

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	1年以上	便通が良くなった。 出して身体の中がキレイになってきたので、肌の色も良くなってきました。	残念ながら私は感じませんでした。	スープのみ飲んでいる	ゴーヤ(夏に乾燥させて冷凍保存している。) ショウガ ニンニク ここまでは絶対に入れる。 後は季節の野菜わ根野菜です。	ありません。 作る事も面倒だと感じずコツコツ続けています。	1つの光になりました。 苦しい苦しい抗がん剤中も『この野菜スープが私の抗癌作用してくれる。』 と思って飲んでいました。 何かにすがりたい一心でしたので気持ちが少し楽になり嬉しかったです。
【結果】	6ヶ月以上	分子治療から今はオブジーボをしていますが、これといった副作用もなく続けられています。 あとは効果がでてくれればいいのですが。。。			きのこ類が多いです。 あとは冷蔵庫にあるものを入れてます。		
【結果】	1ヶ月以内	毎朝排便があり、からだ軽く感じる			玉ねぎ キャベツ かぼちゃ 人参 の他に ブロッコリー、カリフラワー、春菊、ほうれん草の中から1~2種類くらい入れてます		
【結果】	1ヶ月以上	体温が少し上がった、肌にハリが出た気がします。			基本の野菜+玉ねぎの茶色の皮、きのこ類、セロリ、葉物野菜、にんじん、大根、芋、煮干し、昆布など、その時にあるものをなんでも。		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	1ヶ月以内	まだ実感はないです。 初めて1か月内なので。			すみません、基本の野菜も入れれいなくてその時ある野菜でした。ただ南瓜は入れてとても美味しく感じました。後はきのこ出汁昆布と美味しい塩です。		
【結果】	6ヶ月以上	大きな変化はありません	母が抗がん剤治療はじめましたがまだ飲めていません	スープも野菜も食べている	椎茸、トマト、生姜、ブロッコリー 小松菜	ありません	母の抗がん剤治療はこれからのなので、何とか役立てたいと思っています
【結果】	3ヶ月以上	体調が良いと思っていたのですが抗がん剤治療が始まり 投与の度、辛い副作用で入院療養になってしまっています。（血小板の減少、血栓、最近感染症）			きのこ類舞茸など 旬の野菜		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	1年以上	体重が5キロ減った。			玉ねぎ、にんじん、ブロッコリー、さつまいも(有機野菜ではかぼちゃやトマトが旬ではないため手に入らない) 秋川牧園の鳥手羽元を3時間煮込んでとったポーンブロススープをベースに野菜を煮込んでます		
【結果】	1ヶ月以上	今のところはあまり感じていません			加えてはませんが、カボチャなど季節でない時は、季節の野菜に変えています		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	3ヶ月以上	<p>お通じが良くなったように感じています。肌の調子も良くなったように思います。</p> <p>現在入院中。毎日の放射線照射に加え、週イチで抗がん剤治療を受けています。今22日が過ぎましたが、副反応は都度薬で治る程度です。血液の数値は治療前と変わらず、非常に良い状態で治療が進んでいるようです。先生も、すごいな、とおっしゃっていました。</p> <p>抗がん剤はあと2回の予定ですが、このまま順調に無事に終われるように感じています。</p> <p>ちなみに、病棟内ですが一日7~8千歩を歩いています。</p>			今は入院中につき、料理はできませんので缶のスープを飲んでいきます。		
【結果】	1年以上	1.3cmあった肺癌がCTに映らなくなりました。5月にまたCTを撮ることになっています。	抗がん剤はしていませんが、ホルモン剤の副作用は全くありません。	スープも野菜も食べている	きのこ、しょうが、あずき、おおば、海藻、あとはその時々でカブやブロッコリー、小松菜等	作るのが面倒	他の方の経験

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	1年以上	便秘の解消: いつもという訳ではないが、以前より改善した 抗がん剤副作用の軽減: 野菜スープを飲んでいなかったらどうなのか？は分からないが、想定されている副作用と比べると軽く済んでいる			きのこ、セロリ、葉物野菜など (カボチャ、人参などは先にオリーブオイルで炒めてから他の野菜を足して作っている)	特にない	ブログ等で役に立つ情報を得られることが多い
【結果】	1年以上	便通がよくなった。 味覚が薄味に慣れた。 全体的な食生活が菜食に重きを置くようになった。等々	多分楽だったと思う。点滴後4日後には動いていた。 他の人の話を聞くと軽い方だったと思います。	スープも野菜も食べている	キャベツ、玉葱、人参、蓮根、セロリ、キノコ類、豆類	特に無い	食欲の無いときには食べやすく安心できた。
【結果】	今から				1ヶ月ほど前からスタートしてます  玉ねぎ、ニンジン、キャベツ かぼちゃ、さつまいも、セロリ、トマトなど		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	6ヶ月以上	<p>主人の癌治療の為に野菜スープを始めましたとても美味しいですし10種類以上の野菜を使うので身体に良いことをしているという安心感があります</p> <p>今、気になる症状があり 今、大学病院にきています 何もなければ良いのですが。</p>			<p>キャベツ、トマト、ブロッコリー、舞茸、ピーマン、パプリカ赤、黄、玉ねぎ、カボチャ、人参、温泉卵、生姜パウダー</p> <p>たまに*ゴーヤ、カリフラワー、じゃが芋等、</p>		
【結果】	1年以上	<p>お通じが良くなった。 食事を美味しくいただけている。 (野菜そのものの優しい甘みの相乗効果きと)</p>	<p>抗がん剤治療後から始めました。 治療中に始めていたらずいぶん助かったのではと思います。 (味覚障害や食欲不振があったため) 水分補給にもなりますね。</p>	<p>スープも野菜も食べている</p>	<p>旬のお野菜や豆。 たまにカレー粉少々。</p>	<p>特にありません</p>	<p>野菜スープをいただく事で、体調や習慣などの生活のバロメータになります。たくさんの野菜を摂る事が普通になりました。何でも続けることが大事だと実感しています。</p> <p>いつも配信ありがとうございます。 ブログを拝見しており良い結果に心から嬉しく思っています。 今年も嬉しいこと、ワクワクすること沢山の年になりますようお願いしております。</p>

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	3ヶ月以上	ずっと人参ジュースを飲んでいましたが冬は身体が冷えるのとブログを拝見して野菜スープに変えました。 人参ジュースの時も副作用は少なかったですが更に軽減された気がしています。 今強い薬剤を使っており、通常なら半年くらいでしびれなど副作用の蓄積がひどくなり変える方が多いようですが、量は減らしているものの、1年以上続けられています。副作用が抜けるのもスープを飲み出してから早くなったような？通常回を重ねるごとに重くなっていく副作用が軽くなっているような気がして不思議な感じです。 転移があり延命治療中ですが悪化せず過ごせています。			干ししいたげや小松菜など緑の野菜、蒸し大豆。 その時野菜室にある野菜をなるべく種類が多くなるよう入れています。		
【結果】	3ヶ月以上	野菜スープを飲むと味覚が敏感になってるかもしれません。 人工の物でも…今日の体には、これは、大丈夫 こらは、ダメだ…と口に持っていくと何となくわかります			キャベツ、玉ねぎ、ブロッコリー、キノコ、青菜、ニンニク、小松菜、南瓜、生姜粉末、あれば、ゴーヤ		
【結果】	3ヶ月以上	①便通が良くなりほとんど毎日お通じがある。 ②肌の調子がよい。春の花粉症の時期毎年肌が荒れるが今年は全く荒れずむしろしっとりしていた。			ショウガ、ニンニク、旬の野菜何種か		
【結果】	1ヶ月以上	今は抗がん剤を終えたところで副作用少しあり、スープは最近はじめたので効果はよくわかりませんが続けてみるつもりです。			その時々でブロッコリー、カリフラワー、大根、キノコ類色々、セロリ、青菜類		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	6ヶ月以上	便通 肌のつや			ブロッコリー きのこ類 アスパラ イモ類	特にありません	情報収集
【結果】	今から	まだ1週間ほどですが 血圧が少し下がってきたし、痩せてきました			キャベツ、玉ねぎ、にんじん、セロリ、かぼちゃ ゴボウ、しょうが		
【結果】	1年以上	食欲がなくてもスープさえ食べていれば安心するところ。			キャベツ、玉ねぎ、人参、さつまいも、しめじ、えのき、生姜	なし	調味料を無添加に変えた
【結果】	1年以上	便秘がなくなった。 ヘルペスがでなくなった。	抗がん剤の副作用が強くない。 食事がとれている	スープも野菜も食べている	セロリ、季節の野菜（白菜、大根、かぶ、玉ねぎ、小松菜、摘み菜など）10種程度。昆布	沢山の野菜をいれて、一日分を作っています。 （三日間、保管がよければ大丈夫との事ですが、やっぱり、新鮮な方が効果がありそうなので）ですが、濃度が高い様に思います。取りすぎはあるのでしょうか。カリウムは正常です。	笑う事。 病気の夫を支えている私 が、身体も心も健康である 事も、大事だと思います。
【結果】	6ヶ月以上	いままでは朝検温して35度台が結構あったのですが、6月あたりから35度台がなくなりました。 いつも36.4から36.6度位です。 体温が低いより高い方が良いですね。			ブロッコリー		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	1ヶ月以上	水虫になりかけてた矢先に野菜スープ始めたのですが、野菜スープ食べるようになってからは悪化しなくなり症状が治まってしまった。  日常的に起きていた頭痛が和らいだ感じもあり。			基本の野菜が無い時もあるのでその時家にある野菜で調整して作ります。 玉ねぎ・カボチャ・サツマイモを入れてることが多いです。		
【結果】	6ヶ月以上	毎日続けてないのでわからない			キャベツ、たまねぎ	野菜が美味しく感じない	精神的に不安定になるので人となるべく話す
【結果】	6ヶ月以上	抗がん剤を開始する前から飲み始めたのですが、特に変わりなく？元気に過ごしています。			まいたけ、にんにく、生姜。	保存するときに小分けにするか、鍋ごとにするか、、、。 野菜スープを飲んでいるのは私だけなので、一度に作る量をもう少し減らそうか考えています。	運動第一ですね！ 階段を降りる、ということをしています。 登るより筋トレになると聞いたので。これは効果的面です。
【結果】	6ヶ月以上	穏やかな気持ちでいられるようになった。 イライラすることも減ったように感じます。			昆布、椎茸、舞茸、生姜、大根など		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組み始めて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	今から				病気予防の為に野菜スープに取り組みたいです。人参ジュースは約5年間取り組んでいて、ほぼ毎日飲みます。		
【結果】	1ヶ月以上	血圧が正常になった。 便秘が少しずつ改善された。			しいたけ、えのき、じゃこ、大根、小松菜		
【結果】	6ヶ月以上	薄味に、慣れた			基本だけです。	毎日は、大変なので、3日ぐらいまとめて後は、冷蔵庫に、大丈夫かなと思いつながら不安。	肉食から野菜魚中心に変わってきた
【結果】	1ヶ月以上	腸の調子が良く、便通が良いです。 抜け毛の量が減りました。			セロリ,キノコ類,大根,ごぼう,れんこん,トマト等ローリエも1枚加えています。		
【結果】	3ヶ月以上	白血球や血小板の値が下がらなくなった。 体のダルさがなくなった気がする。	白血球や血小板が下がらなくなった。	スープのみ飲んでいる	最初は作っていたが、今は市販の野菜スープを使っています。	野菜スープを作るのに野菜が余り微妙な量が残ったり、副作用で冷たいものを触るのが苦痛なので、野菜を刻むのが苦痛です。	この野菜スープLINEも役に立っています。ありがとうございます。