

突激!!

ララの朝ご飯

ララ

5年ほど前ララは
統失により不摂生な
生活を送っていた

どよ〜ん
午後1時過ぎに起きる



朝ご飯を昼過ぎに食べたり
夜中にポテチやカップ麺
冷凍パスタを食べたり
していたのだ

もちろん本人は好きで
やっていたわけではない
病気のストレスと薬の副作用
によるところが強かった

過食や食べ過ぎ

過去の
トラウマ
薬の
副作用



家族や周りの人から
そのことについて
チクチクとがめられたが
どうすることもできない!!

努力ではどうにも
ならないことだった
「寛解したら規則正しい
生活に戻る」
私は自分自身を信じていた

むしゃぐしゃもむしゃぐしゃも



今はこんなだけで大丈夫
いつか私なら戻れる

自分を見損なつてはいけない
予感の中した

信じていただけないと思うが
現在のウラウラの朝ご飯である

温泉
たまご

メチオニン

大根と
シラス
しょうゆ
かけ

ビタミンD

綠茶

カテキン
テアニン

糸内豆
みそ汁

トリフト
ファン

マイペースで
行こう♪

大丈夫
大丈夫です
きつと戻れます
どうか負けないで

どうか同じような病を
患っていて悲しみに
暮れているあなた

い い い だ よ
今 できなくとも

プロフィール：3年前から患っている眼瞼痙攣も治療法が見つかり、やや上昇志向になっている今日この頃です。