



皆さん、こんにちは。師走に入り、今年もあとわずかを残して新しい年を迎えますね。お元気でお過ごしでしょうか？インフルも流行っているので、自分の免疫力を落とさないように免疫を強化することに気をつけてくださいね。

【あなたにとって、この1年はどのような1年だったでしょうか？】

私も、年を追うごとに、年齢を重ねるのが早くなっているような気がします（汗）気のせいでしょうか？今年の1年は、いろんなことがありすぎて、ストレスも多く、落ち込むことが多かったです（泣）でも、主人が支えてくれたので、助かりました。主人には感謝しています。



下痢や下血が長く続き、大腸ガンになったとマジに思いましたが2週間の酵素断食により助けられました。プレミアム大高酵素で効かない時は、**風雪という3年間 熟成発酵した特別な大高酵素により回復**し、助けられました。酵素、断食のおかげで、腸のカメラをしたときに、今まで以上に綺麗で、ポリープ1つないとドクターから言われました。日本人は、腸が長く、S字状結腸の所でねじれて炎症を起こし、おそらくそこからの出血だったのではと言われました。

今年1年は、大阪勉強会も多く、月3回は出かけていました。毎週続くといつもヘルペスになっていましたが、503 1日1本30日間飲むのを続けたことで、ヘルペスにはなりませんでした。免疫力が強化されたのでしょうか？（503に感謝です！）



自己免疫疾患のアレルギーがあり、下唇が、赤く腫れてエリデマドーデスのようにになっていたのも、503のおかげで随分改善してします。

11月の最後の連休に「なばなの里」に、主人と念願のイルミネーションを観に行ってきました♥名古屋の手前の桑名なので、日帰りで十分行けました。光のトンネルの点灯式に、並んでカウントダウンを待ちました！スケールが大きくて素晴らしかったです。日本の四季を見せていただきました。少し写真でも紹介しますね。

