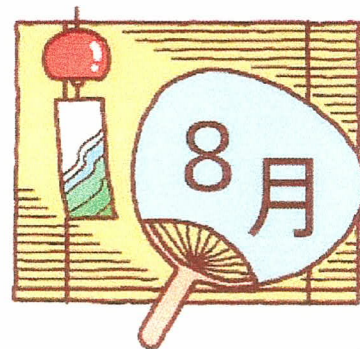


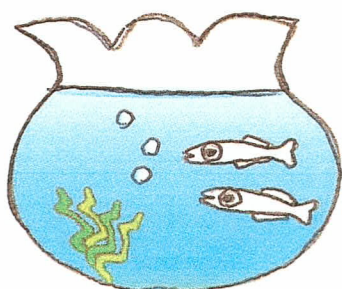
2019・8

皆様に
元気と笑顔が
届きますように



料金後納

ゆうメール



8月の満月 15日
8月の新月 1日・30日

R 1. 8



自然薬・漢方・健康相談

青木薬局

岐阜市加納新本町2-28

TEL 058-275-3132

長い梅雨がやっと明けて、久しぶりの青い空～

コインランドリーを利用される方も多いようですが、

やっぱりお日様の日差しで、乾くのは気持ちがいいですね。

日曜日が休みになったので、勉強会のない日は、のんびりできようになり、先日は、美濃市のうだつの町並みへ行って、お蕎麦を食べてきました。

十割蕎麦、桜エビのかき揚げも、美味しくいただきました。

以前行った時に教えてもらった『ハッピーセット』の和紙屋さんにも寄りました。

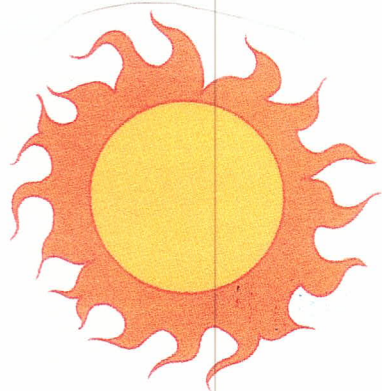
『花鳥』の絵（善いことを吹き出し）と『平安絵巻』の絵（悪いことを吸い取る）が、『幸運をもたらし、不幸を追い出す』縁起の良い絵として

『ハッピーセット』と呼ばれています。

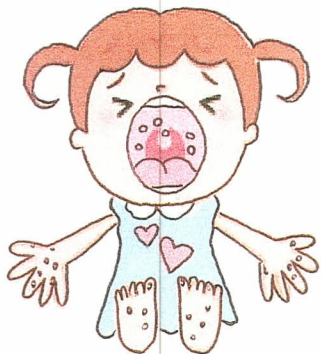
少しですが、『ハッピーセット』カードを、プレゼントに買ってきました。

お早めに～

**3,000円以上お買い上げの方に、
『ハッピーカード』プレゼント！（先着30名様）**



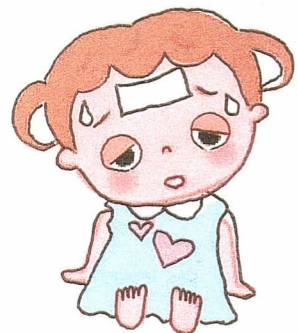
三大夏かせ



手足口病



プール熱



ヘルパンギーナ

夏かせ予防 『板藍根』 ぼんらんこん

板藍根とは生薬の一種で
解熱作用や抗ウイルス作用があります。
かせやインフルエンザなどの予防として役立ちます。



お湯に溶かすだけで
おいしいお茶に♪

『板藍根エキス』 20包(10日分) 1,200円
60包(30日分) 3,000円(税別)

夏かせ対策 『瑞芝液M』 ずいし

シイタケ菌糸体培養抽出物が
ウイルスの侵入と広がりを抑制!!
家庭に常備を!!

『瑞芝液M』 1本 552円
3本 1,650円
10本 5,000円(税別)



夏休み♪
元気に
楽しく
過ごせます
ように
い

気になる検査値のこと聞いてみよう～⑧

『アルブミン』って何？

基準値：4～5 mg/dl

食事から吸収されたアミノ酸をもとに、肝臓で合成されたタンパク質で、『体の栄養状態』を知る指標でもあります。

理想は、4.3以上です。

『元気で長生き』の指標、

『病気やケガを治す力』の指標でもあります。

『アルブミン』は、

血液や筋肉の原料となるタンパク質

肝臓でのみ作られるタンパク質

からだ全体に栄養を届ける船の役目（薬なども運ぶ）

からだの余分な水分を回収する

母乳の主成分 でもあるので、低くなると

疲れやすくなったり、痩せたり、浮腫みが出たりします。

毎年される健康診断で、基準値の範囲内でも、去年より低くなっていたら、栄養状態が悪くなるような病気はないのか？

食事は摂れているか？ 見直されるといいでしょう。

検査の結果が

気になる方、、、

お気軽にご相談ください。

お電話でご予約を

TEL 058-275-3132



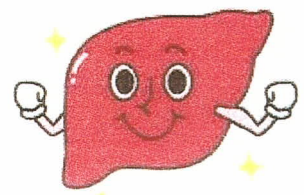
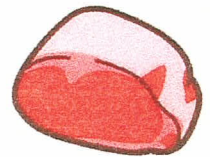
教えて！！ 青木薬局さん！

薬のことはもちろん、健康のこと、病気のこと、、、
何でも聞いてみよう～

『アルブミン値を増やすにはどうしたらいいの？』

アルブミン値を増やすには、

- ① 肉、魚、卵、豆類をしっかり摂りましょう。
(タンパク質は食い溜めができません。
(良質のタンパク質を毎回の食事ですっきり摂りましょう。))
- ② 良く噛んで消化を良くする。
(タンパク質の消化は年齢と共に低下します。
しっかり食べていても、実際に身体の中に入る量は
減ってしまいます。
消化酵素の入った胃腸薬で、消化力を助けてあげることも
有効です。)
- ③ 肝臓を元気にして無駄なくアミノ酸を利用する。
(消化したタンパク質を肝臓でアルブミンに変えるには
肝臓を元気にすることが必要です。
肝臓の働きを高めるには、
レバーなどの動物性のたんぱく質が
最適です。)



病気にならない体力のある体を作るためにはもちろん、病気や怪我を
自分の力で治せる体作りをするために、アルブミン値を増やす食事を
心がけましょう。

人間の2本の管と云えぬ...

血管

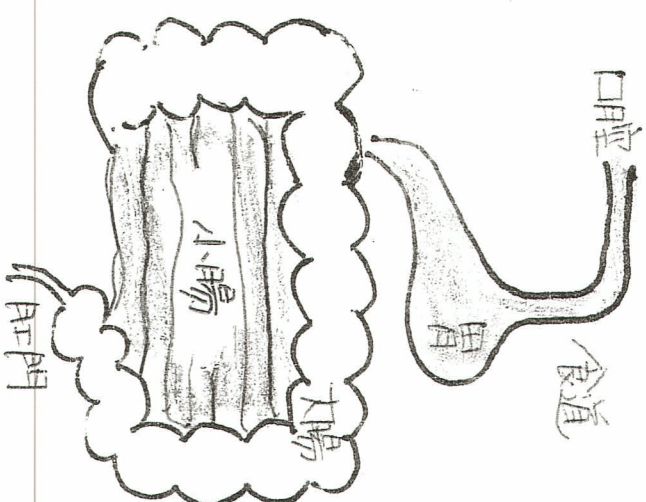
と

消化管

血液の通道



口～肛門 食物の通道



2本の管をキレナイに 元氣お身体作)を!!

血管をキレイに 元気にしよう

『油』を 血液をさらさら

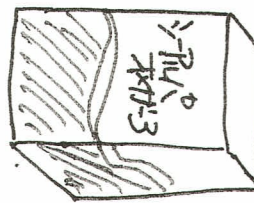
血管は汚か〜

オメガ3油! 日本1の品質

『シーアールオメガ-3』

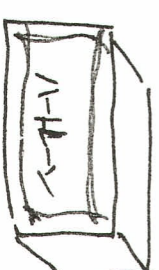
1包に O-3 600mg

30包 ¥5800- (税別)



ストレスで傷つきやすい血管のTPに

『ハートレーン』



血芸・エイジング協会

90米粒 ¥10000-

250米粒 ¥28000- (税別)

消化管をキレイに 元気にしよう

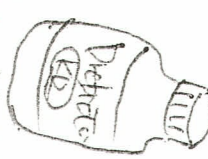
口腔内環境の改善に

口腔内善玉菌

『デバクタスK12』

寝る前に飲むだけ!

30粒 ¥4000- (税別)

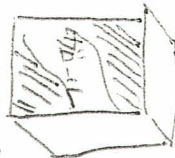


消化力アップ! 胃スッキリ!

『新ガロール』

食後・食前・外食時

450錠 ¥1667-
990錠 ¥3000- (税別)



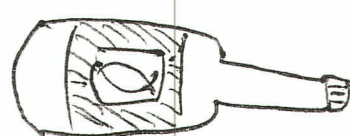
腸内環境を整える

大腸菌素

『クオリ酵素』

最高の天然

栄養剤
消化剤
便秘剤
と12!



900ml
¥8000- (税別)