

2022.4

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



4月の満月 17日
4月の新月 1日

R 4. 4



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

温かくなかったと思ったら、また逆戻り、、、
桜も、開花宣言したとたん寒くなって、縮こまってしまったりしてましたが
このお手紙が届くころには、満開になって、散り始めるころかな～？

「まん延防止」が解除になり、春休み、、、

新しい環境での生活が始まる方もある春🌸🌸🌸

まだまだ不安もありますが、いつもしている感染予防をしながら

マスクの外せる所では、外の空気をしっかり吸って、

春らしい香り、空気を感じましょうね。

当店も、アピタから移転して3年が過ぎました。

コロナ禍、人の出入りの多いアピタでお店をやっていたら、お客様も自分達も、
不安でいっぱいだっただろうな～と思います。が

今、少しでも皆様のお役に立てていることに、本当に感謝です！

ささやかですが、『感謝』の気持ちを込めて、プレゼントも用意しております。
お立ち寄りくださいね。

最後に、、、世界みんなが笑顔で過ごせますように！



リピート率90%

今年の花粉症も 黄砂も、PM2.5も



眠くないにくい！
のどが乾かない！
7才から飲める！



＜効能・効果＞
急性鼻炎、アレルギー性鼻炎
又は副鼻腔炎による
くしゃみ、鼻水、鼻づまり、
なみだ目、のどの痛み、頭重

『ホノビエン錠』

36錠 1,430円
90錠 2,860円
300錠 5,500円

鼻づまり

スーッと効く

専用漢方薬あります

頭が痛い
頭が重い

ニオイが
しない



喉に
鼻汁が下りる

咳が
出る

ず〜っと気になっている鼻の症状に

『ホノミビスキン』



がオススメです。

45カプセル 2,376円
240カプセル 8,580円

＜効能・効果＞
蓄膿症（慢性副鼻腔炎、上顎洞化膿症）、鼻茸の初期
急性副鼻腔炎（急性上顎洞炎）、急性慢性鼻カタル

＜他の漢方薬とココが違う！＞

◆生薬エキス＋生薬末のW処方

通常のエキスだけの漢方薬より
効き目が良い！
今まで、何を飲んでもダメだった方に
オススメしたい！

◆胃腸の弱い方にも安心処方

小さなお子様からご年配の方まで
胃腸に負担がかかる成分が
入っていないので安心です

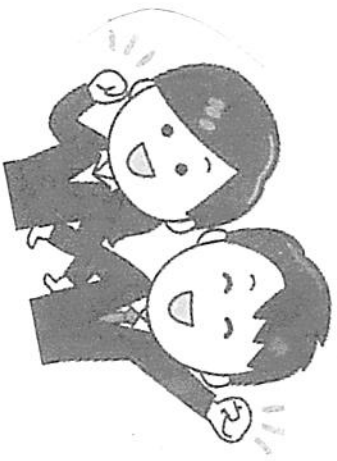
◆カプセルだから

漢方薬が苦手な方でも
味・ニオイが気にならない
カプセルタイプだから続けやすい



子供さんのアレルギー体質の改善、ご相談ください。

花井、季節～



大學生. $\dot{\alpha} = \sqrt{2} \alpha = \sqrt{2} \pi = 1$
單身赴任也
一人暮らし 始める方だ……
多々季節がたつね。

家族に於て、いかにAIをやるか。

人体の... 倉庫の...

祝 - 椿良 31

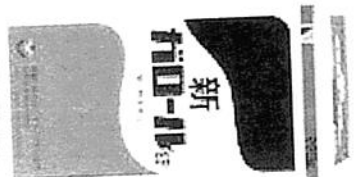
② 22 月 22 日

外食、
弁当、
...

⑤ 天

3. 4. 5.

いいね。 推しと推し。 10



署品に 貨物 0.4.4.3

食生活に2人1日5.6bit

「カバ-1」
カバ-1

田嶋が「元々から、仕事

勉強. 頑張ろう!!



1人2食分。

栄菴の「フランスか」悪ハルヲウシ
野菜不足か」に洒下。

5/5/2025

$$E''_{\gamma} \equiv \nu \cdot \vec{k} \gamma_{\mu} \gamma^{\mu} = \gamma_0 \gamma^0$$


老化や病気の原因は『酸化』



紫外線
放射線

ストレス



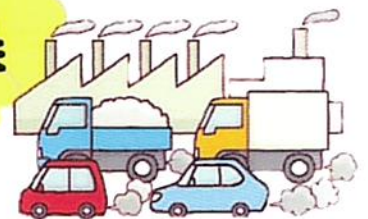
過度の運動

喫煙
薬剤



抗酸化力の低下

大気汚染



私たちが生きていく上で、酸素と栄養が必要です。それらが細胞内でエネルギーに変わる過程で、一部の酸素が、**物質を酸化する力の強い『活性酸素』**に変化してしまいます。

『活性酸素』は、その強い酸化力で、病原体を退治する役割をもっており必要なものですが、過剰に発生すると、人間の正常な細胞まで傷つけて(酸化)、様々な病気の原因になると言われています。

私たちには酸化を防ぐ『抗酸化』という働きが備わっていますが、加齢と共に低下します。

動脈硬化

シミ、しわ

心筋梗塞

白内障

がん

アルツハイマー病

糖尿病

パーキンソン病

抗酸化(活性酸素除去)が大切!

肌の老化も 『酸化』が原因！

肌の老化の1番の原因は紫外線！

紫外線を浴びると、皮膚の表面（表皮）では、大量の活性酸素が発生し、表皮細胞膜が酸化します。ターンオーバーの乱れが起こりこれがごわつき、乾燥の原因になります。

紫外線からお肌を守るために作られるメラニン色素も、活性酸素の発生により、異常に生成され、シミの原因になります。紫外線は、表皮だけでなく、皮膚の内部（真皮）にも、大きなダメージを与えます。

真皮では、エラスチンやコラーゲンといったタンパク質が、肌のハリや弾力を作り出していますが、活性酸素が増えると、エラスチンやコラーゲンを壊してしまい、たるみ、シワをつくり、乾燥しやすい肌になります。



『抗酸化』で
美肌作り！

『抗酸化物質』
アスタキサンチンが
スゴイ！



『ハワイアンアスタ』

アスタキサンチン

海洋生物に含まれる赤色の天然カロテノイド
ハワイ島の強い太陽光と澄んだ大気の下で育成
した微細藻類ヘマトコッカス藻から抽出
β-カロチンの約40倍、ビタミンEの1000倍
以上の抗酸化力
亜麻仁油（ω-3）、ビタミンC、ビタミンE配合

60粒(1日1～2粒) ￥4,298

マスク生活で

なかなか治らない

肌トラブル

消毒薬での手荒れ

からだの乾燥・かゆみ

醗酵エキス、プラセンタエキス
ヒアルロン酸、和漢植物抽出液
ビタミンC配合

1つで6役

ぷるぷるジェル

〔化粧水・乳液・クリーム
美容液・パック・化粧下地〕

**大高酵素
スーパージェル** 50g
¥3,960



今なら、
ミニサイズ2個
(1,000円相当)
付き！

プラセンタエキス、コラーゲン
ヒアルロン酸配合

顔はもちろん
全身保湿ローション

べとつかないのに
しっとり

**うるおい
ローション** 120ml
¥1,600



今なら、2本で
2,200円
1,000円も
お得！

無香料・無着色・無防腐剤
赤ちゃんでも使える！
口に入っても、安心・安全な
成分でできてるから、
塗った手で、
おにぎりだって
握れちゃう！！



**リスフラン
薬用PWS
ハンドクリーム** 40g
¥770
87g
¥1,100



今なら、
サンプル付き！

お肌にやさしい化粧品取り揃えております。あなたにぴったりのものが、きっとみつかる！

気軽に相談できる
お薬屋さん

自然薬・漢方・健康相談

青木薬局



岐阜市加納新本町2-28 (大垣共立銀行加納支店西)

営業時間 9:30~19:30

TEL 058-275-3132

定休日 日曜日・祝祭日

新型コロナウイルス 感染後の後遺症について

オミクロン株の感染力が強く、感染者数がなかなか減りませんね。
症状は軽いようですが、新型コロナウイルス感染で1番気になる、後遺症に悩まれる方が増えていると言われているので、まとめてみました。

Q、どんな症状が出るの？

A、よく出る症状は、、



強い倦怠感・だるい・疲れやすい
睡眠障害・集中力の低下



味がわからない（味覚異常）
ニオイがしない（嗅覚異常）



息苦しい
呼吸ができない



咳・たん



微熱が続く



抜け毛

この他にも、自覚症状はないが、
コロナ感染後、胃腸障害、脳の萎縮、男性の精子数の減少、妊娠率の低下と
いった、研究報告があります。

Q、どんな人に後遺症が出やすいの？

A、女性：男性は、6：4で女性の方がやや多い。

若い人には、味覚・嗅覚異常が多い。 高齢者では、倦怠感が多い。

感染時の症状が軽い方でも、後遺症が出ている。

ワクチンを打っていない人に多い。

Q、後遺症はなぜ起こるの？

A、まだ、わからないこともありますが、、

コロナウイルスの感染で、免疫細胞がウイルスと戦い続ける中で、
体のあちこちに炎症を起こします。

それにより、体のあちこちのダメージが、後遺症の原因となっていると
考えられます。

例えば、血管の中で炎症が続くと、血栓ができやすくなります。

Q、後遺症にならないためには、どうすればいいの？

A、コロナウイルスの感染時に、免疫がキチンと働いて、暴走しないよう、

免疫調整作用のある自然薬や、炎症を抑える漢方薬などを、ご紹介しています。

目 は大切!

『目のケア』をオススメするには、2つの理由があります。

1つは、スマホやパソコンでの仕事が増えたり、動画コンテンツの充実など、目を酷使する機会が増えているということ。

2つ目は、「目が見にくくなる」ことが、脳に影響を及ぼすということです。

『視力低下により、認知症の発症リスクが2倍になる』

という、学術論文があるそうです。

外からの情報の80%が目から入るものです。多少見えなくても、それほど不自由を感じていなくても、「見えないからいいや!」

「見えないからやめておこう!」と行動が消極的になることで、

『脳へ届く情報量が減少』し、認知症リスクを増やします。



また、外の光が目網膜に届くことで、脳（脳下垂体）からホルモンが分泌され体内時計が正常に働きます。

生活リズムの維持にも、目が健康で、目から情報が入ることが大切です!

耳 も大切!

耳も、外からの情報が入る大切な器官です。

耳から入った情報は、脳に伝えられ、言葉として認識されます。

聞こえにくくなると、脳への刺激も減ります。

また、会話の中で、「多少聞こえなくてもいいや!」「聞き返すのが面倒」となりコミュニケーションの機会も減ってしまいます。

そのため、**『難聴になると、認知症のリスクが高くなる』**とされます。

加齢による聞こえ辛さもありますが、若い方の中にも、耳の心配をされる方が増えています。

補聴器は、脳への刺激がしっかりある状態での使用が効果的です。



4月21日（木）10時～（予約制）

『聞こえの検査、補聴器体験』

この日が無理でも、1度検査してみたい方
補聴器について相談したい方
個別に対応もしております。お問い合わせください。

皆さんの健康寿命を 平均寿命と健康寿命の 長えたい!!

差は 男性 9年、女性 12年... (※)

<介護が必要になった原因>



認知症 17.6%

脳血管障害 16.1%

(脳梗塞、脳出血などの後遺症)

高齢による衰弱 12.8%



骨折・転倒 12.5%

関節の疾患 10.8%

心臓疾患 4.5%

血管・血液に
問題アリ!

筋肉・骨に
問題アリ!



健康寿命を長くするには、

血液・血管ケア・筋肉・骨ケアが大切!

今はもちろん、5年後、10年後の為に

健康貯金を始めましょう (??)

いつまでも元気に歩ける体作り！

『ベジタサイズ ハッピー☆ウォーク』

体験してみませんか？



『ベジタサイズ&ハッピー☆ウォーク』って？

薬を使わない薬剤師・宇多川久美子先生が考案された健康メソッド
「歩き方で寿命が決まる！」という考えから、きちんと歩ける体作りを
するための、簡単な体操です。 誰でもできる簡単体操です。

『ベジタサイズ&ハッピー☆ウォーク』講座の内容

- 1回目 正しい姿勢立ちましょう。
きちんと歩く足を作りましょう。
- 2回目 肩甲骨をほぐして
きちんと歩ける上半身を作りましょう。
- 3回目 正しく、かっこよく歩いてみましょう。

1回30分くらい 3回 1,000円

1人でも、ご家族、お友達と一緒にでもOK！

お電話で、ご都合の良い時間をご予約ください。

『ベジタサイズ&ハッピー☆ウォーク』インストラクター
岩井久実子と一緒に、楽しく歩きましょう

