



坂東玉三郎さんの健康の秘訣

水素生活、始めませんか？

日々の食事や生活にこだわり、健康的な美しさを保っていらつしやる
女形歌舞伎俳優・坂東玉三郎さんばんどうたまきさぶろうに、その秘訣を教えてください。

撮影／岡本隆史 デザイン／澤田翔（H.D.O.） 構成／新居典子

皆様により素晴らしい舞台を

お届けするために、まずは自分自身の
健康管理を大切にしております。

水素を生活に取り入れて、今年で

3年目になります。肌艶もよくなり、

白粉のりがよくなったような

気がします。風邪をひきにくい体質
になったのも有り難いことです。

坂東玉三郎

最高峰の女形として、より完成度の高い舞
台を目ざすため、まずは自身の健康管理を
して、日々の食事や生活リズムにも気遣う坂東
玉三郎さん。健康への意識が高いことで知ら
れる玉三郎さんが注目したのは水素でした。

人は酸素を吸って生きていますが、体内に
余分な活性酸素が溜まると、生活習慣病にか
かりやすく、老化を促す原因になるといわれ
ています。そこで、酸化力の高い水素で体
内の活性酸素除去を促し、アンチエイジング
や健康維持に繋げるというわけです。

「水素を生活に取り入れて今年で3年目にな
ります。まず手軽なサプリは、朝昼晩で1
日3錠、6錠飲んでいきます。それから、水素
吸入器を自宅に1台と、長期滞在することの
多い宿泊施設に1台常備しています。1日約
30分〜1時間、パソコンなどデスクワークを
したり、電話で喋りながらでも吸入できるの
で、楽に続けられます」

水素吸入器は空気清浄機ほどの大きさで、
水素と酸素が混ざった気体をつくり出す装
置。この気体をチューブで鼻から吸入します。

「私の場合、年齢的なものだと思いますが、
気分が落ち込むことがありましたが、その気
鬱うつもなくなりました。肌の艶つやもよくなり、白
粉おしろいのりがよくなったような気がします。それ
から、風邪をひきにくい体質になったのも有
り難いことです」



コンパクトサイズの
水素発生・吸入器
リビングにも置ける空気清浄機
ほどのサイズ（W45×D30×H46
cm、20.6kg）の水素吸入器「OPS
HYDROGEN GENERATOR
OHG-PRO」。参考価格350万円。



水素生活を応援する
手軽なサプリメントから
左/水素サプリメント「遵」8,000
円、右/水素に高密度濃縮殺菌乳
酸菌EC-12を配合した水素サブ
プリメント「遵プラチナ」15,000円。
各90カプセル入り。

問い合わせ先/オプス

☎03・5244・9781 Fax03・5244・9782 <http://opsinc.co.jp>