

手づくり 健康ニュース No.344

発行所 あおい薬局 〒349-0104 蓮田市緑町2-22-14
電話048(769)1352 発行人 並木 望
めぐみ薬局 〒252-0202 相模原市中央区淵野辺本町2-5-18
淵野辺本町店 電話042(707)0018
めぐみ薬局 〒252-0146 神奈川県相模原市緑区大山町1-22
了りオ橋本店 電話042(703)1833

さわやかな季節でも気分はふさぐ。気の乱れは気のせいではなく、自律神経の乱れ!!

のどのつまりや違和感
はストレスによるものかもしれません。



甲状腺が腫れているような気がして病院で検査したけれど、何も異常がなかったという方がけっこういらっしゃいます。

その結果、病院から安定剤を処方され、それをのむとカラダがだるくなって動くのが嫌になりますが、寝つきは悪く、気持ちの良い眠りがとれないとおっしゃるのです。

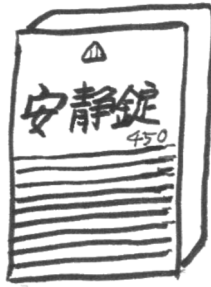
安定剤で不安を取り除くことが必要な時もありますが、自律神経の乱れを整えるには漢方がおすすめです。

漢方薬

安静錠

450錠 5,690円+税

のどに何かがつまみかかっているような不快感、異物感がある方の症状の改善をします。胃が弱いためにおこる自律神経失調症に効果があります。



漢方薬

コンレス錠

54錠 1,570円+税

疲れているのに眠れない人!!
自然に眠れるよう睡眠を調整します

漢方薬

ホノミラビオ錠

30錠 1,860円+税

気持ちが高ぶって眠れない人に

漢方薬

パナパール錠

270錠 10,600円+税

闘病力が落ちて眠れないとき、不安を緩和し
体力・気力をつけます



胃腸に負担をかけやすい現代人のための漢方です。
習慣性はありません。

お気軽にご相談ください

-安静は頼りになります- 46歳男性



疲れてくると、声がかすれ、息苦しくもなります。深酒をした翌日など不快な症状がずっと続きます。こんな時、安静をのむと、尿の出が良くなり、のども楽になります。

胃薬の「フラーリンJ」と安静はいつもそばにおいておく漢方薬です。

-のどに何かがつまみかかっている- 63歳女性



いつもののどに何かがつまみかかっているような感じがして検査をしたが何もないといわれる。実際に何もないのに異物感があるのはとても不快だった。体力的にも疲れがひどかったので、漢方薬のパナパールと安静を飲んだところ、症状が楽になり、のどもすっきりした。

病気になっても負けない体づくりはバイオリックで!!

体の基本をしっかりさせる

Biorinck

3つの特徴

- ① 体を常に最良の状態に保つ食事として
- ② 心身を悪環境から守る食事
- ③ 自分の治す力を高める栄養素

1000粒 9,200円+税
2000粒 16,500円+税



2020年5月予定表

蓮田店のみ

日	月	火	水	木	金	土
					1 臨時休業	2 臨時休業
3 定休日	4 定休日	5 定休日	6 定休日	7 定休日	8	9 予約のみ 検査値相談会
10 定休日	11 定休日	12	13	14 定休日	15 5の日 サービス	16 予約のみ
17 定休日	18 定休日	19	20 支援学校	21 定休日	22	23 5の日サービス 検査値相談会
24/31 定休日	25 定休日	26	27	28 定休日	29	30 予約のみ

◇ 5の日サービス

ポイント2倍：5月15日(金)

ポイント3倍：5月23日(土)

◇ 血液検査データ・自律神経相談会予約受付中
5月9日(土)、23日(土)

へ～そうなんだ！

ストレスで白髪になるって本当？

フランス革命で処刑された王妃マリー・アントワネットは、処刑前夜に一晩にして白髪になったという話は有名ですが、他にも身近にあったという間に白髪になったという人を知っているという方も少なくないと思います。

強いストレスは白髪と関係が深いと考えられていましたが、米ハーバード大学の研究チームは、ストレスが白髪をつくるメカニズムを解明し、英科学誌「ネイチャー」電子版に論文を掲載しました。

ストレスを受けると分泌される神経伝達物質である「ノルアドレナリン」が毛根近くの幹細胞（様々な細胞に変化する細胞）を過剰に活性化することが原因であることがつきとめました。

毛根付近にある幹細胞は、髪が生える過程で徐々に色素細胞に変化し髪の色を生成しますが、ストレスによる分泌されるノルアドレナリンによって過度に幹細胞が活性化すると、幹細胞が急速に色素細胞に変わってしまい、あっという間に幹細胞が枯渇してしまいます。幹細胞が枯渇すると色素細胞が作られなくなるため、髪の色がなくなって白髪となるのです。



若い方より年配者の方がストレスに強い？

マイボイスコム株式会社のストレスに対するアンケートによると、ストレスを感じている人は7割弱、女性では10～30歳代でやや高いという結果です。

一方、ストレス耐性があると思う人は6割弱で、60～70歳代が高く、30歳代で低いことがわかりました。若い人ほどストレスを受けたときにストレスに対する対応がうまくできないようです。

あおい薬局では、からだのストレス、こころのストレス、ストレス耐性をチェックし、相談することができます！

5月は9日(土)、23日(土)に測定・相談会開催！
ぜひ、予約の上、ご来店ください。

パンデミック・マップ



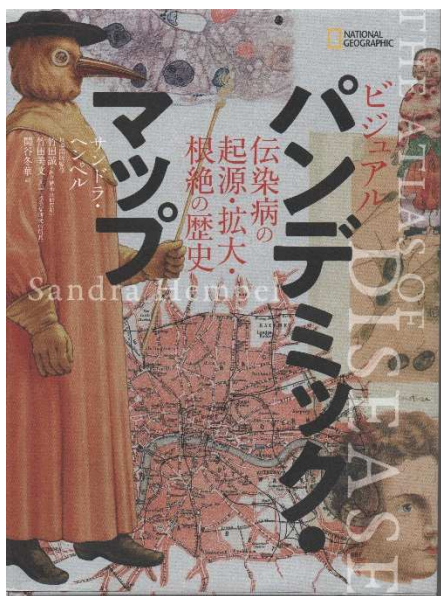
つい先日、あおい薬局とご縁のあるTさんから、ご主人が編集されたという貴重な新刊書「パンデミック・マップ（日経ナショナルジオグラフィック社発行）」が届きました。

新型コロナ騒ぎの最中（2020年3月16日第1刷）、あまりにもタイムリーな内容に驚きと感謝の思いで読ませていただきました。

本当に私たち人類の歴史は最古の昔から伝染病との戦いの歴史だと言っても過言ではないと思います。ヨーロッパから世界に広がった覇権主義、文明の伝達と共に伝染病もまた世界へと広がっていった過程がマップ化され可視化された貴重な著書だと思います。私たち人間も自然の中ですべての生き物、ウイルスであれ細菌であれ他のすべての生き物とのバランスを保ちつつ、何とか生き続けることができたのだと改めて考えさせられます。文明が発達し、生活が便利になり、人間中心の考え方が当たり前になっていますが、その環境の中で、ウイルスなど、人間にとっては邪魔になる病原体も、それ自身で工夫しつつ、必死で生き延びようと永久に戦い続けています。新型コロナの感染症との戦いがどのような形で収束へ向かうのか、今私たち一人ひとりの生き方が問われている時だと思います。新しい価値観への過渡期であるように思います。人間も自然の中で他の生き物と共存する一つの生命であることを認識し、謙虚な気持ちでこれからの生き方を考えるチャンスの時だと思います。多くの方が手に取っていただきたい新刊書です。

新刊書「パンデミック・マップ」の紹介

（日経ナショナルジオグラフィック社発行）2,600円+税



ある日、爆発的に広がる感染症…パンデミック！20の感染症の拡大と闘いを地図化！

- 感染のきっかけ、病原体発見の感動、驚異的な事例などをストーリーでやさしく紹介
- 最新のデータに基づき、感染経路や終息の例、感染地域など、わかりやすく地図化
- 病原体、感染経路、症状、発生・流行状況、予防・治療方法、世界的規模の取り組みを冒頭データで紹介。

あなたの悩み…じっくり話してみませんか？相談料は無料です。お気軽にどうぞ。



健創研・ホノミ漢方会会員 心とからだの健康相談は

あおい薬局

〒349-0104 埼玉県蓮田市緑町2-22-14

電話 048-769-1352

営業時間 AM9:30～PM6:00 駐車場4台完備

月曜・木曜・日曜
祭日は定休日です