

使い心地がよい日焼け止め

汗・皮脂に強いのに**石鹸**で簡単に落ちる
しかも **SPF50&PA+++** で
しっかり紫外線をブロック



ケアイ薬品で**人気NO1**の日焼け止め♪

ジェルタイプなので塗り心地はサラッと重たくないのに落ちにくい。
☆敏感肌・お子さまや男性にも☆

リスブラン: UVプロテクトジェル
45g 3200円+税

ケアイ新聞 健康相談所版

2018年
5月
第37号



ケアイ薬品健康相談所は平成27年5月2日に丸屋町商店街にオープンしました。それから丸3年お蔭さまで地元の皆様様に「気軽に健康を相談できる薬屋さん」として徐々に認めて頂けるようになりました。これから4年目を迎え、益々勉強を重ねていき、皆さまの心身の悩みをお気持ちも含めて解決するお手伝いができるように頑張っております。これからは、どうぞ、よろしくお願いたします。

健康相談所店主

磯崎香

朝、胃が重い、疲れが取れない、夜中起きる(熟睡できない) 逆流性食道炎・機能性胃腸障害などの胃腸の不調、 皮膚炎(アトピー)や病気が治らない…などのお悩みありませんか?

実は、その不調の原因は**夜**にあったんです!!



気軽に
相談してね

- ・20時以降の夜ご飯!
- ・夜ご飯をガッツリ食べる!
- ・夜ご飯後に飲食(おやつやお酒)!

寝る3~5時間前までは食べないことが理想ですが、それが出来ないのが忙しい現代人の毎日ですね…

帰宅時間
が遅い



付き合い



夜食
おやつ

夜ご飯が遅い
夜ご飯を食べて
直ぐに寝る

「夜ご飯が遅く、夜ご飯を食べてから寝るまでの時間が短い方」は寝る時間に胃に食べ物が残っているため、眠りを妨げ(夜中に何度も起きる)、胃腸に負担を掛け(胃腸機能低下を招く)、寝ている間に行われる身体の修復や調整作業を妨げてしまいます。その結果、熟睡できず、朝起きても「疲れが取れない…」「胃が重く朝ご飯が食べられない…」ということに…。もちろん、夜の修復ができにくいので「皮膚病や病気がなかなか治らない…」なんてことにもつながります。とはいえ生活環境を変えるのは難しい…でも、大丈夫♪お任せください♪そんなあなたを助けてくれる素晴らしい漢方があるんです。しかも夜ご飯後に飲むだけ簡単!! 夜ご飯が遅いあなたの健康に漢方を飲んでみませんか? 相談してね♪

ケアイ薬品 健康相談所 <水・日曜日・祝日がお休み>

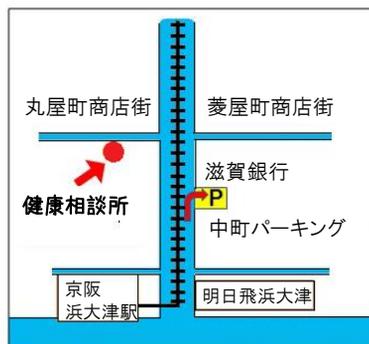
駐車場は中町パーキングをご利用ください



健康相談所の
磯崎 香です。
申年・いて座
A型・大津出身
大学院生(鍼灸師)の息子1人

やさしい女性スタッフが
あなたの健康をサポート
いたします。なんでも、
お気軽にご相談下さいね。

がん治療中の方の身体づくりも
ご相談ください。



【営業時間】 午前10時から午後6時 【電話】 077-522-8039
【住所】 〒520-0043 大津市中央1丁目5-4 丸屋町商店街内

5,000円以上お買上げで1時間無料券を進呈

紫外線や近赤外線からお肌のダメージ気になりますよね？



そこでおすすめなのが**スクアレン**です!!

スクアレンには、**紫外線や近赤外線からお肌を保護する働き、ダメージを受けたお肌の修復力をアップする働き、抗炎症作用・美肌作用**などがあるんですよ♪

日焼け対策の使い方は、とっても簡単!!

- ・お顔は洗顔後に塗るだけ♪
- ・身体（デコルテや手足）は、日焼け止め塗る前に塗るだけ♪
- ・日焼けした後に塗るだけ♪



店主：磯崎香

すごいのは塗るだけでなく飲むことで、身体の内側からお肌のケアができる♪

スクアレン大好き店主の磯崎です。スクアレンは体内でも生成されており美容と健康に役立つ物質として知られています。飲んで塗っても使えて赤ちゃん、ワンちゃん、ネコちゃんにも使える優れものです♪

安心安全なのでお薬を使いたくない方や赤ちゃんや敏感肌の方にも使って頂けます。夏の紫外線や近赤外線からのダメージが気になる方に。

お買い物割引券
このチケットをお持ちの方、商品一品一個に限り

15% OFF

(特価品・推奨品・一部メーカー品を除く)
6月末まで有効・他チケットと併用不可
丸屋町商店街 健康相談所
TEL: 077-522-8039

お買い物券

¥100

1点500円以上お買い上げの方
6月末まで有効・他チケットと併用不可
丸屋町商店街 健康相談所
TEL: 077-522-8039

お買い物券

¥100

1点500円以上お買い上げの方
6月末まで有効・他チケットと併用不可
丸屋町商店街 健康相談所
TEL: 077-522-8039

赤ちゃんがほしい…まずは、身体づくりから始めませんか？



健康相談所では妊娠しやすい心身作りのご相談を承っております!!
病院で治療されている方も身体づくりは大切ですよ。



健康相談所 LINE@

赤ちゃんがほしい!! そんな時こそ漢方相談♪ まずは、ご予約くださいね♪ 電話: 077-522-8039

「機能性胃腸障害って?」

5月は4月と同じく自律神経の影響を受けやすい時期です。また入学や就職、昇進、転勤、引越など新しい生活・環境での疲れがピークになり「仕事や学校に行きたくない」「プチャウつ状態になる方も増える時期です。」

そんな5月に多いのがストレスが関係する病気です。ストレスで自律神経が乱れてイライラや不安や焦りなどマイナスな感情が抑えられなくなる方もおられますし、ストレスが続くことで胃や腸の働きに影響が出て機能性胃腸障害過敏性腸症候群、胃潰瘍・十二指腸潰瘍を発症されるもおられます。

その中で**機能性胃腸障害**とは、西洋医学的に言うとストレスなどが原因で胃腸の動きが悪くなり、胃カメラや大腸カメラなどの検査を行っても全く異常が無いにも関わらず、胃の痛みやもたれ感、焼けるような感じ、膨満感などの症状がみられる病気です。新しい病気とされていますが実は中医学（漢方）では「**脾虚（ひきよ）**」と呼ばれる「胃腸虚弱な体質」のことです。

この体質の方は直ぐに胃腸の調子を崩してしまいますので、冷たい物を飲食しただけで下痢をしたり、直ぐに胃が痛くなったたり消化不良を起こしてしまいます。

例えば、普通の人は大丈夫な量を「脾虚」の人が食べたなら胃腸の働きが弱いので消化しきれなくて胃や腸に負担をかけて、その結果、下痢などなにかしらの不調を起こしてしまいます。

逆に胃腸の働きがめちゃくちゃ良い人でも、食べ過ぎ飲み過ぎや脂っこい物など消化に悪い物をたくさん食べたり、夜ご飯が遅い時には胃がもたれたりします。そんな人は、胃腸は悪くも弱くもないけど、胃腸に負担をかける食生活をしているせいで、不調が起こしてしまいます。

ストレスでの影響も同じです。胃腸の強弱関わらず、その人にとって限界を超えるストレスが続いたら胃腸の機能を調整している自律神経が乱れて、消化吸収能力を落として、その結果、様々な不調を起こしてしまいます。

いずれにしても、中医学の世界では機能性胃腸障害のような症状は得意中の得意です。食養生と胃腸の働きを回復させる漢方や消化を助ける漢方などを併用して飲むことで脾虚の体質改善をして治すことができます。

ケイアイ薬品健康相談所では胃腸の不調の漢方相談をさせて頂いています。ちょっとした食&漢方養することで治せることはたくさんあります。いつでもご相談にいらしてくださいね。