

self care factory

セルフケア ファクトリー

栄養素補給「プロテインなど」で
ひざ関節の悩みを乗り越える



ひざ関節の悩みを改善する 歩く力を維持する

ジョイントエッセンス 開発秘話

機能性表示食品



2021年頃の私は、株式会社フィジテックを立ち上げ、オリジナル・リハビリプログラムの講座を開講していました。リハビリプログラム講座は、以下の3つです。

- 超重症者向けリハビリプログラム（施術）
- 重症者向けリハビリプログラム（セルフケア）
- 中・軽症者向けリハビリプログラム（セルフケア）

その講座で時々、腰痛・膝痛の改善に寄与する

栄養素補給（プロテインなど）について質問されることがありました。

栄養素補給（プロテインなど）については全くの素人です。

ほとんど答えることが出来ませんでした。ですから、

独学で勉強を始めていたまさにその時。

2021年秋、民放テレビのニュースで、整形外科医・巽一郎先生がお話をされているのを偶然見ました。話の内容に感銘を受け、即座にお名前だけ記憶して、書店に走りました。探してみると、やはり健康関連の書籍を出版されていました。

「100年足腰 サンマーク出版社 巽一郎著」

購入して読み進めると、講演会の案内チラシが挟んでありました。

絶対にお話を聞きたい！そう思い、3か月後の講演会（東京・千代田区）に参加申し込みをしました。講演会のテーマは

「100年足腰」私は衝撃的な事実を知ることになります。

100年間丈夫な足腰を保たせるには、

○セルフケア（運動・筋肉づくり）

○食事ノウハウ（食事順番・糖質制限・総量管理）

○栄養素補給（プロテインなど）

3つが非常に大事であると、言われていました。

この3つをバランスよく行うと、

膝の軟骨再生が可能となり、結果的に膝痛を根本から解決できる
という画期的な理論でした。

セルフケア（運動・筋肉づくり）には自信があった私でしたが、

食事方法や栄養素補給（プロテインなど）については

ほとんど勉強していませんでした。

この講演会をきっかけに腰痛・膝痛の改善には

栄養素補給（プロテインなど）が絶対に必須だと思い知らされました。



約2年間かけて栄養素補給（プロテインなど）に関する理論・根拠を研究しました。

その頃、変形性関節症と嚥下障害で苦しんでいる

妻の祖母（当時83歳）に妻が、

「セルフケアの専門家の夫（私です）が

腰痛・膝痛を改善する飲みやすいプロテインを作っているから待っていてね」

とフライングで約束していたのです。

何とか基本の方向性が見えたころでしたので、

実際の商品づくりの会社を探さなければなりません。

東京ビッグサイトに行くことにしました（健康食品博覧会）。

そこで開発を後押ししてもらおう出会いがありました。

日本トップクラスの健康食品開発企業の専務さんです。

その専務さんからは、

「わがままに要求してください。我が社は、その実現に貢献したいんです」

こんな言葉をいただいて、嬉しくなったのを今でも覚えています。

私が要望したのは、

N－アセチルグルコサミン配合で

溶けやすく飲みやすいプロテインでした。

専務さんと8カ月間の試行錯誤を経て、

N－アセチルグルコサミン配合で

溶けやすく飲みやすいプロテインは完成しました。



少量発注して、セルフケア講座に入会された方へ

1か月分をプレゼントすると、受け取った方々からの反応は、

私の予想を大きく上回るものでした。

「だまが出来ずらいので飲みやすい」

「柑橘類の香りと味が嬉しい」

「甘すぎず、さわやかな味」

「さっぱりしていて飲みやすい」

「膝の痛みが気にならなくなった」

「10日で膝が軽くなった」

「膝の曲がる角度が多少深くなった」

「おいしくて飲みやすい」

「冷たくするとより美味しい」

「膝周りの筋肉がしっかりしてきた」

「これはどこで売っているの?」

「ぜひ継続して飲んでみたい」

「通販してください」

このような声が続々と寄せられたのです。

講座会員の方々からの声に押されて、

私は製造・販売・通販という新たな道を歩み始めました。

私が開発した中・軽症者向けリハビリプログラム(セルフケア)を行うことと、

栄養素補給(プロテイン)ジョイントエッセンス(機能性表示食品)の飲用で、

ひざ関節の悩みが改善することを切に願っています。

追記

セルフケア教室のnobu先生(YOUTUBEフォロワー数148万人)も、

私と同じ「**日本から腰痛・膝痛を無くしたい**」

という熱い想いを持って日々活動が続けています。

