

	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ながら困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	6ヶ月以上	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			季節の野菜、きのこ、昆布、たまに鳥手羽元		
【結果】	3ヶ月以上	特にありませんが、抗がん剤で気持ち悪い時も野菜スープは喉を通りやすく残すことはありません。			セロリ、小松菜、大根、ブロッコリー	用意に負荷感がある。(こどもが幼児のため)	黒ニンニク、豆乳、豆乳ヨーグルト
【結果】	6ヶ月以上	便通が良くなった。肌が整った。疲れにくくなった。	経過観察中なので、抗がん剤治療は受けていません。コロナワクチン接種の副反応は全くありませんでした。	スープも野菜も食べている	トマト、生姜、ニンニク、椎茸	作る手間がかかること。	ランニングを続けたこと。
【結果】	1年以上	腫瘍マーカーは、上昇というか、もう2000近いですが、元気に日常生活は送れています。	ずっと飲んでいるので、副作用が減ったのかどうかはわかりません。すみません。	スープのみ飲んでいる	あまりの野菜を入れていきます。その時によって違います。大根、大根葉、ブロッコリー、しいたけ、小松菜、レタス、しょうがなどを入れたことがあります。玉ねぎは皮も入れます。	スープを作った後の野菜。捨てるのはもったいないので、カレーにしていますが、大量だし、スープを作れば毎回出るので、使い道に困ります。最初はポタージュを作っていました。飽きてしまいました。何か使い道がないかなあと思っています。	食べたくない時にも、スープならお茶代わりに飲めて栄養がとれる。今日の献立が野菜が少ないなあと思ってもスープがあるので安心。

	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	肌の調子が良い。ガンになって、いろいろ手抜きしている一つに化粧があるが、シミが減ってしっとり肌に！			モロヘイヤ・舞茸・昆布・干し椎茸・黒ニンニク・小豆・黒豆・ひよこ豆・ブロッコリー・小松菜等	無い	特に無かった。
【結果】	6ヶ月以上	平日仕事や子供の用事でなかなか作る時間がなくて日曜日だけ野菜スープを作り、飲んでいます。週一度しか飲んでないのでそれほど変化はないです。			にんにく 玉ねぎ キャベツ とまと 小松菜	特になし	抗がん剤副作用が軽減したように感じます。
【結果】	3ヶ月以上	毎日食べているわけではないのでわかりませんが2月に転移の疑われた腫瘍と思われたものが8月の検査でも大きくなっておらず 良性の所見をいただきました 色々続けてきて良かったと思っています			旬の野菜 昆布 大量に作って 減ってきたら 玉ねぎ じゃがいもを足してカレーにします	美味しくなくて つらい	水素水 シリカ水 びわ茶 陶板浴
【結果】	1年以上	直腸がんをダ・ヴィンチで手術後でも、野菜スープで食事が美味しくなった。便通が、良くなった。 血液検査の、数値も規定値に、収まっています。	手術後に、抗がん剤治療しましたが、副作用も、軽減しました。 吐き気もな食欲も、改善しました。	スープも野菜も食べている	カボチャ、ほうれん草、ブロッコリー、蓮根、小松菜、トマト、ゴボウ、キノコ類等	特に有りませんが、飽きないように、野菜の選定に、迷います。 沸騰させない方が効果が高いと情報があり、商品名スープの力(スープ製造装置)を購入してスープを作っています。とても楽で美味しいです。	野菜スープを知って日常生活が、楽しくなりました。 多くの友人知人に紹介して 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】	1ヶ月以上	極度の貧血がやや貧血に戻り、手術後も体調が良くて、便通も良く身体が元気になった気がします。			玄米粉 キノコ類 季節のお野菜		
【結果】	3ヶ月以上	お通じが良くなりました			ニンニク	野菜の甘みは感じられるのですが、味の変化がもう少しあればと思います。 味噌汁にしたり、鶏団子を入れたりしていますが、効果に変わりはないのかも心配です	メビウスウォーター、還元君、月のしずく
【結果】	1ヶ月以上	肺腺癌の夫に、以前3ヶ月ほど野菜スープを飲ませたのですが、野菜嫌いな夫がとても嫌がったので、諦めてやめてしまいましたが、浅井しんやさんのYouTubeを拝見して、また始める事にして半月ほど経ちました。今のところ変化はありません。でもすごく嫌がって、毎日イヤイヤ飲んでいる様子です。			基本の野菜4種とセロリ、パセリ、パプリカ、舞茸、エノキ、小松菜。		

	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】	3ヶ月以上	まだ、なにも変化がない為 少々ガックリ感が！出始めそうな状況です			大根、人参、山芋、玉ねぎ しめじ、えのき、にら、 ニンニク	本当に安全な野菜を食べたいが、 そうすると、コストが、 大きくなるので、が一番 困ること ゆくゆくは自分で、野菜 をつくるしかないです ね。	見聞を広めて考えるしかないのか、と思う
【結果】	1年以上	尿が酸性からアルカリに変わりつつあります	抗がん剤はしていません	スープも野菜も食べている	山芋、しょうが、長ネギ、大根、大根葉、ニンニク	ありません	水素風呂、たら肝油、クエン酸、ノニ
【結果】	3ヶ月以上	薄味に慣れた。			茅乃舎のだし、きのこ類、長ねぎなど 時々は鱈や鶏肉を入れて水炊き風に。	台所に立つのが疲れてしまって、食事がご飯と野菜スープだけになってしまいうことも多く、病気と関係ない家族に申し訳ない。(この疲れは抗がん剤の影響によるもの)	ペットとのふれあい
【結果】	1ヶ月以上	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。			キノコ、トマト、		

	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	特に無いが、安心感を得ている。	膀胱ガンの術後の2回目(6ヶ月後)の定期検査では再発や転移が認められなかった。	スープも野菜も食べている	カットした冷凍カボチャ、ブロッコリー、ニンジン、キャベツ、玉ねぎ、マイタケ、など。	味に変化を求めたくなります。野菜たっぷりにしたポトフ、トマトシチュー、カボチャたっぷりの宝刀なべ、カレースープ…、でも同じような効果は得られますか？調味料を入れても良いのか悩みます。	病は気から！
【結果】	1年以上	花粉症が軽減した	分からない	スープも野菜も食べている	ブロッコリー、モヤシ、キノコ、季節の野菜	特に無い	毎日散歩をすると気分が向上く
【結果】	3ヶ月以上	便通が良くなった。	抗がん剤を減薬したと同じタイミングなのでどちらが影響しているのかわかりませんが副作用は軽くなりました。	スープも野菜も食べている	季節の野菜、豆類、昆布など	時々作るのが面倒くさい時がある	SNSやインターネット上の情報。 まだまだ闘病が始まって数ヶ月なので情報収集がやはり必要だと感じています。
【結果】	3ヶ月以上	お通じが良くなった			大根、小松菜、きのこ類、ほうれん草もあれば入れてます。	無農薬で作りたいけれどもなかなか無農薬野菜が手に入らないのと、あっても高いです。	色々な方の情報を得る事ができる。同じ境遇にいると心強い

	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				その時々に入りに入るオーガニック野菜を基本に、舞茸、ニンニクを加えています。		
【結果】	6ヶ月以上	特に変わった事はありませんでも、野菜を沢山摂取できてよいです。	抗がん剤が終わったら後から始めました。	スープも野菜も食べている	すった生姜・青じそ・小松菜・トマトなど	胃の摘出手術をしているので、野菜スープだけでお腹がいっぱいになってしまい、他の食事がはいらず体重が増えない。	小さな事でもコツコツ続ける事。
【結果】	6ヶ月以上	お通じが良くなった。血色が良くなった。	抗がん剤が始まる前から野菜スープをのんでるので軽減の差は判らないが、副作用の辛い期間が短い気がします。	スープも野菜も食べている	セロリ、大根、生姜、トマト、白菜、ピーマン、マイタケ	特になし	情報を知るためのyoutubeがあること
【結果】	6ヶ月以上	低体温だったのが36度台になりました。指の爪の縦線（加齢によるものだそうです）が薄くなってきました。	私は病気ではないので。	スープも野菜も食べている	生姜、にんにく、セロリ、パセリ、その他冷蔵庫にあるものを入れてます。	たくさん作るのは野菜を切るのも大変。最近あまり大きいお鍋では作らないように2から3日分作ってます。	姉が去年の8月頃からスープを飲み始めて、9月の血液検査でマーカーが結構下がっていました。もっと早く知って始めていたらとおもってます。

	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】	1ヶ月以上	今のところ変化は感じられない。			基本の野菜にその時ある野菜をいれています。セロリやさつまいもなど。有機野菜を、宅配で購入しているので、送られてくる野菜を入れています。	喜んで食べるほどおいしいとは思わない。おいしいと思う時もあるが、食べないといけないから、無理矢理食べている時もある。こってりしたのも食べたい時もあるので。みなさん、おいしいとおいしいと食べられているような感想が多いので、私は喜んで食べるようではないので、落ち込むというか、羨ましく思う時があります。	マヌカハニー
【結果】	6ヶ月以上	腫瘍マーカーが下がった	抗がん剤治療後に始めたので副作用の軽減は分かりません。	スープも野菜も食べている	セロリ 舞茸 にんにく リンゴの芯やかわ	特にありません	野菜スープは癌治療に限らず心身共に良いと思います

	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】	1ヶ月以上	野菜スープを始めて変化してきたことは、お肌の調子が本当にしっとりしてきて良い状態なのと肌がお顔だけではなく全体的に白くしっとりしてきています。			基本のお野菜に、きのこを多めに入れています。シメジ、エノキ、舞茸など。後はさつまいもにワカメをいれたりもしています。朝さはスープカップに一杯、お昼はスープジャーに入れて会社で食べていて1日2回をほぼ毎日食べています。	冷凍保存とかはちょっと面倒に思うこともあります	ソマチッドを飲んでいます。
【結果】	6ヶ月以上	ガンマーgtpが1ヶ月で正常化した。  お酒減らしてもなかなかおちなかってのが、一気にへりました。	あまりじっかんしてません。	スープも野菜も食べている	生姜、ニンニク、セロリ、舞茸、トマトなど	ありません	胃がすっきりする。脂っこいものがたべたくなくなった。お酒ものみたくなくなった。
【結果】	3ヶ月以上	お通じがよくなった ゆっくり時間をかけてスープを作ることが、生活の中で潤いになっている			大葉、だし昆布、きのこ類、さつまいもなど。	特にありません。	夫は知人の勧めでフコイダンエキスを飲んでいますが、あとは、冷えないように絹の五本指ソックスです。
【結果】	1ヶ月以上	便秘をしていたわけではありませんがスープを飲み始めてからの便の量は倍以上です			大根、キノコ、大葉、ブロッコリーその他冷蔵庫の残っている野菜などなんでも	こここのところ野菜が高いです	特にありません



	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】	今から				立石式野菜スープを1ヶ月前から始めたのですが、最新の野菜スープがあると知り実践して参りたいと思います。 本日より開始したスープの具材は、キャベツ・玉ねぎ・トマト・ゴーヤ・かぼちゃ・干し椎茸・いりこです。		
【結果】	3ヶ月以上				基本のかぼちゃ 人参 キャベツ 玉葱にニンニク 生姜 きのこと類 ほうれん草等冷蔵庫にある野菜を入れている。 聞きかじりの自己流です。 自分の為ではなく昨年7月膵臓癌告知を受けた夫に作っています。		

	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】	1年以上	野菜スープ以外にもいろいろやっているのですが、野菜スープだけの効果は分かりませんが、身体は非常に軽くなり元気になりました。	上と同じですが、軽減したと思います。	スープも野菜も食べている	ほうれん草、小松菜、しそ、里芋、ねぎ その他季節の野菜	特にありません。	ウォーキング、鍼、整体 陶板浴、お風呂、足湯
【結果】	今から				玉ねぎは基本、かぼちゃ、キャベツ、にんじんなど、手に入りやすいもの。私ではなく高齢の母に、と思っています。同居してるので、私にも予防効果があることを期待します。母も私もコレステロールが高いです。母には緑内障、ラクナ脳梗塞、白内障の既往歴あり、あと便秘がひどいです。		
【結果】	1ヶ月以上	身体が弱アルカリ性（2phc）になり、体調が良くなりました。お通じも順調です。			カブ、カボチャ、ダイコン、大豆、黒豆、キャベツ、赤キャベツ、ピーマン、小松菜、春菊、トマト、にんじん、大葉、セロリ、生姜、しめじ、舞茸、玉ねぎ	野菜の組み合わせの是非がわからない。	エビオス錠のビール酵母 乾燥プルーン アマニ油 はちみつ