

2021.6

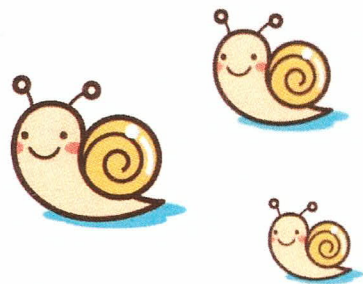
皆様に
元気と笑顔が
届きますように

料金後納

ゆうメール



R 3 . 6



6月の満月 25日
6月の新月 10日

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

早い梅雨入りになりましたね。

毎日、夕方になると、『今日は、何人?』と、感染者数が気になる日々が続いています。 なかなか減らないですね～

そんな中ですが、今まで通りの感染予防をしながら、

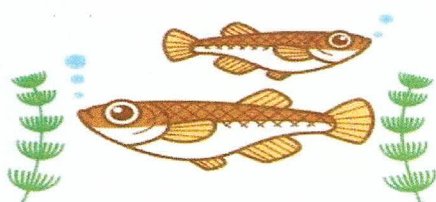
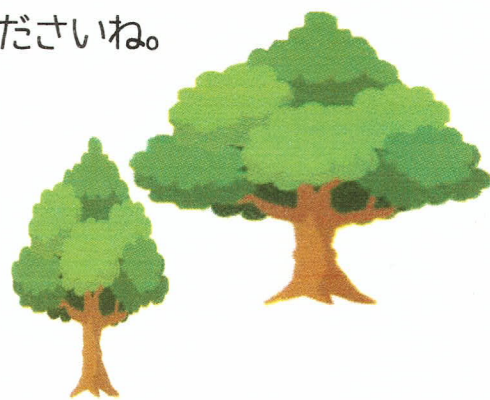
ワクチン接種にむけて体調を整えてくださいね。

ウイルスに翻弄されているのは、人間だけなのか?

毎朝通る加納天満宮の木々は、
いつも通り、新緑がとてもキレイで、
見ているだけで、気分が良くなります。

お店で飼っている、メダカや沼エビたちも

繁殖の時期が来て、生まれたてのメダカが元気に泳いでます。



沼エビも、お腹にたくさんの卵を抱えて
空気を送り込むように必死に動いてます。
アピタ店の頃は、1度も繁殖しなかったのに
今のお店、、、何かあるかも?

歩くのが
遅くなった



去年より
体重が減った

疲れやすく
なった

固いものが
噛み切れない



何でもない所で
つまづく

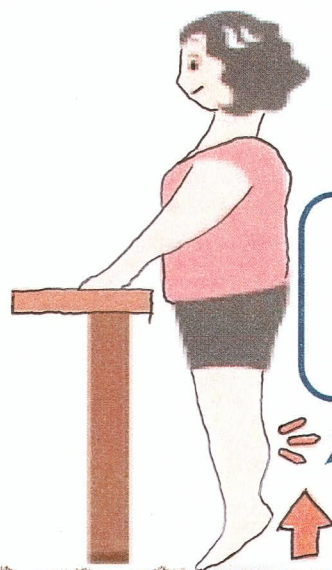


ちょっとした汁物で
むせることがある

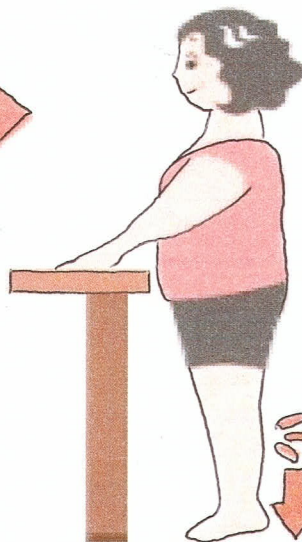
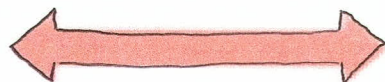
骨・筋肉が弱っているかも？

いつまでも、自分で 歩ける！動ける！体作いを

やってみて！ ふくらはぎ体操！！



ふくらはぎを
キュッと意識して
上げる



かかとを
ストンと意識して
下げる

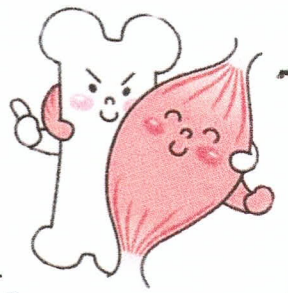
1日30回を
目標に！

ふくらはぎをキュッと締めるように
すると、筋肉から『マイオカイン』とい
うホルモンが出ます。

『マイオカイン』には、糖尿病・肥満
動脈硬化・がんの予防効果があると
言われています。

かかとをストンと落とすと、骨ホルモン
といわれる『オステオカルシン』が増え
ます。『オステオカルシン』には、
記憶力・認知機能の改善、筋肉アップ、
メタボ予防、免疫力アップなどの
効果があると言われています。

筋肉を元気にしよう！



『筋肉は老化しない！退化する！』と言います。

動かさないと、、、鍛えないと、、、筋肉は落ちていきます。

逆に、頑張って動かせば、100歳になっても、筋肉はつきます。

(100才の双子で有名だったきんさんも、筋トレをして歩けるようになりました)

筋肉の材料は、タンパク質です。

良い筋肉の材料を取り、動かしましょう。

『**コンクレバン**』は、タンパク質が分解された、吸収のいいアミノ酸です。
年齢と共に、1日3度の食事だけでは、十分なタンパク質は摂ることができません。

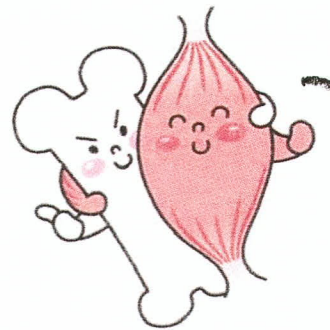
『コンクレバン』で、筋肉の材料・タンパク質補給を！



500ml
3,190円

500mlX3
8,580円

骨を元気にしよう！



『骨は、カルシウムの貯蔵庫』です。

カルシウムは、体の中で命に係わる仕事に使われています。

日々のカルシウムの摂取が少ないと、骨のカルシウムが使われ知らない間に、骨はスカスカになります。

『**バイランCaII**』は、吸収の良いイオン化された液体のカルシウムです。
骨がスカスカになり、骨折することで自分で動くことができなくなります。

『バイランCaII』で、毎日の

カルシウム補給を！



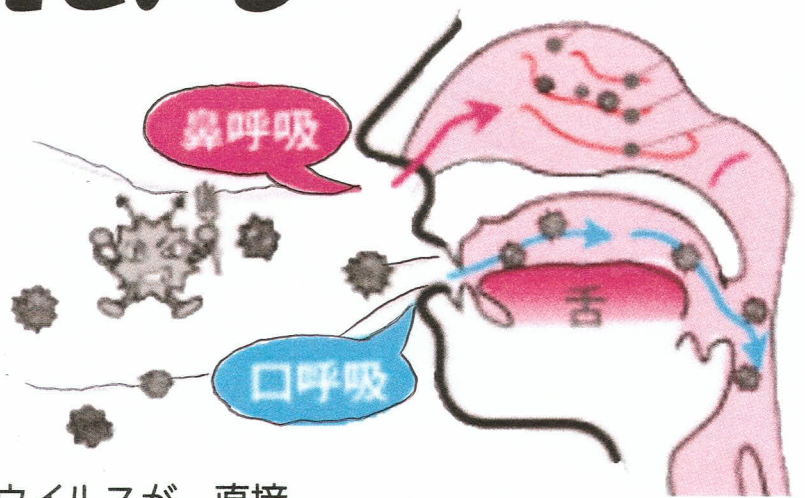
500ml
3,080円

500mlX3
8,140円

『マスク生活』で不調を感じていませんか



マスク生活で増えている 口呼吸

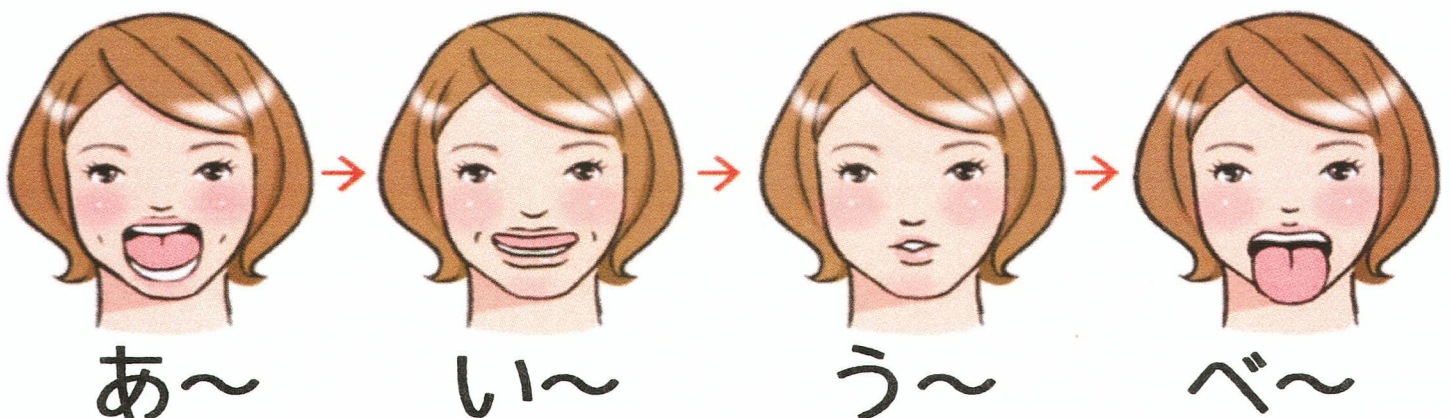


口呼吸だと、、、

- ★鼻呼吸に比べ、口呼吸では、雑菌やウイルスが、直接、体内に入るため、感染症にかかりやすくなります。
 - ★口の中が乾燥して、唾液の分泌が減り、殺菌作用が低下し、虫歯や歯周病になったり、口臭が強くなったりします。
 - ★舌の位置が後方になるため、睡眠時に軌道がふさがりやすく、睡眠時無呼吸症候群になりやすいと言われます。
 - ★常に口を開けていると、口の周りの筋肉が衰え、頬やあごのたるみが増えます。
- このほか、口呼吸は鼻呼吸に比べ、自律神経が乱れやすい。
噛み合わせが悪くなると言われます。

やってみよう！『あ～・い～・う～・べ～体操』

口の周りの筋肉をしっかり動かし、鍛えることで、
口呼吸の予防・改善をはじめ、小顔効果、脳の活性化も
あると言われます。 1日30回やってみましょう！





マスク生活での 肌トラブル

マスクの摩擦による 乾燥、肌荒れに...

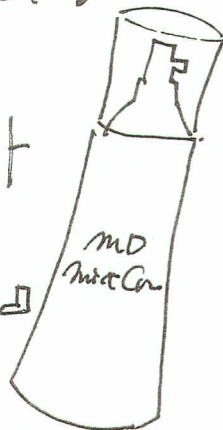
メイクの上からでもOK!

いつでも シュ〜っと

保湿成分入りミスト

『MD ミストクリーム』

80ml ¥6,930.-



洗顔後すぐに

す〜っとおしんじ バテをつけてみ



『プレミアム100
エッセンス』

15ml ¥5,500.-

今がチャンス!

美白ケアに...

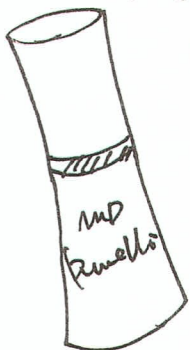
シミの予防とケアに

美白成分+

ヒアルロン酸、トコナール酸

『MD ピアノスト』

30ml ¥10,450.-



口唇の荒れに...

荒れに口唇を

保湿に

保護する

フラスンク軟膏

『ハルモア-』

7g ¥1,210.-

14g ¥2,090.-



やっぱり、イザという時、欲しい



夏は、特に必要だ! 持っていると、安心

そんな声をよく聞きます。

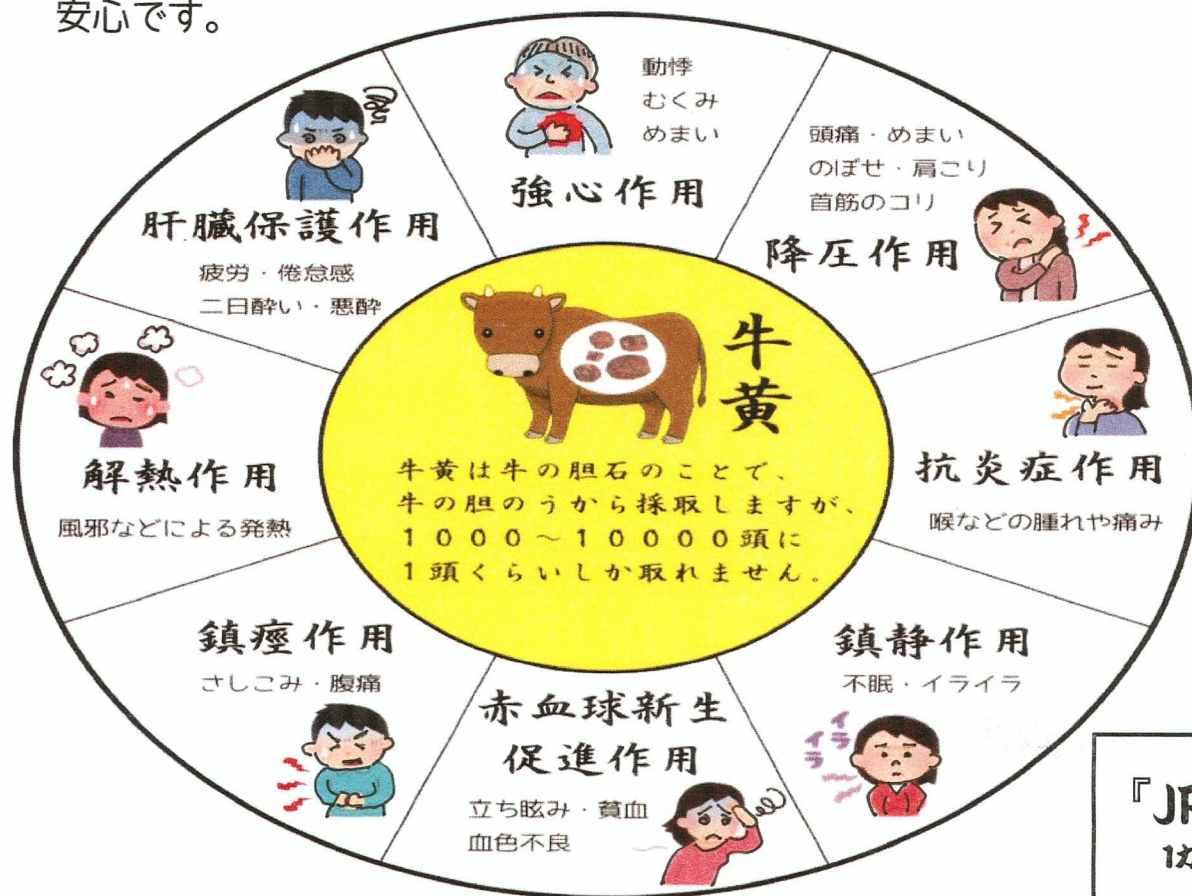
長い間、お守りのようにご愛用頂いていた『日水清心丸』が、主成分の牛黄の値上がりと、ワシントン条約による処方変更により、販売を停止してから半年以上になりました。

新処方での販売も、コロナ禍で厚労省の許可が遅れていますし、価格も1丸9,900円ととても高価なものとなります。

そこで、主成分の牛黄のみのカプセルを入荷しました。

1カプセル牛黄100mgで、『日水清心丸』の1/3丸の牛黄が入っています。

これから暑い季節、心臓が心配な方、急な熱はもちろん、まだまだ当たり前の生活に戻れない中で、ストレスによる体調不良の多い時には、ぜひお手元にあると安心です。



『JPS 牛黄元』
1カプセル ¥2,640

こんなドリンクあったんだ～

岐阜の蒸し暑さに必需品



★お腹の調子がおかしい・下痢・吐き気

少しずつゆっくり飲みましょう。



★急な蕁麻疹や目の充血、かゆみ

原因がはっきりしなくてもOK早めに飲むのがコツです

★乗り物酔い・飛行機が苦手な人

気持ちが悪い、耳が詰まって苦しくなる時に

★二日酔いの予防にも治療にも

グイッと一本！ お酒を飲む前でも、飲んだ後でもOK

★体のほてり、頭痛、食中毒にも

おかしいと思ったらすぐに飲みましょう



★のどの渇き・異常な汗

飲んでも飲んでものどがかわく、汗がひどくてつらい

★日焼けの火照りに

日焼けした帰りに1本、寝る前に1本。夜が涼しく眠れます

★暑い時のスポーツ

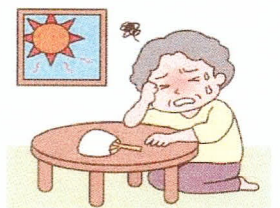
室内や屋外で暑さに体がついていけない時

★ワンちゃんにも

熱中症が気になるワンちゃんにも安心して飲ませられます

★雨降りの頭痛・むくみ

気圧の変化による頭痛や吐き気、むくみに。



一家に6本置いてね！

『五苓黄解』



1本 550円
6本 2,750円