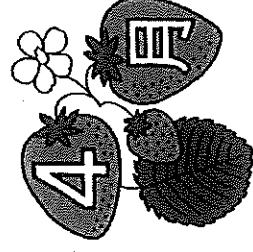


2018・4

皆様に

元気と笑顔が  
届きますように



H30. 4



**4月の満月 30日**  
**4月の新月 16日**

▲●■  
**青木薬局**

アピタ店 岐阜市カ加納神明町6-1

TEL 275-3132

やっと暖かくなったと思ったら、寒さがぶり返し、  
朝夕の冷え込みが続いていたと思ったら、急に暖かくなって  
桜もあっという間に満開！！  
強い風に、花粉症の方は、鼻も目も喉も、取って洗いたくなるほど  
痒くて困っている方が多くいらっしゃいます。  
今月も、〇〇〇にならず、元気に過ごしていただくための情報満載です！

今年もやります！！

## 『トランプゲーム』

右に貼ってある『トランプ』をお持ちになり

ご来店ください。

2,000円以上お買い上げの上、

店頭で『トランプ』を1枚ひいていただきます。

お持ちになった『トランプ』と

同じ『マーク』が出たら、『**300円**』の商品券

同じ『数』が出たら、『**500円**』の商品券

同じ『カード』が出たら、『**1000円**』の商品券を

# プレゼント！！

H30. 5. 6まで

今年には花粉が多いですね。  
年々、花粉症（アレルギー）の方は増えているそうです。が、私は、大丈夫！！  
病院に勤めているころ、粉薬を扱うことが多かったためか？  
そのころから、粉薬を測るとくしゃみ、花粉の季節になるとくしゃみ  
でしたが、昨年から始めた『ω-3健康法』のおかげで、  
今年、楽に過ごしています。

花粉症以外にも、皮膚のトラブル（痒み、アトピー、乾燥など）や  
喘息、自己免疫疾患と言われる難病も、年々増えています。  
難病指定の病気の種類も、患者さんの数も増えすぎて、今までの様に  
医療費の優遇も厳しくなっています。  
どんどん高価な新しい治療が増えています。誰でも平等に医療を  
受けることさえできなくなりそうで、心配です。

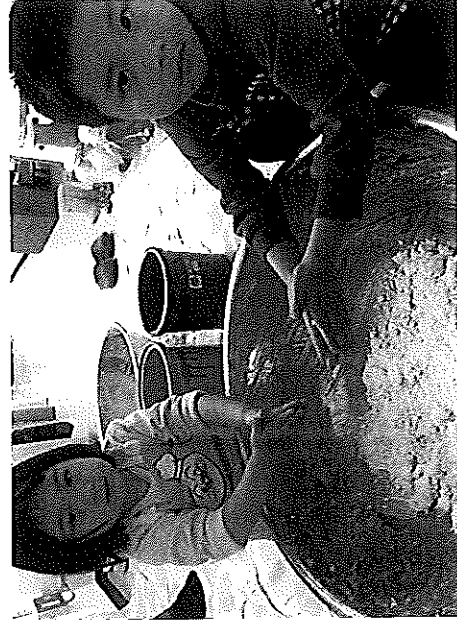
アレルギーなど免疫と関係する病気に1番大切なのが、腸内環境だと  
言われています。  
日本食には、納豆、漬物、味噌といった  
発酵食品があり、これをどんどん取り入れ  
病気にならない体作りをしたいものです。

先日、毎年恒例の大高酵素を使った  
味噌作りを行いました。  
毎年参加のちびっ子も  
すっかりベテランになって、  
楽しく仕込みをしてくれました。

これぞ！お家味噌！！

そのお家の方の菌が元気に働いて

きっと、そのお家の味が出るのでしょね。



季節の変わり目

# 春

は、自律神経が不安定になる季節です

よ上、脳の活動はストレスの種を垂ねて。

自律神経もホルモンの乱れを引き起し、いろいろなこと  
整理して考えよう。対処できるかも弱り。

脳は心配を繰り返す。イライラして。パニックに陥る。

心も体も元気がなくなります。

## 心と体の『元氣のもと』

天然アミノ酸

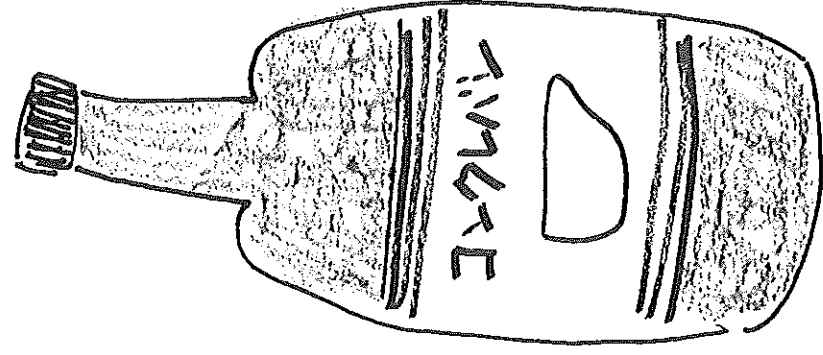
# 『コンクレバン』

500ml 1本 ¥3132-

3本 ¥8424-

コンクレバン

試飲実施中!!



# ストレス

（による）

## 血流が悪くはたり 自律神経のバランスが乱れ

### 心臓病・糖尿病・うつ

（高血圧・狭心症...）

### あらゆる痛み・免疫力低下を 引き起こします。

霊芝・エゾウコギ配合

## 『ハートレーン』で、

## ストレスによる血行障害を改善しましょう！

### << 霊芝の作用 >>

- \*一酸化窒素（NO）で血管を拡張、血流を良くします。
- \*血管の内側の傷を治して、血管をしなやかにします。 \*血液をサラサラにします。
- \*赤血球の変形性を高めて、狭い所でも、スイスイ通れるようにします。

### << エゾウコギの作用 >>

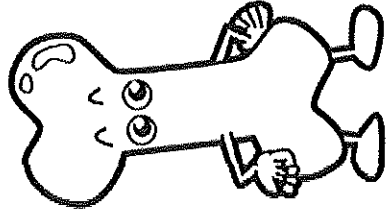
- \*血栓を固まらせず、できてしまった血栓を溶かすお手伝いをします。
- \*ストレスによって発生する活性酸素の害を防いで、血管を守ります。
- \*善玉コレステロールを増やし、悪玉コレステロールを減らし、動脈硬化・静脈硬化共に予防します。
- \*冠状動脈の血流量増加、心筋の酸素消費量を減少させ、血液循環を改善します。
- \*虚血による脳細胞の損傷を保護し、脳細胞機能を高めめます。
- \*糖代謝を促進して血糖値を安定させます。

## 『ハートレーン』

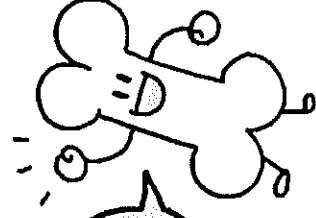
1回分 ￥360

90錠 ￥10,800

270錠 ￥30,240



# 骨の健康が



お年寄編

## 気にならだしたら

『何か小さくなった？』  
って言われた...

骨折が心配...

将来、  
寝たきりに  
なりたくない

カルシウムって  
なかなか摂れない

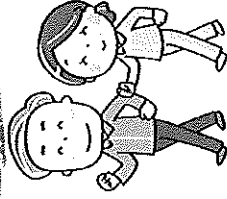
なんとなく  
気持ちさが  
落ち着かない

こどもたちに介護させたくないしされたくない

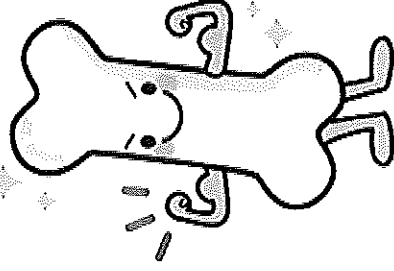
病院での骨粗鬆症のお薬は  
カルシウムの補給にはなりません！

# 丈夫な骨を作るには！

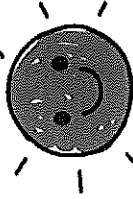
## 運動



運動をして骨に刺激を与えよう



おひさま

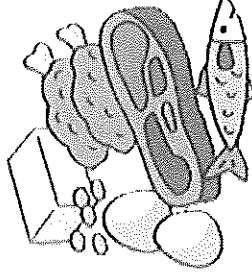
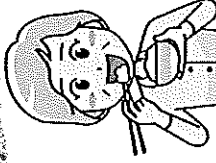
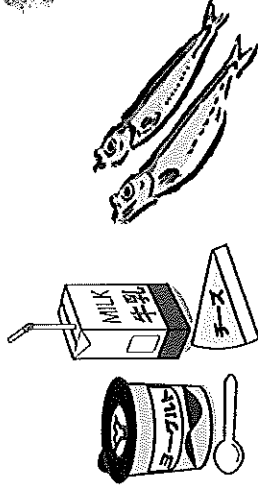


カルシウムを骨に取り込むには

おひさまが必要！

日光を浴びることで骨の栄養が吸収されやすくなります。

## 食事



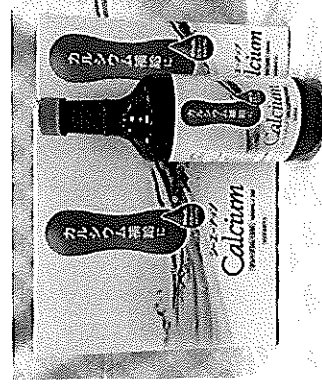
骨といえばカルシウム。でも骨はカルシウムだけで出来ている訳ではありません。タンパク質も大切な骨の材料です。

頑張っても摂取しても吸収率は1/4～半分  
とくにカルシウムは吸収の悪いミネラルの1つ

## 骨の強化には早くても半年はかかります。

カルシウムは胃で胃酸によって  
イオン化されたカルシウムだけが腸管から吸収されます。

飲めば誰でも  
すぐ吸収できる  
イオン化された  
液体カルシウム



シーエーアツプ

Calcium

1本 2,376円

3本 6,264円