
バイバイ、サプリメント。

麻穂

注意事項

このPDFファイルは小説サイト「小説家になろう」で掲載中の小説を、「PDF小説ネット」の変換システムが自動的にPDF化したものです。この小説の著作権は作者にあり、作者または「小説家になろう」および「PDF小説ネット」を運営するウメ研究所に無断でこのPDFファイルおよび小説を引用を超える範囲で転載、改変、再配布、販売することを一切禁止します。小説の紹介や個人用途での印刷および個人用途での保存はご自由にどうぞ。

【小説名】

バイバイ、サプリメント。

【Nコード】

N0131C

【作者名】

麻穂

【あらすじ】

これは、へっぽこなオカンである私の、健康を求めるが故のトンちんかんサプリメント体験を、面白おかしく綴ったものであります！

バイバイ、サプリメント。

サプリメントが好きでした。

なんとなく健康になれるような気がして。

体力も根性もない私が日々えんこらせ、と動くためには欠かせないものだろうと思っていました。パソコンに向かっている今も、なんとなくブルーベリーを飲まなきゃいけないような気がしています。多分気のせいです。サプリメント教でしょうか？

ちなみに先日病院から鉄剤を処方されました。妊娠中の貧血だそうで。うそーん、鉄分のサプリメント取っていたのにー、摂取した鉄はどこへいったのか？金返せーとか思いながら一緒に処方された胃薬も同時に飲み干しました。うう、胃がもたれる・・・。

そんな最近ですが、最近ハマっているもの。それは、簡単に作れる雑穀米です。

なにがいいかって、あの、なんともいえないモコモコ感な歯応えが好きなのです。体にもいいらしい。私にはよくわからん、だって専門家じゃないんだもん。だから二才の娘には、こう言って食べさせています。

「このご飯おいしいよー。栄養もいっぱいあるよー・・・」

ここまで言いかけ。

「・・・と、や やが申しております」

ちやうど帰ってきた夫がげらげら笑いました。

「だって、栄養があるかどうかなんて分かんないもん、や やがコマーシャルでそう言っているだけで」

「言われてみりゃ、そりゃそうだ」

健康食品業界が繁盛するのは、要は「健康になれるかも、なれたらいいな」という夢と幻想を売っているんだろうな、と最近思う。

バイバイ、サプリメント。

ちなみに、美容業界もそうなんだろうとか。ぶっちゃけ、肌と顔に合えば安物でいいんだよーとか思いながら、あまりにも安物使いだと「安物で事足りる貧乏性な御肌」という気もするし、それはそれで・・・と思う複雑な女心。

さて、サプリメント。というか、健康食品。

一昔前に「お酢」がダイエットに効くらしいと、以前勤めていた職場で流行りました。

御値段も高級であれば見た目も立派な瓶・・・まるで高級な日本酒？の風格さえただよつておりました。私も一口頂戴ともらいましたが、顔が曲がるほど酸っぱい！（元から曲がっていたかもしれないが）基本的に口にするものは美味しいものでなきゃ駄目、という我がままな自分としては真つ先に戦線離脱してしまいました。

さて、それから一カ月後。

驚くべきことに、酢仲間ほとんどん増えていたのです。

職場に届く酢のダンボール箱に驚きつつ、私はおそろおそろ訊きました。

「あんなに酸っぱいの、よく続きますね」

すると彼女達は言つのです。

「だって最近体調が凄くいいのよー。疲れにくくなったような気がするし」

「それは凄いですね。もしかしてダイエットにも効いてるんですか？」

「それは全然。でもね、きつとこれから痩せると思うの」

えええー？ちょっと待て。そもそもはダイエットが目的だったのでは？と、ツツコミを入れたくなつたのですが、そこは相手が上司なものですから、グツと堪え・・・そして、さらに一ヶ月後。

お酢ブームはすっかり廃れていたのです。理由は「だって値段高いし。痩せないし」

バイバイ、サプリメント。

だそうです。疲れにくくなったのも、たまたま仕事の流れるなものだったらしい。結局忙しい時期は、疲れるものは、やはり疲れるといふことで。

疲れたときは適度に休息を取るのが一番、てところでしょうか・それが出来たら苦労はないと思うんですけど。

お酢、といえば。

手軽に口に出るサプリメントの種類にソフトタイプのカプセルというのがありますよね。私はあれがとても苦手です。しかもそのことに気付くのに三年ほど掛かってしまったオマヌケでもあります。胃がもたれる、というか。痛くなるんですよ。私だけでしょうか。

疲れているときに少しでも足しになるかと思って、そのタイプのサプリを飲むでしょ。すると、胃が痛くなる。次に市販の胃薬を飲む。それでも効かなければ病院へ・そんな流れです。疲れているから余計に胃が弱っていたということもあるのでしょうか、なんか定番のコースなのでおかしいな、と不思議でした。

で、あるとき気がついた。

タブレットタイプ、ハードカプセルタイプのを飲んでいるときは何も起こらないぞ、と。あれね？どうということだ。

つまりは、ソフトタイプのカプセルに入っている中身って、成分が濃いのではないのかと。

例えばカプサイシンとか、お酢とかブルーベリーとかなんでも良いのですけれど、食物何個分の栄養素、って・・実際不自然だよな、普通に食事しているぶんにはありえない分量だよなと思いつたのでありました。

どつりで胃が痛くなった訳だ。私の内臓は凝縮された栄養を抱え込むほど多分、丈夫ではないという・・でもそもそも、丈夫でないからサプリメントを飲もうと思ったんだよ、どうということ？

本末転倒。

バイバイ、サプリメント。

実際、あんまり飲んでいない今のほうが胃に限って言えば順調だわ。

なんだこりゃ。

コマーシャルとか見ていると、思いませんか？

あの粒の中に、あんなに表現するほどヒアルロンサンがねろ〜ん
と入っているのだろうか、とか。階段を駆け上がって登れます！と
か、そりゃ危ないだろう、怪我をして骨折でもしたら元気どころか
病院行きだぞ、とか。青 は不味いのはともかくとして、栄養学的
にもう一杯おかわりしてもよいのだろうか、ブルーベリー粒を飲ん
で視力が上がった人はいるのだろうか、コラーゲンってどの位飲み
続ければお肌が艶々になるの？とか。えとせとら・・・。

実際、人生が変わる程の変化をサプリメントごときで味わえるの
でしょうか？少なくとも私の身近な人でそういうケースは一例たり
とも見たことがない。効果があったことを隠しているのかしら？あ
あ、あの人綺麗になったなあ、とか思っているとは結婚が控えている
とかそういう話はよく聞いたりするのだけれど。ところが利用者の
体験談は、そういう話が目白押しだ。そして、私達はついついその
体験者と同じ夢を買ってしまう。時に健康に。時には美容、ダイエ
ットに。

朝起きられなくて、日中動き回るとすぐに疲れてしまう体質の私
は、時々そんな自分自身を呪い、恨み。そして無性にそんな架空の
夢にすがってしまうことがあった。本気で「機械の体になりたい。
私はマシンになりたい」そう思い続けていた日々があった。

なんで、こんなへっぴこな作りの体なんだろう。多少踏まれても、
乱雑に扱っても、いっぱいっぱい使いこなしても全然平気な体にな
りたかった。「産む機械発言騒動」が出回る大分以前に、既に私
はそんな事ばかり考えていた。メンテナンスの一切いらぬ体にな

バイバイ、サプリメント。

りたい・・・でも、そんな事は当たり前だが無理だった。

多分、その時は相当に疲れていたのだろうと思う。そして、自分をいたわる余裕さえ、なかったに違いない。

でも、実際この世の中、そんなシステムでしょう？疲れたら休むんじゃないくて「愛情一本！」という愛情もへったくれもない台詞が出回っているのですから。本当に愛情があるのだったら、実際に休む事が出来るかどうかはさておき「今日一日くらい休んだら？」と言えるのが本当だと思えるのですが。でも、そうしたらコマーシャルとして成り立たないか。

閑話休題。

そんな時、私はインターネットで検索しまくりました。健康食品サプリメント関係について。で、ある一件のお店に目が留まりました。そこで取り扱っている商品がとてつもなく効きそうだったからなのです。

それは「完全無農薬の有機栽培で育てた、たくさん種類の食品を安全な工場で粒子状に加工した、人に優しいサプリメント」なのだそうです。口上によりますと、他社の商品は「人工的に加工されたいわゆる、生命エネルギーの伴っていない不完全な代物」なのだそう。

でも、値段が高い！

しかしながら、それは「無農薬」「有機栽培」などなどの理由でそうだったらしい。

うーん・・・。

では体験者の声とやらを読んでみましょうと、そう思い。「飲んだ次の日から、朝起きるのが楽になりました！」「睡眠時間は四時間くらいで大丈夫です！以前は八時間は必要だったのに」「二日酔いがなくなりました」「考え方が前向きになり、仕事がつらくなくなりました」

素晴らしい！

そうなのか、今まで飲んでいたサプリメントは「人工的」で「栄

バイバイ、サプリメント。

養は満たされていても生命エネルギーとしては不完全」だったから、あまり効果はなかったのね！と・・はい。私は騙されましたよ、完全に（失笑）。

もう、届くのが待ちきれませんでした。私は生まれ変わるのだと、しょっぱい位の勘違いをしておりましたとも。

そして、飲み始めて次の日・・寝坊しました。まあ、次の日だしね。三日くらいは続けないとね・・で、三日後。変わりなし。あれ、おかしいなあ・・一週間くらいは続けないとね・・で、一週間後。相変わらずの日々。

一ヶ月は必要なのかも、私の場合はね・・変わりなし。うそ〜ん、真面目に飲み続けていたのに、一向に変わらんやんけ！そして注文した一瓶がなくなってしまうました。さて、どうしよう。

そこでやめるのが賢い人だと私は思う。だが残念だが、私は賢くなかった。そんな賢くない私が考えたのが「お肌だつて、ターンオーバーだつてのがあるもんね、一ヶ月以上使ってみて化粧品も効果があるつて、よく聴くし」なのだった。正に、中途半端な知識ほど身を滅ぼすものはないつて、この事。

効果があると疑わず、値段の高いそのサプリメントをさらにもう一瓶買った私。そして、真面目に飲み続けた私。

そして、その瓶がなくなる頃私はやっと悟ったのでした。こんなものには、なんの効果もない！のだと。

そこで、やっと気がつき買うのをやめました。ですが、個人情報だつてのはいやおうなしにダイレクトメールを舞い込ませるものでもあります。

生命エネルギーは他社とこのくらい違いますよ、という怪しげな写真つきだつたり。素晴らしきお客様の声だつたり。そのうち、だんだん疑わしい方向へと向かっていったのです。

バイバイ、サプリメント。

ジャンクフードを食べても、これを飲んでさえいれば栄養的に大丈夫！・・・そんなわけはないでしょう。いくらなんでも、素人でも分かるよ。そして、究めつけがこれだった。

新発売！新登場、波動グッズ！

そつち系かよ！

効果があるんだかどうか分からない代物に、私はお金を払ってしまったよ・・・ごめんね、旦那。もうしないから許しておくね、と心の中で謝る私（話したら怒られる）。

そして、後に私は知るのです。

無農薬野菜が必ずしも「安全」とは言いがたいものであるということ。どうやら植物っていうのは、虫に喰われたりすると「毒性の強い物質」を分泌するものがあるらしいのね。野菜も例外ではなくて。その毒性ってのは、農薬よりもはるかに強いものらしいわけ。

農薬を掛けられていると、野菜は虫から守られているから「物質」を出すのを控えめにするらしいのだけど、無農薬だと自分を外敵から守らなくちゃいけないからガンガン出すのだったさ。えええ？

そんなの初めて聞いたよ、と言うと、とある農業関係者は「常識だよ」と言うのでありました。ちなみに「今は残留農薬にすごく厳しいから、体に悪い農薬とか、大量に撒き散らすなんて恐ろしくて出来ないよ。出荷出来なくなったら大損害になるし、大変なもの」なのだそう・・・。「大体昔と違って、今の農薬なんかちょこっと飲んだ位じゃ腹壊す程度のものがほとんど、死にやしない」って、実際に試す気にはならん情報をありがとうございます。

うつつ、健康情報って、どこまで信じたらよいか分からなくなりましたよ。

バイバイ、サプリメント。

考えてみたら、完全に安全な食べ物って、この世には存在していないのかもしれないなあ、なんて思う今日この頃なのであります。なぜなら、「人間に食される為に生きている生物は存在していない」からなわけで。

野菜だつて、自分を守らなくちゃならないんだもんね、喜んで食べられてはいるはずないんだものね。

「食育」って言葉は苦手だけれど（なぜなら料理が苦手だからさ）、人は他者の命を頂いているのだという・・・こういう気持ちを持って感謝して食事するってことは大事なのかもしれないなあ、としみじみ考えさせられました。

ちなみに。

今回学習したこと。「無農薬」「自然」「天然」「ロハス」などなどの美しい宣伝には気をつけなくちゃなあ、と思いました。やっぱりね、「宣伝」だからね。

言われましたです、「天然痘って、天然だけど有害だろう？そばアレルギーの人が百パーセント無農薬のそば粉を使ったおそばは食べられないだろう？」・・・そうなんですな。

以前、実家の祖母が近所の人に誘われて、とあるオープンしたての自然食品のお店に行つて、講演会とやらを聴いたそうなんです（その時点でなんか怪しい）。で、チラシと数十名様にだけ配られるという「特別な卵」をもらつてきたのでした。

彼女はニコニコして家族に言つたらしい（私は嫁に出たので、その状況は分からない）。

「これはね、卵アレルギーの人でも食べられる、有機なんかの餌で育てられた鶏の卵だよ！」

一瞬、シーンとなる家族。そして。

「そんな訳ないでしょ？」

「そんなインチキな所に行くな！」

バイバイ、サプリメント。

などなど、一斉に罵倒されたのだそう。彼女は言いました「体にいいと思ったのに」と。

アレルギーという言葉自体が存在しない大正時代に生まれ、戦後をたくましく生き抜いた彼女。まさか平成の世になって、こんなわけわからん事態が来るとは思いもしなかったでしょう。

家族を想い、店までの道を「先着数十名様」に間に合うようにと、お年を召した体で一生涯懸命に歩いたのに。

卵、普通に美味しかったよ・おばあちゃん。おすそ分けしてくれて、ありがとうね。一緒に見せてくれたお店のチラシには正直笑っちゃったけれどね。

健康情報って、正しい目で見るって本当に難しいですよ。

生きる時代による、人つまり体質による、考え方と思想による・あとそれから、味の好みによる。

なるべく病気になりたくないし、できるだけ安全なものをお願いながら・それでも、情報を疑う目を持たなきゃならないのだなあ、難しいなあ・と。

娘のお昼寝の寝顔を見つつ、腹の中の子の胎動を感じつつ。

サプリメントに頼らずウォーキング位しろ、と自分突込みをしなからも。

へっぽこなオカンは中途半端な知識で、栄養価はあるんだろうかと実は疑いながら、今日も晩御飯にや やの雑穀米を炊き始めるのでした。

おしまい。

バイバイ、サプリメント。

バイバイ、サプリメント。

広告募集中

小説関連広告に最適です。
出版社や印刷会社はもちろん、
個人の広告でもOK

縦：140mm 横：110mm

詳しくは PDF 小説ネット広告募集をご覧ください。

PDF小説ネット発足にあたって

PDF小説ネットは2007年、ルビ対応の縦書き小説をインターネット上で配布するという目的の基、小説家になるうの子サイトとして誕生しました。ケータイ小説が流行し、最近では横書きの書籍も誕生しており、既存書籍の電子出版など一部を除きインターネット関連＝横書きという考えが定着しようとしています。そんな中、誰もが簡単にPDF形式の小説を作成、公開できるようにしたのがこのPDF小説ネットです。インターネット発の縦書き小説を思う存分、堪能^{たんのう}してください。

この小説の詳細については以下のURLをご覧ください。
<http://ncode.syosetu.com/n0131c/>

バイバイ、サプリメント。

2008年11月7日06時32分発行