

野菜スープ体験者の声

【体験者の声】

野菜スープに取り組まれて
3ヶ月以上の方の体験談です。

左乳ガンの全摘手術をして、大きく切除しまして五時間半ほどの手術時間でしたが、とても経過が良く、一週間ほどで退院できました。先生も早い退院ですね、と言ってもらえました。

左胸の切除とあわせて、脇の下のリンパを取っているので、腕が浮腫まないように腕のマッサージと腕の可動域が戻るようにリハビリ体操をしています。

基本の野菜に加えるものは、味がよいので、セロリを少量、きのこ類は二種以上、あとは季節の野菜を冷蔵庫に有るものを二種以上いれます。いろんな野菜をいれるとダシがでて美味しいためです。病気の為というより、楽しんで食べられるように、味重視で作っています。

【体験者の声】

野菜スープに取り組まれて
6ヶ月以上の方の体験談です。

抗がん剤治療後は便秘気味になるのですが、それ以外の時はものすごく気持ちよく排便がある

基本の野菜に季節の野菜、きのこ、昆布、たまに鳥手羽元などを加えています。

【体験者の声】

野菜スープに取り組み組まれて
6ヶ月以上の方の体験談です。

顔のくすみが取れてきたような気がします。それから野菜嫌いの夫の顔は昔から脂ぎっていたのですが、最近はそれも改善されてきたように感じます。基本の野菜に舞茸、小松菜、にら、ゴーヤ、粉末の干し椎茸などを加えています。

【体験者の声】

野菜スープに取り組み組まれて
1年以上の方の体験談です。

ガン闘病で胃の具合が悪くて食欲がない時でも、野菜スープだけは飲みたいし、飲めるし、飲むとホッとします。

基本の野菜にトマト、数種類のキノコ、小松菜やほうれん草やブロッコリー、青梗菜などの緑の野菜は必ず入れています。その時の気分でヨモギ粉末、昆布粉末。ポタージュスープが好きだし冷凍できるので、ハンドブレンダーでポタージュスープにしています。

味付けはしませんが、たまに豆乳と少量の塩を入れたポタージュスープにします。

【体験者の声】

野菜スープに取り組み始めて
1ヶ月以上の方の体験談です

野菜の優しい味に癒されます。酷い便秘でしたがかなり改善されました。ただ、抗がん剤治療後は厳しいですが・・・

基本の野菜にゴーヤ、しそ、エリンギ、大豆、はちみつなどを加えています。

【体験者の声】

野菜スープに取り組み始めて
6ヶ月以上の方の体験談です

いつもありがとうございます。抗がん剤治療と同時にスープを始めたので効果はよくわかりませんが、現在再発することなく、抗がん剤治療の辛さが酷くないのは野菜スープのおかげだと思っています。乳酸菌と野菜スープを続けていきたいと思っています。

基本の野菜に大豆、小豆、生姜、ニンニク、キノコ類、青紫蘇、パセリ、ケール、パプリカ、蓬の粉などを加えています

【体験者の声】

野菜スープに取り組まれて
3ヶ月以上の方の体験談です。

便通が良くなって、血圧が下がり20年間飲んでいた高血圧のクスリを止めています。

基本の野菜にキノコ類、豆類などを加えています。

【体験者の声】

野菜スープに取り組まれて
3ヶ月以上の方の体験談です。

瞼の上に来た茶色のシミが、今まで化粧品や皮膚科の薬など何をやっても薄くならなかったのに、野菜スープを毎朝飲むようになったら色が薄くなっています。

基本の野菜に舞茸 セロリ トマト その他冷蔵庫のある残り野菜を加えています。

【体験者の声】

野菜スープに取り組まれて
1ヶ月以上の方の体験談です。

食事をほぼ取れない状態だったのですが、野菜スープを始めたところ、胃腸への負担もなく便通も良くなり、他のものも少しずつ食べられるようになってきました。

【体験者の声】

野菜スープに取り組まれて
6ヶ月以上の方の体験談です

抗がん剤治療後は便秘気味になるのですが、それ以外の時はものすごく気持ちよく排便がある

基本の野菜に季節の野菜、きのこ、昆布、たまに烏手羽元などを加えています。
野菜スープ以外の食事は玄米を主食にしています。注意していることは甘いものをなるべくとらない・早く寝る・体を動かすことです。

【体験者の声】

野菜スープに取り組まれて
1年以上の方の体験談です。

抗がん剤の副作用が軽くて済みました。ホルモン治療を始めてまもなく1年になりますが副作用を全く感じないです。肌が綺麗になりました。
乳癌ステージⅢリンパ節転移あり。手術、抗がん剤治療、放射線治療を経て現在はホルモン治療中。毎朝の野菜スープで身体がリセットされ、癌であった事を忘れる程、元気に心穏やかに過ごせております。野菜スープLINEで、効果を実感された方々の声が聞けてとても励みになり、野菜の種類等も参考になっております！

野菜スープはキャベツ、玉ねぎ、にんじん、セロリ、カボチャ、トマトを基本に、今の時期はインゲンやゴーヤを入れてます。

【体験者の声】

野菜スープに取り組まれて
6ヶ月以上の方の体験談です

乳ガン治療後、コレステロール値が年々上がり続けたのですが、野菜スープを始めて6ヶ月頃の検診では、初めて数値が少し下がりました。
基本の野菜にきのこ類、大豆の水煮、季節の野菜を加えています。