

2021.2

皆様に
元気と笑顔が
届きますように

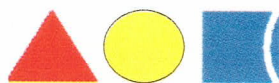


料金後納

ゆうメール



R3.2



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

2月の満月 27日
2月の新月 12日

昨年に比べ、寒い1月でしたね。

1年前には想像もしなかった生活が、続いています。

以前と同じ、当たり前のことができない生活、、、

以前と違った、新しい生活には、まだまだ慣れず、

不安やストレスが溜まって、、、発散する場もなくて、、、

お店では、毎朝消毒作業をし、アクリル板を挟んで、ゆっくりお話を聞かせていただけるよう努めています。安心して、ウイルスへの不安や、体調への不安お話しにいらしてくださいね。

フラワーセール開催



2月12日より、お買い上げ1,000円ごとに補助券

5,000円ごとに交換券お渡しします。

お花の交換は、3月18、19、20日です。



毎日、相変わらずの日...

自分1人ではどうにもできな。できることをやろう... でも先か見えな (笑)

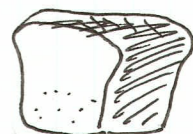
いっせう、今を楽しめよ!!

昨年末から、分子栄養学の講座を受始め、和食何かを覚えてみる〜
「米粉パン」作りを始めた。(ちねとグルテンフリー生活 (笑))

20代頃、おやつにパン作りは、練り、醗酵、焼く 3~4時間
と、大変だった...

今は、ホームベーカリーで 超〜簡単!! 米粉、水、オリーブオイル、砂糖、
塩、ドライイーストを入れて、スイッチオン! 2時間弱で、ふくらみ、しっとり食パンの
出来上がり (笑) 思っていた以上に おいしい〜

小麦のグルテンがおいしいか、ロシヤか 感じないかも。



と、お利口 エンゼル ホームベーカリーで、新メニューにも挑戦してみよう!

おれん

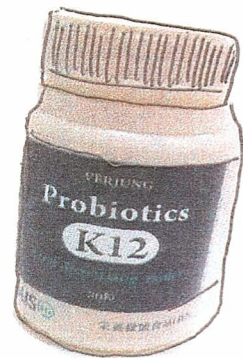
2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1/31	2/1	2	3	4	5	6
研修会				研修会のため 19時まで		
7	8	9	10	11	12	13
休			研修会のため 19時まで	味噌作り	新月	
14	15	16	17	18	19	20
研修会	➡ フラワーセール補助券配布 (2/12~3/20)					研修会のため 19時まで
21	22	23	24	25	26	27
研修会		天皇誕生日				満月
28	3/1	2	3	4	5	6
休	フラワーセールのお花の交換は、3月18~20日 補助券・交換券をたくさん集めてくださいね!					

マスク生活で 気になる『アレコレ』

口臭・口のねばつきが気になる

マスクをつけっぱなしで、水分補給が減ったり、
蒸れて、口が粘っこくなり、臭いが、、、
歯周病や虫歯になる方も、、、
バイ菌いっぱいの中での環境を良くする
善玉菌『プロバイオティクスK12』を
寝る前になめるだけ！



30日分 ¥4,000

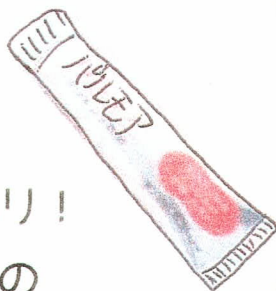
唇の荒れに

マスクが擦れて
唇がヒリヒリ！

パリパリ！

プラセンタ入りの

『パルモア』で
保湿力アップ！！



7g
¥1,100



今年の花粉は
去年の2倍！

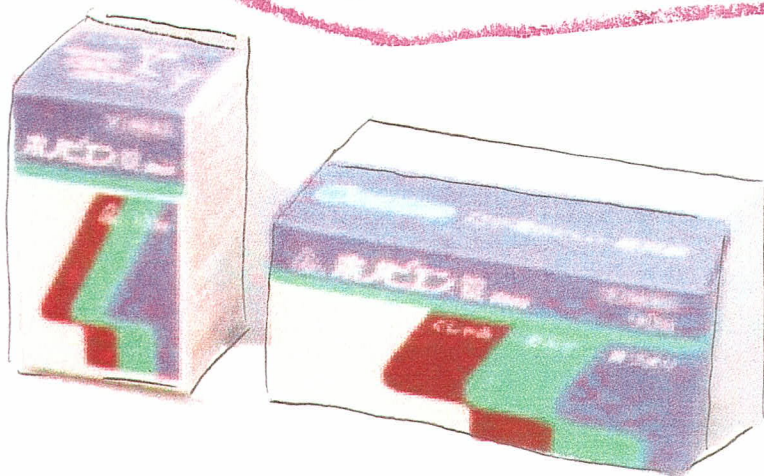
人前でくしゃみ、
飛沫が心配！

ずっとマスクしてる
から大丈夫かも？



目や鼻、触っちゃう！
ウイルスが手に
ついていたら大変！

粘膜が
危ない！



『ホノビエン錠』

36錠	¥1,300
90錠	¥2,600
300錠	¥5,000

今年の花粉対策は、

くしゃみなどの症状が
出ないように**予防すること**が
大切です！

予防と治療ができる漢方配合の

『**ホノビエン錠**』

がオススメ！

アロマで リフレッシュ



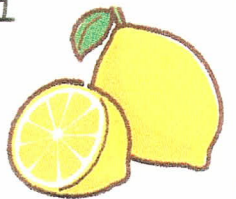
ラベンダー

心を落ち着かせ、
緊張をほぐすのに
効果的です。
緊張性の痛みには、
オイルマッサージもオススメ！



レモン

気持ちをリフレッシュ
するのに
効果的です。
むくみやすい方には
オイルマッサージもオススメ！



ペパーミント

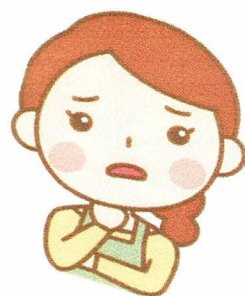
脳をスッキリさせるのに
効果的です。
眠気が抜けない時に！
マスクの臭いが
気になる方に
オススメ！



オンガード

ユーカリ、オレンジ、シナモン
ローズマリーなどを含んだ
ブレンドオイル。
殺菌効果が期待できるの
お店でも、使っています！

食事は大事！



って、わかっているけど、...

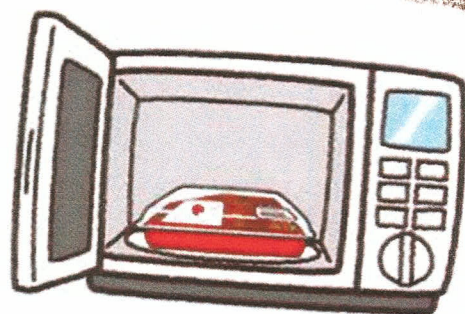
仕事と家事... 忙しい

レポート、レッスンに....

加工品は、添加物とか問題は

あるだろうけど...

よくわからないうし〜



好き嫌いとか
多くて

栄養のバランスは気になるけど
ちがいがか/食べてくれない

食べ過ぎると
調子が
悪くなる



いろいろ
食べれてみから

バランスも悪いよね〜

家族みんな

バランスの良い食事を 摂るために、ちょっとプラスを



元気・パワーが欲しい

肉をあまり食べない

食事量が少ない

20種類の必須アミノ酸
消化済みのお肉の栄養がい

たっぷり！

体と脳の栄養剤

エネルギー代謝に必要な
補酵素

ビタミンB群
たっぷり！

私たちの体の中で
起る代謝・解毒
作用の働きを助ける

肝臓を元気に！



ノンカフェイン
ノンアルコール

3代目～お年寄りまで
家族みんなで
飲みやすい！

天然アミノ酸
コンクレバン

1本(約2週間分) ￥2900-
3本 ￥7800-

偏食・野菜不足

栄養バランスが心配な方

ハワイ島育ちの

(豊かな太陽とミネラル豊富な海洋深層水)

「スピリナ」には

ビタミン・ミネラルが

たっぷり！

フォスファチジルコリン

フォスファチジルセリン

など

脳の栄養も

プラス！！



乳酸菌

(バシス・コギュラス菌)

オリゴ糖

(フラクトオリゴ糖) 配合

腸を整う！

便秘・下痢

便臭・口臭の気になる方に

ちっちゃな粒だから

子世～お年寄りまで

家族みんなが

飲みやすい！

リナマックス らんちゃん

750粒
2500粒

¥4840.-
¥13200.-



こんなこと

ちょっとだけ

気にしてみませんか？

『食』の

改善に

牛乳は

「無脂肪乳」か「豆乳」に



サラダ油

キャーラ油は
控えて...

揚げ物は「米油」

炒め物は
「オリーブオイル」に

化学調味料も
天然だしに



おいし〜
(3)

添加物 ゼロ!

塩分 ゼロ!

ミネラル たんぱく!!

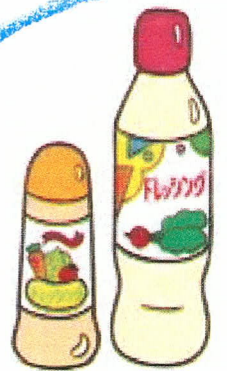
『味のいだし』

500g ¥3125.-
(税別)

みそ汁、煮物はもちろん

玉子焼き、チャーハン...

ぜんぜんOK!!



ドレッシング

マヨネーズは

「パンオイル」

「エゴマオイル入り」に