体質なのは宿命なので消し去ることはできない。でも、

薄毛要因を抑え込むことは可能なのです。

薄毛要因を抑え込むことは可能なのです。

薄毛要因を抑え込むことは可能なのです。

大事なことなので、繰り返し3回書きました。

昭和56年からのいろいろな育毛方法との出会いと実践の結果、わかったことは、薄毛遺伝子があったとしても、その活動を沈静化させることでハゲは治せるということです。ただし、治せるとはいうものの、限度はあります。

ズバリ、「同年代の平均値まで」です。

薄毛体質の人は、かなりの努力をしても「同年代の平均以上の髪の毛」を得ることは難しいと感じています。

私も時間とお金を育毛のために費やしてきましたが、平均以上の髪の毛量は難しい。

ですから、

「いや、おれはハゲを治して、木村拓哉くらいに髪フサフサにしたいのだ」

という人は私の体験レポートは十分には役に立ちません。

まあ、どんな方法でも難しいと思いますよ。

カツラか植毛を選択するのであれば別ですが……。

では、次の章で一番大事な「薄毛遺伝子の抑え込み方」を解説します。

ここを理解することで、3か月後には、理容室で鏡を見るのが楽しみになります。



(生えたぜ)

第2章：薄毛遺伝子の抑え込み方

(1)一番重要なこと

私をご先祖様から受け継いだ強力なハゲ遺伝子を持っています。

私の一族のハゲ遺伝子は、なかでも特にパワーのある種族のようで、ハゲにくいはずの女性ですら男性ハゲに近い状態になるくらいです。

ましてや男性の場合には……。

そんな一族に生まれたにもかかわらず、なぜ、私が頭髪に満足のできる状態になったのかというと、一言でいうとハゲ遺伝子の抑え込みができるようになったからです。

あなたも現在ハゲであろうと、薄毛であろうと、ハゲ遺伝子の抑え込みができるならば、平均的な髪の毛のボリュームを手に入れることができます。

では、その方法はどうしたらいいのか？ それは、あなたの血液を髪の毛の生えるものにする、ということです。結論を言いました。

「あなたの血液を髪の毛の生えるものにする」

これがすべてを言い表しています。

育毛生活33年の集大成は、この言葉に集約されます。

薄毛体質というのも、育毛体質というのも、血液が左右するのです。

髪の毛は血液しだいなのです。

あなたの血液を発毛できる内容にしていけば、髪の毛は生えてきます。

でも、「あなたの血液を髪の毛の生えるものにする」という言葉は、たとえばキリスト教の

「人を愛しなさい」という言葉と同様で、一番大事なことではありますが、

「では、どうしたら、それを行うことができるようになるか」

がわからなければ、困ってしまいます。

次の章では、まず、髪の毛における「血液の重要性」をお話ししますが、その前に薄毛遺伝子の作動する条件を確認しておきましょう。

薄毛遺伝子が作動開始するとき

- ① 睡眠不足
- ② ストレス

- ③ 野菜不足
- ④ 肉の多食
- ⑤ 粗悪なシャンプー
- ⑥ ポテトチップスやコーラ、砂糖の多い菓子を多食
- ⑦ 肩や首のコリ
- ⑧ 冷え
- ⑨ タバコ、深酒
- ⑩ 男性の過度の精子消費（やりすぎ）
- ⑪ 女性の場合出産
- ⑫ 運動不足

深刻なものは①、②、③、④です。

これらを抑えることでスイッチが入るのを遅らせることができるのです。



（生えると笑顔が生まれます。）

3章：髪の毛と血液の深い関係。

（1）育毛本「みるみる髪が生えてくる」

私がハゲからの生還を果たすことができたのは、高橋由美子先生の著書「みるみる髪が生えてくる」を抜きにしては語れませんので、この本についてお話ししましょう。

この本の中では漢方の育毛法を解説しているのですが、「髪の毛は血液の余りでできる」という著述があります。

髪の毛は「血余（けつよ）」なのです。

この本は30年以上も前の本ですが、キリスト教でいう「人を愛しなさい」という根源と同様で、

「血液を髪の毛の生えるものにしなさい」
という育毛の根源を説いているのです。

その意味で、キリスト教における聖書と同様、年が経っても、決して色あせない部分を記述している育毛分野の名著なのです。

私とはびっきりの育毛ノウハウコレクターなので、市販の育毛書籍はもちろん、ネットで販売している最新の高価な育毛情報教材も目に付くものはすべて購入してきました。

その中でも、「みるみる髪が生えてくるは」は最も信頼のおける情報だと感じています。あなたも、時間があればぜひ、この本を読んでおくのもいいでしょう。

もちろんこのレポートでは、「みるみる髪が生えてきた」や各種の育毛情報教材の内容も踏まえて、最も重要な部分を、今から解説しますのでご安心ください。

結果を急ぐ人は、まず第一に、私のこのレポート内容を実践することです。

「みるみる髪が生えてくる」は漢方の育毛法ですが、それと正反対に位置するのがプロペシア、ミノキシジルによる医療的な育毛法なのです。

医療的な育毛法については、私も実践経験があります。

約5年間、途中で飲むのを中断もしましたが、プロペシアを飲んでいました。
平成25年の夏頃にプロペシアの副作用が我慢できなくなり中止しました。

では、医療的な育毛方法は効果があるのでしょうか？

答えは「イエス、生えます」ということです。

アプローチの仕方は違えども、プロペシアとミノキシジル・タブレットは「血液そのものに作用させる」特徴があります。

これは、やはり髪の毛を増やす効果が大きく出るので。

私の身の回りでも、プロペシアで生えた人物を複数名知っていますが、成果は出ていますね。

2年くらいすると効果が出なくなることが多いですが、知人は効果が見えなくなっても、中止せずに飲んでいます。

社会の風潮で、「髪の毛のためにプロペシアを飲んでいるよ」と公言するのも抵抗が少なくなったのは良いことだと感じています。

カツラや植毛は、まだまだ、公言できないけれどもね。

そのプロペシアは血液そのものに作用させるので、髪が生える効果が大きいのですが、

飲み方として、1日1錠を飲みます。

これは血液中のクスリの成分を一定にするために重要な条件なのです。

飲むことを忘れてたり、時々まとめて3粒飲むなどの飲み方はダメです。

血液中の成分を一定に保つことで効果が出やすいのです。

そして、血液に作用させるだけに、注意事項もあって、プロペシアを飲んでいる人は献血や輸血ができないことにも注意しておくことです。

プロペシアは血液に作用させるので、効果が高いのですが、私は中止しました。

危険性がありますが、今回の主題ではないので、ここでは割愛します。

あなたには、自然な発毛方法を選択していただきたいとだけお伝えします。

では、次に「理解度テスト」をしておきましょう。

ここを理解しないと、あなたのハゲ治療はうまく進まない。

育毛行動に無駄が多くなります。

確実に理解しておきましょう。

(2)育毛効果の判定「理解度テスト」

設問1；漢方による育毛法は効果があるか？

回答「ある。なぜなら血液を髪の毛の生えるものにするから。」

設問2；プロペシアによる育毛法は効果があるか？

回答「ある。なぜなら、血液を髪の毛の生えるものにするから」

設問3；育毛剤を塗布することで髪は生えるか？

回答「あまり効果はない。育毛剤を頭皮に塗っても血液に変化はないから」

設問4；育毛シャンプーで髪は生えるか？

回答「あまり効果はない。育毛シャンプーを使用しても血液に変化はないから」

設問4－(2)；では、シャンプーについては無関心でいいのか？

回答「いけません。シャンプーとコンディショナー活用は非常に重要です。シャンプーやコンディショナーだけでは生えないですが、大事な項目です。この点に関しては、ここでは述べません。

設問5；頭皮に特殊な光を当てる育毛電子治療器具は効果があるのか？

回答「あまり効果はない。器具により血液が変化するわけではないから」

設問6；育毛サプリメントは効果があるのか？

回答「効果が期待できる。口にしたものは消化され、血液に溶けこむから。

そのサプリの内容成分が

- ① 薄毛要因を抑え込む
- ② 髪の生育を促す

いずれかを満たしている場合には生える」

設問7；頭皮マッサージで髪が生えるのか？

回答「マッサージだけでは血液が変化するわけではないので、大きな効果は望めない。でも、無駄ではないので必ず実行すること」

設問8；ハゲ遺伝子のある人間が、髪の毛を生やすには何が一番重要か

回答「薄毛要因抑えこみ、発毛を促進する血液づくり」



第4章：生えるための生活習慣

(1)薄毛を治すためには必ず守る「育毛基礎3原則」

薄毛要因を抑え込む「血液」ができれば、薄毛の治療はできます。できますが、どうしても守るべき3つの基礎があります。

この3つの基礎は必須条件なので、この3項目を守ることができないならば、成果には結びつかないので、あなたの努力が求められます。

育毛の3基礎とは、

1. 7時間以上の睡眠
2. 野菜の摂取を多くする
3. 心の平安

なのです。

この3基礎を習慣にしてこそ、あなたの髪の毛は生えてくる。

言いかえると、

この3条件を守れないならば、きっとあなたは育毛に成功できません。

ここが難しい部分なのです。

キリスト教の教えである「人を愛する」ことが幸せの秘訣とわかっているにもかかわらず、あなたを攻撃する人がいたら、容易にはその人を愛せないでしょう。

頭では「愛することが大事」とわかっているにもかかわらず、実践が伴わないのです。

ここが、非常に難しいところなのです。

ネット社会の発展とともに、薄毛治療についての情報もかなり容易に手に入れることが可能です。

でも、ノウハウを「知ること」と「実行すること」は、まるっきり違う世界であること

を理解しましょう。
あなたには実行する人になっていただきたい。

このレポートでは育毛基礎3原則の実施までは述べません。
私のサイトにはそれらの個別部分を解説したサイトもありますし、この部分はあなたの
努力で実行に移すようにしてください。

これはもう、理屈抜き。

「野菜をあまり摂れないが、髪は生やしたい」
とか、
「睡眠は6時間だが、ハゲたくはない」
とか、
「髪を毛を生やしたいが、会社の人間関係が大きなストレスになっている」
というような人がいるかもしれないですが、それでハゲを治そうというのは「無理な話」
なのです。

この部分があるから世の中の薄毛の人はなかなか髪が生えない。
育毛の3基礎のどれか一つでも該当すると髪は生えないからね。

では、あなたもお忙しいでしょうから、この「育毛基礎3原則」は、あなたの努力に任
せることとして、話を進めたいと思います。

(2)薄毛の遺伝子があっても生える5大育毛法

薄毛の遺伝子があっても髪は生えます。
その方法は「血液を生えるものに変化させる」
ことであることは今までに説明したとおりです。

いよいよ具体的に、どうしたら生えるかという部分を解説します。
その方法は5つあります。
私の過去のサイト記事から5大育毛法の部分をご紹介します。
私のいくつかのブログやホームページを読んでいただくとわかるのですが、私のサイト
ではこの5大育毛法のことを繰り返し説明し、あなたに「実行してもらおう」ことを目的

としています。

あなたが完全実行していないのであれば、今日から「実行」をしてほしい。

では、5大育毛法の説明部分を以下に示します。

～ここから【薄毛対策法が降りてきました 5大育毛法】記事

薄毛対策法が降りてきました。

言葉が降りてきた状況をあまり詳しく書くと、

「こいつの言うことは、信頼が置けない」

と思われるおそれもあって、私の胸にとどめておきますが、この言葉がなぜか「降りて」
きましたので、お知らせします。

「薄毛に悩む人に、これらの方法を伝えなさい」

という言葉とともに今日、平成23年1月10日に、ある存在から伝言を受けましたので、あなたに伝えます。

では、降りてきた言葉をそのまま、ここに記します。



薄毛対策：降りてきた言葉

「薄毛は治る。

遺伝性のハゲも対策は、ある。

その方法は今までもあなたに伝えてきたのだが、方法は5つある。

何度でも多くの人に伝えることを、私は望んでいる。

この5つの方法を広く伝えてほしいのです。

1、漢方育毛法

野菜中心とした食事

(野菜スープ、野菜酵素がとても育毛効果がよい。野菜ジュースはまあまあ)

育毛酒

(紅クコ、みつひ、よもぎ、黒なつめ、ハスの種) またはドクダミ酒

ヘアパックを週に2回以上

猪毛ブラシとコラーゲンとスピルリナ

冷えを解消する

肩こりを解消する

2、薄毛体質改善法

ドクダミ

レシチン

ゴマ

上記3つの食品を体内に取り入れる

3、核酸でアンチエイジング育毛法

イワシの缶詰
サケ
ブロッコリー
ピーマン
牛乳
かぶ

を摂取する

4. コラーゲン即効で髪を太くする法

良質のコラーゲンを毎日、62日間飲むことで髪が10%太くなる。

成功確率の高い育毛法なので重要なノウハウである。

この方法を実践すれば薄毛・ハゲのショックから、心の平安が取り戻せる。

5. 医療的育毛法

プロペシア
ミノキシジル（塗付用）
ビオチンのサプリメント
極力、医療的な育毛法はとらないほうがいい。

ただし、「死ぬほどつらい」場合には、医療的育毛法を採用することも「是」とする。

（女性はプロペシアおよびミノキシジルは不可なので、次の代用品を摂取、利用する）

プロペシアの代用品

・カボチャの種

- ・ウコン
- ・ノコギリヤシ
- ・大豆イソフラボン

ミノキシジルの代用品

- ・リリイジュまたはアロエ成分の育毛剤

以上の5つの育毛法、どれか一つでも実行するとそれなりの成果が出る。

もちろん5つ全部実行すると成功確率は一層高まる。

成果が出ると、幸せ感が多くなって、ますます育毛に楽しみができる。

この育毛方法を、あなただけで止めてはなりません。
広く、広く、伝えていくことです。」

以上が、降りてきた言葉です。
できるだけ忠実に記録しました。

この降りてきた言葉が、どういう種類のものかは精神世界、あるいは宗教の世界の人に聞かなくては、私もわかりません。
でも、いいではないですか、そういうことは。

大事なのは、この言葉が真実か、デタラメか、ということではなくて、

「効き目があるか、どうか」という一点だと思います。

なので、確かめてください。
あなたも。

そして薄毛対策に成果が出たら、ぜひ、その方法をあなたも誰かほかの人に、一人でも多く伝えてください。



第5章:本気で生やしたいあなたのために言います。

(1)ハゲを治す本当の話

薄毛・ハゲは治せますが、それは容易なのでしょうか。

それとも困難なのでしょうか。

私は「困難な部類のもの」だと感じています。

育毛剤を頭に振りかけて、それでハゲが治るならどれほどうれしいことでしょうか。

できれば、そうであってほしかった。

朝晩の育毛剤だけで生えるなら、こんなにも髪の毛で苦しむ人はいないのです。

テレビではよくダイエット特集をしますよね。

有名人がダイエットに挑戦し、その途中経過をずっと番組内で報告していくのです。

よくあるテレビ企画です。

これもたいていの場合、10キロ程度ならダイエットに成功するからだろうと私は思います。

ダイエットと同じように関心が高い育毛において、なぜ、テレビで「育毛企画番組」がないのか？

それは、育毛になかなか成功しないからでしょう。

以前、某有名な育毛シャンプーの宣伝で、お笑い芸人たちがシャンプーを使った育毛に挑戦していました。

その経過を報告するのですが、彼らがシャンプーだけではなくプロペシアなどの医療的

な育毛法を併用しているとネットで報じられ、信頼性は落ちたのです。
たしかに、それはズルいなと私も感じたものです。

ダイエットよりもハゲ治療のほうが難しいとも言えますが、一方で、ダイエットよりも実行が容易であるとも言えます。

というのは、ダイエットでは運動療法と食事療法があり、どちらもつらいものですが、育毛はその点は容易。

それは、

① 薄毛要因を抑えつける栄養素を口から取り入れる

② 髪を育てる栄養素を口から取り入れる

この二つとも、カンタンな作業だからです。

口にさえ入れてしまえば、後はあなたの身体の胃や腸など内臓が勝手に働き、血液に乗せて栄養素を毛母細胞まで届けてくれるのです。

その点で育毛は容易です。

問題は、育毛は「お金がかかる」ということです。

ここが、あなたのハゲ対策のネックになるかもしれないです。

育毛の原則は「血液を変化させる」こと。

これは一般的な日常生活の中では難しいからです。

「漢方育毛法」の紅クコ、蓮の種などの栄養素は日常生活で摂取できません。

お金を払って特別に買わないといけません。

「体質改善」のための、どくだみ、ごま、レシチンも同様。

「核酸育毛法」も毎回の食事で難しければサプリメントを活用しないといけません。

「コラーゲン育毛」も良質のコラーゲンドリンクやサプリは決して安くはありません。

「医療的な方法」ならプロペシアだけでも毎月8千円はかかります。

当然ですが、日常生活の中において無料でプロペシア成分は摂取できないわけです。

だから、ハゲを治すにはお金がかかる。

言いかえると、「お金がないなら薄毛・ハゲは、治すのが極めて難しい」ということになります。

(2) 最初の手ごたえを手に入れるために

5大育毛法が平成26年11月現在で、私の知る最高の方法です。
私は20代から毎月2万円～3万円くらいを髪の毛のために使ってきた結果から、毎月3万円かけると育毛に非常に有利だという実感を得ています。

5千円以下しかお金を使えないなら、目立った育毛成果は出ないという気がします。
そのなかで、あなたが育毛に挫折せず、今後ずっと平均的な年齢の量まで髪を維持するためにはどうしたらいいのか。

しかもお金を毎月1万円～1万5千円しか使えない場合にはどうするか。
私の20代、30代と、あなたの時代では社会の変化があって、今では毎月3万円を髪の毛のために使うことは正直難しいはずです。
その場合、1万円前後で実施できる2つの方法があります。

まずA案として、漢方育毛法の基礎である方法です。

A案：イノシシ毛ブラシとコラーゲンとスピルリナ

この方法にはややコツがありますので、ぜひ、私のサイトで猪毛ブラシの利用法を確認してほしいです。

サイト「薄毛を治す猪毛ブラシとコラーゲンとスピルリナ」

<http://blog.goo.ne.jp/minanotame3>

もう一つのB案は、安価に栄養を摂取できる組み合わせです。

B案：育毛御三家(育毛サプリ、シルクアミノ酸、スピルリナ)

この方法は3つのサプリを口に入れるだけなので、説明は不要でしょう。
薄毛要因を止める、発毛を促進する2つの効果が得られる組み合わせなのです。

A案かB案の、どちらかより強く心を惹かれるほうを選べばよいのです。



(美容室にて、合わせ鏡で頭頂部を見せられても平気)

第6章 おわりに

ここまで読んでいただきまして、本当にありがとうございます。
短いレポートではありますが、私が体験した重要な部分を書くことができました。
これをご縁にして、ぜひ、育毛漢方療法を継続してください。
あなたがハゲの恐怖から解放され、毎日、鏡を見るのが楽しい生活が訪れることを願っています。

育毛漢方の代表サイト：<http://ikumou.minanotame.net/>

育毛漢方の育毛食事サイト：<http://ikumousyokuji.sblo.jp/>



あなたの髪は、きっと生える。必ず生える。即効で生える。ボウボウに生える。