

# 手づくり健康ニュースNo.369

発行所あおい薬局  
〒349-0104  
蓮田市緑町2-22-14  
TEL 048-769-1352  
発行人 並木 望

ぬるめの湯舟につかり、軽く汗をかく運動など、梅雨を少しでも快適に過ごしたいですね

健康な女性に  
生理痛はないんです



生理痛で悩む多くの人が「生理痛はしょうがないもの」と思いませんか？若い女性が漫然と鎮痛剤を使っている現実にも驚かされます。

生理痛は身体の「冷え」と関係があると言われています。冷えは身体の血流や内臓の働きを滞らせてしまいます。すると柔軟性を失った子宮壁は硬くなり、生理の際に痛みが強まるそうです。デリケートな女性の体は体内のホルモンバランスが大きく影響します。体の内から血の巡りを良くして冷え性や生理痛から解放されて、心も体も健康になりましょう！

良い血をつくり、血行を良くする天然生薬をバランス良く配合した漢方薬

不妊の方の根本療法として多くの女性に喜ばれています

漢方薬

**エッキ錠** 第3類医薬品  
360錠 7,227円(税込)

貧血を改善し、ホルモン分泌を高め、増血の手助けをします。体を内側から温め、辛い症状をとります。

便秘、頭痛、生理痛、生理不順、肌あれ、冷え症、貧血、不妊、イライラ、不眠、めまい、肩こり

♡ エッキ錠は妊婦の方も授乳中のお母さんにもおすすめしている安全な漢方です

エッキ錠をより有効に使うために

ご相談ください

- ◎ 体を芯から温めるお茶 **活気参**
- ◎ おなかが弱い人に **フラリンJ** (第2類医薬品)
- ◎ 胃腸が弱い人に **六君子気錠** (第2類医薬品)
- ◎ 胃腸が弱い人に **フラリンJ** (第2類医薬品)
- ◎ 力のある血液をつくる **コンクレバン** (第3類医薬品)
- ◎ 食生活の改善、体質改善 **バイオリック**

事例 20代の頃、2,3ヶ月に一度は頭痛、吐気のあるひどい生理痛に悩まされ、その度、鎮痛剤を服用していた。エッキをおよぶようになり、あんなにひどかった生理痛がなくなった。30代頃、生理がダラダラと長引き、忘れていたエッキと活気参をおよぶ功により、スッキリ治りました。以来、ずっと愛飲しています。

あおい薬局6月予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				定休日	お休3倍	予約のみ
5	6	7	8	9	10	11
定休日	定休日		バジチック	定休日		予約のみ
12	13	14	15	16	17	18
定休日	定休日		お休3倍	定休日		予約のみ
19	20	21	22	23	24	25
定休日	定休日			定休日	お休3倍	予約のみ
26	27	28	29	30		
イベント ハステア	定休日			定休日		

参加者にバイオリック100粒!

- ♡ 6/8(水)バジチック測定会 10時~15時
- ♡ 6/6(日)13時半~ハステアにて 筋力認知症予防の指導をして下さる本山先生による講演会
- 『本山式感覚神経トレーニング』(20名様) 参加者に豪華おみやげ
- ※ いずれのイベントもご予約優先(当日参加可あり)
- みなさんの参加お待ちしております!

# 認知症は予防が有効な病気です!



## 健康長寿のサプリメント

3つの成分の  
組合せが重要!

シーアルパ100 180粒 10,260円(税込)



- ◎ 糖や中性脂肪、コレステロール、塩分など気になりませんか?
- ◎ お肉中心で青魚が少ない
- ◎ ドドロ生活よりササ生活が良いですね!

こぼあはたに  
オスX

## 健康長寿の漢方薬

パナパール カプセル錠 第3類医薬品

270カプセル) 11,660円(税込)

1. 筋力減少防止
2. 骨量低下防止
3. 血球の弾力を保つ赤血球の変形能を高め、血液の流れを良くする
4. 皮膚の肉芽発育を高める

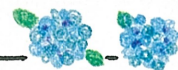


薬理作用が認められ  
抗認知症薬として  
特許を取得!

♥ 認知機能改善のため、運動指導を全国で実施されている 本山先生が6/5(日)バトシアにて講演していただきます。興味のある方、ご参加お待ちしております。詳しくは別紙リーフレットをご覧ください!



## ちょっと思うこと...



4/17,18 京都にて、「ホノミ漢方全国大会」に参加しました。日本古来の伝統医学として発展してきた漢方医学を基に、現代人に合った薬づくりを誠実に、安心安全なものを追求し、尽力していることが感じられました。だから私も長くホノミ製品を安心してつかい続けてこれたのだと思います。

次の日の京都観光中に「つくばい」(庭に備えてある手水鉢)を見つけました。水が溜まっているところが、「ロ」になっていて、「五」「佳」「止」「矢」という字が刻まれています。それらの字に「ロ」をつけて読むと「吾唯足知」(われただたるをしる)となり、簡単に言えば「満足する気持ちを持ちなさい」とのことです。健康についても、もっとも必を求めたのではなく、年相応ありのまを認め、多少の不調はあっても、なんとなく元気に過ぎていけることが幸せなのではないのかなと思います。

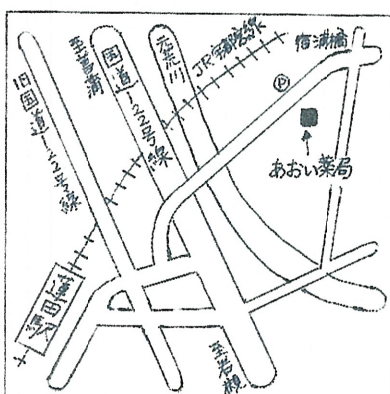


中村由記

6月といえば梅雨、「雨に濡れた薄紫のアジサイにカタツムリ」の光景が目につかびますが、最近は四季の変化がはっきりしなくなり、四季折々の風情が感じられなくなり、ちょっと寂しい思いです。天候の異常や新型コロナウイルスの出現、生活様式の変化など様々な要因で、子供たちの成長の過程も私たちが経験した過程と違ってきているようです。特に女性では、初潮年齢が早くなり、体と心の成長のバランスの調整が難しいようです。最近若い女性の相談で、生理不順や生理痛などが多く、女性の体について、正しい情報が乏しい現実が心配になります。私たちの体は生きています。一瞬も休むことなく周りの環境の変化に適用しようと微調整を繰り返しながらバランスを取り続けています。女性は初潮、妊娠、出産、そして更年期へと向かいますが、その変調期に様々な苦情を訴えることが多いようです。その時々現れるいろいろな症状の意味を理解しておく、体調の変化を受け止めやすく、安心感が持てます。私は中学生の時に、家庭科の先生から教わった「生理痛はお産の時の陣痛の予行練習です」が、生理痛に対する安心感につながりました。難しい知識や理論だけでなく、体験と愛情に裏打ちされた活きた情報を伝えられたらと思っています。

並木 望

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

# あおい薬局

〒349-0104 埼玉県蓮田市緑町 2-22-14

電話 048-769-1352 ウェブサイト <https://aoimedical1983.com>

営業時間 9:30AM~6:00PM 駐車場 4台完備

月曜・木曜・土曜(予約制相談のみ)  
日曜・祝日は定休日です