



病気になる3つのステップ  
ステップ1:『腸内洗浄』から『腸内菌』へ

- ステップ2: 重金属などからの悪影響の避け方
- ステップ3: 栄養とバランスの必須なノウハウ
  - 1 血液
  - 2 エンザイム
  - 3 脂肪と炭水化物

