건강 배달 48년

~1978~

Magnus News

11월

2026.Vol-561



여러분들의 사랑을 받고있는 오리지날
「건강 캘린더—2027」를 이번달부터 **Present** !

●크리스마스 기프트 세일이 시작되었습니다. 11월,12월만의 특별 셋트입니다. 크리스마스 기프트에 최적의 선물을 이번 기회에 구입하시면 주변 친구들이나 이웃들에게 고마움을 전할수 있습니다.

●이번달 스페샬은「GinkCoQ10Max」입니다. 이번에 구입하시는 분들께 냉증이나 혈행을 좋게 하고싶으신 분에게 아주 도움이 되는「Super Garlic Plus」을 40정/20일분（$27상당）을 선물 !

Xmas스페샬

A 내츄럴 비누2개



$20

B 내츄럴 비누 3개(박스 포함)



$30

C 내츄럴 비누와 핸드&네일 크림



$20

D 핸드&네일 크림 3개 셋트



$30

미용 성분 듬뿍
핸드&네일 크림

11월 스페샬

★「GinkCoQ10Max」를 구입하시는 여러분들께「Super Garlic plus」을 약1개월분($27/40caps)」을 선물 ! 단, 한분에 하나만입니다.

★「GinkCoQ10Max」5개 구입하시는 분 들께는 깅코코큐텐맥스 하나와「Garlic plus 」 약 1개월분 ($27/40caps)」선물 !

SRP$84 /90tablets



GINKGO CoQ10 MAX

SRP$84 /90tablets

CoQ10, 은행잎을 비롯해부족하기 기 쉬운 영양소를 최고의 비율로 배합했습니다. 심장, 기억 력, 눈이 걱정되시는 분, 혈관을 튼튼하게 하시고 싶은 분들은 꼭 드시기를 권합니다. CoQ10은 심장 건강, 은행잎은 뇌건강을 위해서, DHA, 루테인은 눈의 건강에 아주 도움이 됩니다.

SUPER GARIC+

●무취 갈릭 ●킨토키 생강 ●재첩 엑기스 ●오키나와 강황, 비타민C ,비 타민B1을 배합했습니다. 또한 갈릭 의 흡수력을 높이기위해서 독자적인 제법으로 유효 성분만을 추출, 해독, 혈행 촉진에 도움이 됩니다.



SRP$40/60capsules

E 티트리 샴푸 바

건강한 두피와 머리카락을 위해서 ! 탈모 방지!

$12



또하나, 스페샬 **Present!**

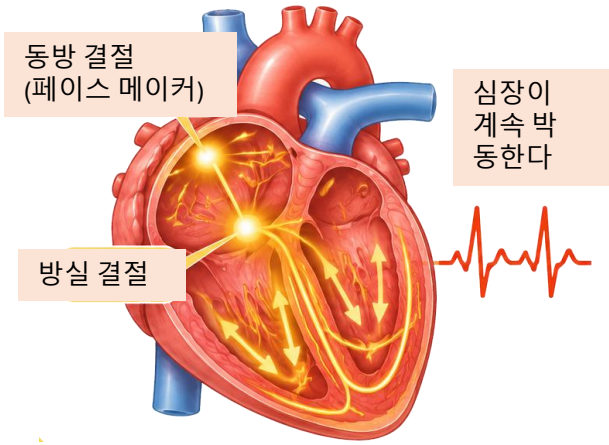
이번달 **$150이상** 구입하시는 분들께 M Lotion(SRP $48)을 선물!

★중요 성분
*온천수:피부가 먹는 미네랄로 탄력과 보습, 밝은 피부톤
*플라센타(태반):아미노산,단백질,미네랄등이 포함되어 주름방지 미백, 노화 방지
*칡뿌리 엑기스:피부 탄력과 노화 방지
*히알루론산: 보습
*콜라겐:피부탄력, 주름 방지



SRP $48 / 180ml

심장은 스스로 계속 움직인다



심장에는 약 100억개의 세포가 있다고 합니다. 그중 99%는 심근세포이고, 나머지 1%는 동방결절(페이스메이커 세포)입니다.
이 페이스메이커 세포는 전기 신호를 발생시키고, 방실결절을 중계 지점으로 삼아 심근세포들에게 '움직여라'라는 명령을 내려 전신으로 혈액을 내보냅니다.
따라서 뇌사 상태가 되어 다른 모든 장기의 기능이 멈추더라도 심장만은 계속 박동할 수 있는 것입니다.
다만, 뇌사 상태에서는 스스로 호흡할 수 없기 때문에 인공호흡기 등을 통해 산소 공급과 혈액순환이 유지되지 않으면 결국 심장도 멈추게 됩니다.

【CoQ10 이란 무엇인가？】

코엔자임 Q10(CoQ10)은 우리 몸의 세포가 에너지를 만드는 데 필요한 성분인 보조효소입니다.특히 많은 에너지를 필요로 하는 심장, 뇌, 근육 등에 많이 존재합니다.세포 안에는 미토콘드리아라는 소기관이 있는데, 이곳은 에너지를 만들어 내는 발전소 역할을 합니다.
CoQ10은 이 발전소가 에너지를 생산하는 과정에서 중요한 역할을 하는 성분입니다.특히 심장은 24시간 쉬지 않고 계속 움직이기 때문에 많은 에너지가 필요합니다.



CoQ10의 중요한 역할

1. 에너지 : 세포내에서 에너지를 만드는데 필요.
2. 세포를 지킨다 : 세포를 산화에 의한 손상으로부터 지킨다.

【CoQ10의 감소 원인？】

코엔자임 Q10(CoQ10)은 체내에서 생성되지만, 비타민이나 미네랄 부족, 노화 등의 영향으로 생성량이 감소할 수 있습니다. 특히 40~50대를 전후로 생성량이 급격히 줄어든다고 합니다.
심장의 경우, 코엔자임 Q10의 양은 20대에 정점에 도달하며, 40대에는 약 30%, 80대에는 60% 이상 감소하는 것으로 알려져 있습니다. 심장은 이러한 변화가 특히 두드러지게 나타나는 기관이므로, 보충제 등을 통해 보충하는 것도 하나의 방법입니다.
코엔자임 Q10이 감소하면 에너지 생산량이 줄어들기 때문에 피로, 근육통, 두근거림, 숨 가쁨 등의 증상이 나타날 수 있습니다.



【CoQ10은 무엇으로부터 만들어지나？】

코엔자임 Q10(CoQ10)은 주로 간 등의 세포 안에서 식사를 통해 섭취한 영양소를 원료로 만들어집니다.
음식으로도 보충할 수 있지만, 식품에 함유된 양은 그리 많지 않습니다.현재 판매되는 코엔자임 Q10 보충제의 대부분은 효모 나 미생물을 이용한 발효 공법으로 제조됩니다. 천연 식품에서 대량으로 추출하는 것이 아니라, 미생물이 코엔자임 Q10을 생 성하도록 한 뒤 이를 정제하여 제품으로 만드는 방식입니다.

심근세포는 평생 계속 사용하는 걸까?

놀랍게도 성인의 심근세포는 1년에 약 1% 정도만 새로운 세포로 교체된다는 연구 결과가 있습니다. 게다가 이러한 교체 비율은 나이가 들수록 낮아집니다.
즉, 태어날 무렵부터 존재했던 심근세포 중 일부는 수십 년 동안 계속해서 일하고 있다는 뜻입니다.
다만, 심근세포 자체가 교체되지 않더라도 세포 내부에 있는 단백질이나 미토콘드리아 등은 복구되고 새롭게 교체됩니다.

그렇기 때문에 심장은 소중합니다!

심근경색 등으로 심근세포가 대량으로 죽어 버리면, 새로운 심근세포로 충분히 보충할 수 없습니다. 손상된 부분은 주로 섬유성 조직(흉터 조직)으로 대체되며, 원래처럼 수축하기 어려워집니다.

심장 근육은 쉽게 새롭게 재생되지 않습니다. 그렇기 때문에 심근세포 하나하나가 건강하게 계속 기능하는 것이 중요합니다.

오랜 세월 동안 계속 일하기 위해 많은 에너지를 필요로 하는 심근세포. 이러한 에너지를 만들어 내는 과정에 필수적인 성분이 바로 **CoQ10(코엔자임 Q10)**입니다.

—하루에 필요한 코엔자임Q10양

하루에 필요한 코엔자임Q10은 성인의 경우 약60~100mg이라고 합니다. 단 연령과 식생활, 컨디션에 따라 다릅니다.

Ginkgo CoQ10 MAX

SRP$84 /90tablets

GinkgoCoQ10Max 3정으로
CoQ10を75mg섭취할수 있습니다.



CoQ10을 비롯해 부족하기쉬운 영양소를 적절한 비율로 배합했습니다. 심장, 기억력, 눈 건강이 걱정 되시는 분들께 필요한 영양소 입니다.



Mr. Torii's Message

Kinichi Torii

저녁 5시만 되면 주변이 온통 깜깜해집니다.
기후만 놓고 보면 가을을 가장 좋아하지만, 요즈음처럼 일찍 어두워지면 왠지 마음의 문을 닫게 되는 것 같고 쓸쓸함이 느껴져 싫습니다.
그런데 한여름의 그 무더위는 다 어디로 사라진 걸까요?

요즘 감기에 걸린 사람들을 많이 봅니다. 감기는 만병의 근원 이라고 하니, 일찍 대처하는 것이 좋겠습니다. 감기에 걸릴 것 같으면 몸을 따뜻하게 하고, 과음이나 과식을 피하며, 일찍 잠자리에 드는 것이 좋습니다. 그렇게 하면 대부분은 회복됩니다.
제약회사에서 가장 많이 팔리는 약은 감기약이라고 합니다. 약으로 치료하기에 앞서 충분히 휴식을 취해 보십시오. 친하게 지내는 한 의사로 부터 "감기로 병원에 오는 환자는 봉이나 다름없다"는 말을 들은 적이 있습니다. 물론 약은 감기 증상을 완화하는데 도움이 됩니다. 그러나 충 분한 휴식 없이는 완쾌될 수 없습니다.

저는 감기에 대해 상당히 예민한 편입니다.
첫째, 감기에 걸렸다는 것은 체력이 떨어졌다는 증거라고 생각 합니다. 그래서 저는 평소의 생활 습관을 되돌아봅니다. 반드시 원인을 찾을 수 있기 때문입니다. 둘째, 다른 사람에게 감기를 옮기지 않도록 신경 씁니다. 특히 아기나 노인에게 감기를 옮기지 않도록 주의합니다. 감기를 옮긴 상대방이 폐렴에 걸려 사망하는 경우도 있을 수 있기 때문입니다. 감기 때문에 회사에 결근하고 병원에 다녀온 뒤, 시간이 남는다는 이유로 서점이나 카페등에서 시간을 보내는 사람들이 있는데 그건 병을 키우는 일입니다. 초기 감기는 약으로 치료해야 하는 병이 아닙니다. 휴식이야말로 가장 좋은 약입니다.

고향 시즈오카에서 열린 졸수(90세)기념 동창회, 10월7일 , 제 고향인 시즈오카에서 고등학교 동기들의 졸수를 축하하는 동창회가 열려 참석했습니다. 참석자는 33명이었습니다.2년 전, 88세인 미수일때는 62명이 참석했고, 그보다 8년 전에는 120명이 참석했습니다. 같은 해에 졸업한 동기생이 약 370명이었 으니, 이제는 참석자가 전체의 10%에도 미치지 못하는 셈입니다.
졸업한 뒤에도 줄곧 친하게 지내 온 친구는 한 명도 남아 있지 않았 습니다. 참으로 쓸쓸한 일입니다.

인체의 장기로 따지면 심장은 약 150세까지도 세포가 활동할 수 있다고 합니다. 뇌는 몇 살까지 기능할 수 있는지 정확 히 모르겠지만, 인간이 120세까지 생존할 수 있다는 사실은 입증되어 있습니다. 하지만 현실적으로는 90세가 수명의 한계처럼 느껴집니다. 90세까지 생존하는 여성은 50%, 남성은 25%라고 합니다. 그렇다면 그 중 몇 퍼센트나 다른 사람의 도움 없이 불편함 없이 생활할 수 있을까요?
저는 80세 무렵까지 음식에는 최선을 다해 신경 써 왔지만, 운동과 수면은 소홀히 했습니다. 다른 사람에게 폐를 끼치지 않기 위해 운동과 수면 습관을 개선하려고 조금씩 노력하고 있습니다.

다른 이야기로, 미국에 사는 친구의 소개로 일본에 거 주하는 마쓰야마 신노스케라는 사람을 만나게 되었습니다. 그는 일본항공(JAL) 직원으로 미국에 주재했던 분입니다. 현재는 일본에서 작 은 출판사를 운영하면서 지역 활성화를 돕는 활동을 하고 있습니다. 그분으로부터 『우리는 어떻게 살아야 하는가』 라는 책을 선물 받았습니다. 30분도 채 걸리지 않을만큼 짧은 책이지만, 그 내용은 충분히 곱씹어 볼만 합니다.

현재 세계는 혼란 속에 있습니다. 그중심에 미국을 빼놓을수가 없다고 생각합니다. 옳고름을 떠나 적어도 강대국의 품위는 잃지말아야한다고 생각합니다. 마쓰야마씨가 쓴 책의 핵심 메시지는 바로 침묵은 곧 동 조다!라는 것입니다. 마틴 루터 킹 목사는 과거에 다음과 같은 취지의 말을 했습니다. "가장 큰 비극은 악인의 압제와 잔혹함이 아니라 선한 사람들의 침묵 이다."세상이 흘러 가는대로 어쩔 수 없다고 체념할 것인가, 아니면 조용히라도 행동에 나설 것인가? 이제는 우리모두가 진지하게 생각해 보아야 할 때라고 생각합니다.

베트남의 어린이 교육과 식생활 개선 사업

마그나스 베트남(Magnus Vietnam)의 사장은 일본 국제 협력 기구 (JICA) 와 협력하여 어린이 교육과 식생활 개선 사업에 우선적으로 힘을 쏟겠다는 의욕을 보이고 있습니다. 저도 그 사업을 응원 하고 싶습니다. 얼마 전에는 베트남의 달랏이라는 도시에서 그곳에 거주하는 어머니와 자녀등 약 20명이 모여 카레라이스를 만들어 먹었다는 소식을 들었습니다. 반응이 무척 좋았다고 합니다. 베트남에서는 카레가 그다지 대중적인 음식이 아니라고 합니다. 영양가도 높은 음식인 만큼, 언젠가는 카레가 베트남에서도 널리 자리 잡게 될지도 모르겠습니다. 이렇게해서 그 모임을 점점 키워 나가 식생활 개선에 도움을 줄수 있었으면 좋겠습니다.

이번 마그나스 뉴스 주제는 '혈액' 입니다."인간은 혈관과 함께 늙는다" 라는 말이 있습니다. 우리의 혈액에는 과거와 비교해서 해마다 여러 성분이 늘어나고 있습니다. 이는 환경이나 음식으로 부터 유래한, 본래 혈액을 구성하는 성분이 아닌 불 순물이 증가했기때문이라고 합니다. 신선한 채소와 과일을 섭취하고, Royal Green Silk로 산성화된 혈액을 정화하시기 바랍니다. 또한 깅코 코큐텐 (Ginkgo CoQ10)으로 혈액순환을 원활하게 하면 건강을 한층 더 향상시킬수 있습니다.

건강을 유지하는 것은 매일의 작은 노력이 쌓여 이루어 지는 것입니다. 뇌에는 가느다란 실보다도 더 가는 혈관들이 존 재합니다. 또한 치매를 예방하기 위해서라도 EYE SUPPORT 를 꼭 드시기 바랍니다. 그것에 포함한 GABA는 뇌를 편안하게 하고 스트레스에 도움이 됩니다. 치매 발병 연령은 해마다 낮아지고 있습니다. 그 원인은 눈을 지나치게 혹사하는데 있다고 합니다. 눈의 피로는 뇌의 피로와 직결됩니다. 눈과 뇌를 보호하기 위해서는 젊을 때부터 세심하게 신경을 쓰는 것이 중요합니다.

MAGNUS ENTERPRISES, INC.
22301 S. Western Ave., Suite 104 Torrance, California 90501

This material is not intended to be interpreted as a diagnosis or prescription in any way. Information provided herein, for example, references to herbs as to their historical uses, may not be used as a substitute for professional advice or as an alternative to professional medical treatment. MAGNUS ENTERPRISES, INC. does NOT directly or indirectly dispense medical advice or prescribe the use of herbs as a form of treatment or assume responsibility if you choose to prescribe for yourself without your physician's approval.

FIRST CLASS MAIL

《Ginkgo Coq10 후기》



◆몸이 많이 약해 멀리 여행 가는 것도 별로 좋아하지않고 항상 집에 있는 것을 좋아했습니다. 그런데 친구가 비타민 대신에 깅코를 먹어보라고 해서 좀 비싸긴 했지만 먹기 시작한지 꽤 지났습니다. 얼마전 일본 여행도 다녀왔고 지인인 닥터로부터 깅코 코큐텐의 성분이 아주 좋다고 계속 먹어라는 말을 들었습니다.
저는 정말 깅코가 좋습니다.



Hawaii

◆저의 아들은 30대초반인데도 편식이 심한탓인지 체격도 좋은 편인데 늘 피곤하다는 말을 달고 살았습니다. 그래서 비타민을 먹어보라고 하면서 깅코를 사다주었습니다 . 3개월 정도 먹더니 괜찮은 것같다고 계속 먹고 있습니다.
하루에 3알 먹는다네요.



Y.T (Los Angeles)

◆저는 장시간 컴퓨터 사용하는 일을 하고 있습니다. 그때문에 눈이 쉽게 피곤 하고 두도 있어 괴로운 매일을 보내고 있었습니다. GINKO COQ10 Max를 먹고나서부터 아침에 2알, 저녁에 2알을 매일 3개월정도 먹었더니 두통이 현저하게 나았습니다.
가족들로부터도 요즈음 진통제 먹는 양이 많이 줄었다고 했습니다. 그 동안 시력 정기 검사도 했었는데 검안의 말로는 시력이 약간 좋아졌다면서 새로운 안경이 필요할 거라고 했습니다. 이런 일도 있나요?! 새로운 안경으로 했더니 눈이 정말 편했습니다. 어떤 것이 이런 효과를 가져왔나 싶어 Coq10max의 팜플렛을 자세히 봤더니 내용 성분이 모두 저에게 꼭 필요한 것이라는 생각이 들었습니다.

Sizue 65 (HI)

◆매일 강아지와 몇번씩 산책도 해서 건강하다고 자부하고 있었습니다. 그런데 2~3년 전부터 산책 도중에 심장이 두근거리는 증상이 나타나기 시작해 병원에 갔더니 부정맥이라는 진단을 받았습니다. 코엔자임 Q10을 권유받고, 마그나스의 깅코 CoQ10 을 매일 빠짐없이 3알씩 먹기 시작했습니다. 이제 곧 1년이 되어 가는데, 지금은 심장이 두근거리는 증상도 없고 피로감도 느끼지 않아 안심하고 강아와 산책을 즐기고 있습니다. 정말 감사합니다.



H. Yamamoto, 72, Tokyo

◆최근 들어 갑자기 건망증이 심해지고, 가끔 머릿속도 혼란스러져워서 치매가 시작된 건 아닌지 걱정이 되었습니다. 인터넷에서 찾아보니 은행잎 추출물이 좋다고 해서, 마그나스의 깅코CoQ10 맥스를 복용하기 시작했습니다.
첫 한 달 동안은 매일 4알씩 먹었고, 두 번째 달에는 3알로 줄였습니다.극적인 변화가 있는 것은 아니지만, 머릿속이 혼란스러운 증상이 사라지기 시작했습니다.게다가 산책할 때 느끼던 숨이 차는 증상까지 없어져서 정말 큰 도움이 되고 있습 니다.



Cathy Kim, 69, Oregon

◆심근경색을 앓은 지 7년이 되었습니다. 그 이후로 식단에 신경을 써 왔는데, CoQ10이 심장에 좋다는 사실을 알고 바로 복용하기 시작했습니다. 덕분에 체력도 좋아지고, 운동도 꾸 준히 할 수있게 되었습니다. 깅코 CoQ10 맥스에는 은행잎 추출물과 영지버 섯, 비타민, DHA도 함유되어 있다고 하니, 뇌 건강을 위해 도 이 제품만큼은 앞으로도 계속 복용할려고 합니다.

M Ogi, 57, Toronto