

19kgやせた証拠写真付き！

ぜんそくやアレルギー、 うつも改善したフルーツ酵素

半年で22kg
やせた人もいる！

40代前半のころ、私はかなり太っていました。ピーク時の体重は74kg以上あり、カロリー制限、サプリメント、運動などいろいろなダイエット法も試しました(身長は156cm)。でも、どれも成功しなかったのです。しかし6年前、とうとう私は「これだー」という方法に出会い、19kgの減量に成功。その後も55→56kgをキープしています。

その方法が、今回ご紹介する「フルーツ酵素」ダイエットで

す。フルーツ酵素とは果物を白砂糖で漬け込み、自分の手で混ぜて発酵させたもの(基本的な作り方は54ページ参照)。その味はというと、甘くてフルーティ。とてもおいしいのに、自然にやせていくので、試した人は皆びっくりされます。例えば、私の友人のご主人で

あるAさん(50代・男性)は、半年で22kgもやせました。Aさんはやせたいという考えもなく、ただ奥さまと一緒にフルーツ酵素を取っていたら、スルスルとやせていくので、夫婦で驚いたそうです。フルーツ酵素はやせるだけでなく、いろいろな不調も改善し

てくれます。

Bさん(30代・女性)は、フルーツ酵素を取って1カ月で体重が8kg減。それだけでもすごいのですが、長年の悩みだった花粉症まで改善しました。

**酵素をたくさん取れば
太ることはない**

ちなみに、私もやせただけでなく、ぜんそく、アレルギー、頭痛など、ありとあらゆる持病が起こらなくなりました。そのほかにも、美肌になった、生理痛が治った、うつ状態が改善したなど、うれしいご報告をたくさんいただいています。



秋葉睦美先生

ローフードマイスター1級。ATTIVAローフードスクール校長(公式ホームページ<http://rfschool.jp/>)。英国IFA認定アロマセラピスト。1960年鹿児島生まれ。鹿児島大学卒業。46歳のときに「酵素」「ローフード」と出会い、現在は自身の体験をもとにした、ダイエットコーチング、講演活動などで活躍中。

アティーバ・ローフード・
スクール校長
あきばむつみ
秋葉睦美



発酵パワーで22kg18kgやせた！小顔になった！白髪も黒くなった【フルーツ酵素】ジュース 92