

2023.4

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 6日
4月の新月 20日

R 5 . 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

今年は、少しウキウキ気分でお花見を、、、と思いましたが、
梅も桜も曇り空で、ちょっと残念でした。お花見、できましたか？

3月は、なんといっても、WBC！！日本優勝！！

超一流の選手たちが、子供のように楽しそうに野球をしている姿
想像以上のプレッシャーに耐えながら、結果を出していく強さ

お互いを認め信じる心

チームワークの良さ

夢をかなえていく若者の姿

現実には、ドラマ以上ですね！

本当に感動しました。

元気をもらいました！

当店も移転5年目を迎えます。

元気をお届けできるよう

頑張ります！

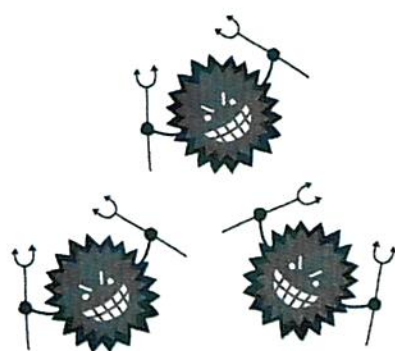
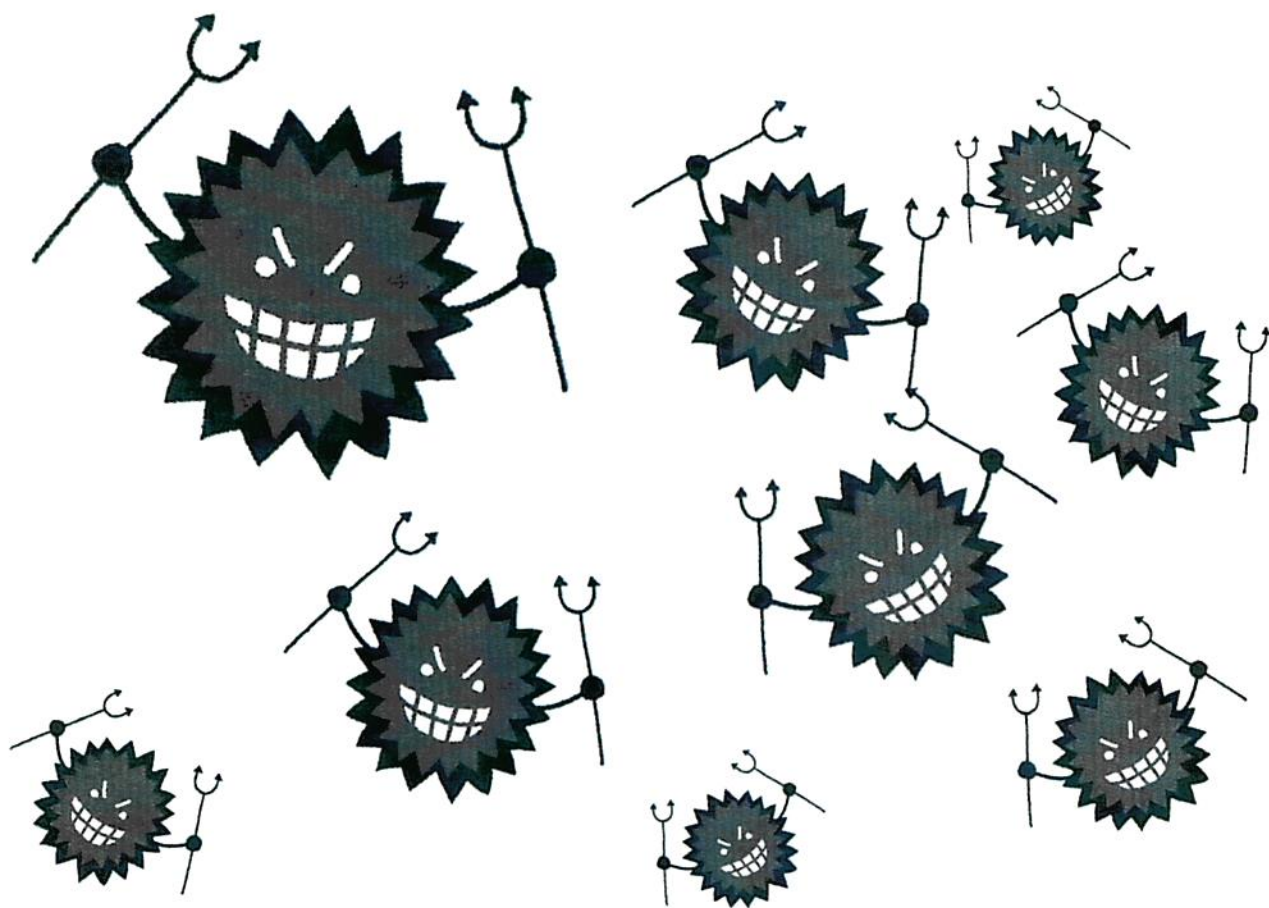


コロナ

感染後

身体がだるい
食欲がない
味がおかしい
気力が上がらない
咳が止まらない等で

お悩みの方
お気軽にご相談ください





春は植物が芽吹き、動物や虫が動き出す季節
冬眠していた動物は、冬の間ため込んだ毒を
排出、解毒（デトックス）します。

私たちも、
デトックスしませんか？



『酵素ジュース』で断食デトックス

< 酵素断食の効果 >

- * 普段食べ過ぎ、夕食が遅い、消化が悪い方は
胃腸を休め、胃腸をキレイに大掃除してくれます。
- * 腸内環境を良くすることで、免疫力アップ効果があります。
- * 断食期間を長くすると、体全体のデトックスができます。
(胃腸だけでなく、血管の掃除も)

< 1食断食 >

夕食代わりに、『クオリ酵華』100mlを薄めて
17時～21時までに、数回に分けて飲んでください。

< 1日断食 >

『クオリ酵華』を400mlを薄めて
1日かけて飲んでください。

美味しい酵素の飲み方、水分量など
店頭でお話させていただきます。
初めて『酵素断食』される方には
『酵素がおいしくなる紅茶』
プレゼント！



900ml 8,640円

大高酵素三二情報

EXILEが『酵素風呂』

『EXILE』で有名な芸能プロダクション
『LDH』

芸能だけでなく、いろいろなプロデュースを
しています。

社長のHIROさんと奥様の上戸彩さんは、
健康にもとても気を使っていて、

酵素風呂が大好き！

東京目黒では、『LDH』が
大高酵素式発酵おがくず風呂『helios+』を
経営してます。

また、大高酵素と
共同開発した
酵素ドリンクも
販売しているん
ですよ！



『大高酵素』では、ドリンク
以外に、化粧品も開発してます。
当店でも人気の

『スーパージェル』のさっぱり
タイプ『エッセンス』が

新発売されました！

小じわ、くすみ、
乾燥が気になる方に
オススメ！
オールインワンタイプ
だから簡単！
ぜひお試しください。



『エンリッチ
スーパージェル』
40g 6,600円

『大高酵素』を飲んでる豚がいる！

北海道日高に、大高酵素飲料を毎日飲んで育てられている豚がいます。

その名も『健酵豚』。

稲作と養豚を営む猪野毛農場では、豚に稲作の副産物である藁やもみ殻を与え、
その糞で作った堆肥を田んぼに還元するといった独自の循環農業、
放牧豚やオーガニック豚など独自の養豚を実践しています。

『健酵豚』は、毎日、酵素飲料を100ml、120日間与えられ育てられています。

①脂身がさっぱりしている。②臭みがない。③風味が良い。と
好評です。

肉はもちろん、ハム、ウインナー、ハンバーグ、カレー
肉まんなども、販売されています。

お取り寄せしてみました！ 『お得な福袋』

ローズやバラのスライス、厚切り、肉まん、つみれ、、、
8袋も入ってました！ 早速、肉じゃがを作りました。

お肉柔らかくて、おいしかったですよ！



健酵豚
KENKOHTON

『油』って、カロリーが多くて、体に悪いもの？

油（脂質）は、3大栄養素の1つで、1 gで、9キロカロリーのエネルギーを生み出します。

それ以外にも、体中の細胞の細胞膜や、ホルモンなどの材料にもなります。ビタミンA、D、E、Kなど脂溶性のビタミンの吸収をよくしてくれます。油は、体に悪いものではなく、必要な物です。

注意したほうがいい『油』って？

①酸化した油：油は、光や熱で酸化します。酸化すると有害物質が発生します。



有害物質は、下痢、嘔吐、腹痛、頭痛の原因になることがあります。カップ麺やスナック菓子などの加工食品、開封して空気に触れた油は、酸化が進みやすいので注意しましょう。

②トランス脂肪酸：トランス脂肪酸は、体内で活性酸素を発生させ、細胞を劣化させます。長期的に多量摂取すると動脈硬化の促進、発ガン、認知症につながるといわれます。

③ω6系の油：体内で合成されないため、食品から摂る必要がある油にはω6系の油（大豆油、コーン油など）とω3系の油（魚油、えごま油、亜麻仁油など）があります。どちらも必要ですが、そのバランスが大事！



ω6系の油が多過ぎると、炎症やアレルギーを起こしやすくなります。現代人は、ω6系の油を摂り過ぎているので要注意です。

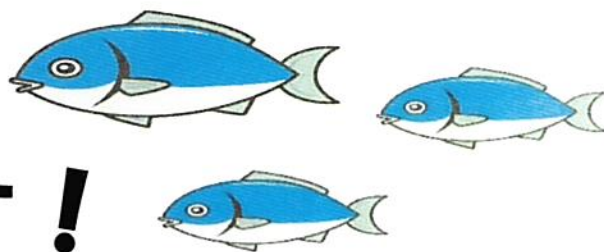
『DHA』と『EPA』は違うの？

どちらもω3系の油ですが、体内での働きが異なります。『DHA』は、脳や神経系に多く、脳神経の活性化、記憶力の向上に効果があります。

『EPA』は、赤血球の膜をやわらかくすることで、血液サラサラにし、中性脂肪やコレステロール値も下げしてくれます。

成長期の子供たちには『DHA』、生活習慣病の予防や改善には『EPA』をオススメします。

『ω-3』増量で リニューアルします！



1988年発売

『シーアルパ30』

6カプセル中

EPA 508mg

DHA 241mg



増 量

2023年リニューアル

『シーアルパエース』

6カプセル中

EPA 531mg

DHA 261mg



180カプセル 6,156円

健創製薬の前身は、『ω-3=魚油』を豊富に扱うことができる水産会社の「ニッスイ」という事もあり、40年前から、『魚油』の研究をしてきました。

日本で初めて、イワシから『ω-3』である『EPA』製剤を製造し、千葉大学や富山大学と共に、『EPA』の血管疾患等への効果を研究、調査してきました。

魚油から不純物を取り除き、酸化による変性を防ぐ技術も、他社ではありえません。

現代人が不足していて、健康に欠かせない『ω-3』。食事だけでは、1日600mg摂取することは困難です！ サプリメントで補充するなら、やっぱり！！

健創製薬の『ω-3製品=シーアルパシリーズ』をオススメします。

『シーアルパ』の仲間たち

2000年発売！

『脳の老化』予防、血圧が心配な方に！

6カプセル中

EPA 290mg

DHA 203mg

レシチン 61mg



『シーアルパ100』

180カプセル 10,260円 360カプセル 18,360円

2017年発売！

子供も飲める粒状 胃腸の弱い方でもOK!!

1袋中

EPA 300mg

DHA 300mg



『シーアルパω3』

30包 6,264円

余分な

中性脂肪はEPAにおまかせ!



EPAが中性脂肪を減らすしくみ

- ◆ 中性脂肪を腸から吸収させない
- ◆ 肝臓で中性脂肪を作らせない
- ◆ 肝臓から血液中に中性脂肪を運ばせない
- ◆ 血液中で中性脂肪を分解促進する

分解促進

血液

EPA

中性脂肪を
作らせない

血中に
運ばせない
分泌させない

肝臓

吸収
させない

門脈

胆管

胆のう

中性脂肪

腸



EPA

青魚に多く含まれる、体内で作ることができない必須脂肪酸の一種。全身の血液・血管の健康維持に重要。



中性脂肪

油ものを食べると増加。過剰になると脂肪細胞に取り込まれ肥満の原因に!



コレステロール

細胞膜や性ホルモンなどの原料となるが、過剰になると動脈硬化の原因に!

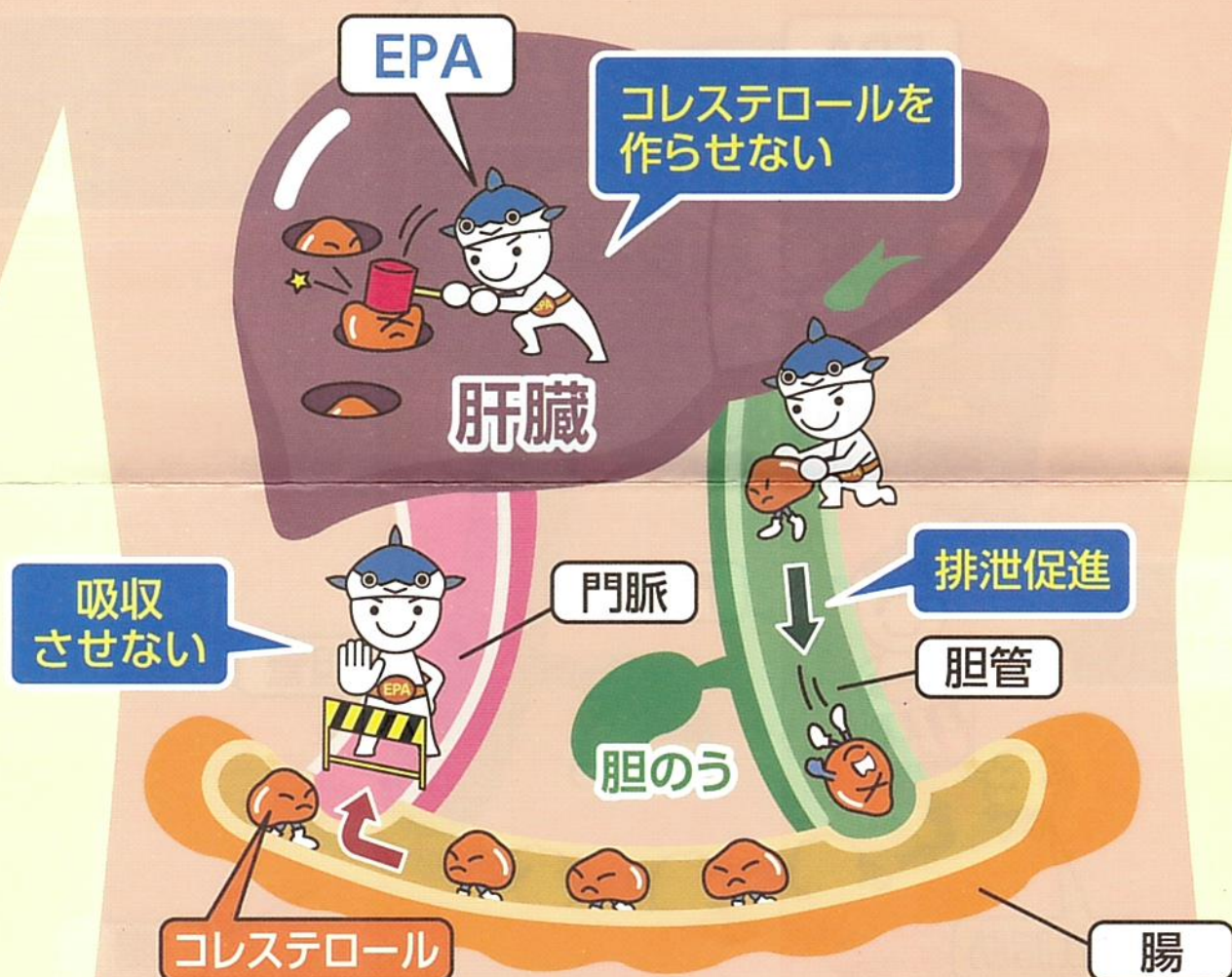
余分な

コレステロールは **EPA** に おまかせ!



EPAがコレステロールを減らすしくみ

- ◆ コレステロールを腸から吸収させない
- ◆ 肝臓でコレステロールを作らせない
- ◆ コレステロールの排泄



『EPA』を摂るなら
健創製薬の『シーアルパ』