

ケアイ薬品健康相談所 かおりさんのつぶやき

2020年5月

ケアイ薬品健康相談所のいそぎかおりです。

新型コロナウイルスの勢いも、**マスクの着用 徹底した手洗い 三密を避ける 自粛生活** など全国民みなさまの一人一人の真面目な努力により、ようやく結果が出てきて、色々が緩和されてきましたね。

やれやれ…ですね(^^)

しかし、これから第2波、第3波、経済復旧など乗り越えていかなければいけないこと、今まで当たり前だった日常が大きく変わってくるなどがたくさん出てきます。

また、新型コロナが終息しても、また新たなウイルスが必ず出てきます。だからと言ってこれからの生活でウイルスに怯えて人との接触を避け、「年中マスク着用」が当たり前…なんてことが普通になったら嫌ですよ。

これからどんなウイルスが出てきようとも自分や家族が大丈夫でいるためには「**免疫を整える**」しかありません。

そのためには、食生活を含む生活習慣の改善はもちろん、自分の体質を知ってこまめに養生することが大切です。

食や免疫のこと、いつでもご相談ください。
今月も頑張っていきましょう。

薬屋おすすめ商品

女性を助ける漢方です（男性も飲めるけど）

ふほうとうきとう 婦宝当帰膠



とろり液薬



お湯で割って朝晩飲むだけ

血液を増やし身体を温め、ホルモンバランスや生理周期を整え、身体の隅々まで潤いをもたせる…毎日飲むことで、体調もお肌や髪の毛の調子もめっちゃくちゃ良くなる☆女性にとって素晴らしい効能効果のある当帰を主成分とした漢方です。

全国でもケアイ薬品健康相談所でも多くの方が飲まれていて、「冷えが改善した」「体調が良くなった」など喜びのお声を頂いています。生理不順や生理痛の改善、子宝のベース漢方、貧血や更年期障害でお悩みの方にピッタリです。

店内で試飲できます。



婦宝当帰膠

1本 5,340円＋税
2本 9,710円＋税

あなたも飲んでみて☆

肥満が新型コロナウイルスの 重症化を招く

肥満

アカン
アカン



このままでいいの？

フランスのパスツール研究室、英国ロンドン大学、米国マウントサイナイ病院などの感染専門医、救急医の分析によると、新型コロナウイルス感染症患者の中で重症化して人工呼吸器が必要になる率は**肥満者で著しく高くなる**ことが明らかになっています。また、人工呼吸器から離脱できた率も肥満者では、明らかに少ないことも明らかになっています。

怖いですね。肥満は今回の新型コロナウイルス重症化だけでなく、糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病やメタボリックシンドロームの発症に大きく関係しています。肥満を放置することで生活習慣病を悪化させ、血管を傷つけたり、もろくしたりして、やがて動脈硬化を引き起こし、その結果、心筋梗塞や脳卒中などの重大な病気へと進む原因ともなります。

肥満 改善しましょう!!ご相談ください☆

かおりさんの食育道

病気を招き免疫を下げる飲食物

肉類、牛乳及び乳製品、魚介類、揚げ物、卵、白砂糖、アイスクリーム、甘いジュース、チョコレート、ビールなどのアルコール、コーヒー、たばこ、化学添加物、抗生物質など。

上記の食物の過食は脾胃（胃腸：消化吸収）の働きを悪くし、腸内環境を酷く汚して湿熱病邪（しつねつびょうじゃ）を溜めるので、糖尿病や肥満、高血圧などの生活習慣病、がんなど様々な病気を生み出して、悪化させ、更に免疫も落とします。

免疫で言えば、一生懸命マスクをして、手洗いを念入りにして感染予防を徹底していても、これらのものを食べ過ぎたり飲み過ぎたりする食生活を続けてしていると身体を守る免疫がうまく働けないので、感染症にかかりやすくなります。

つつい食べ過ぎちゃう、家飲みでつつい飲み過ぎちゃうお風呂の後のアイス…なんて方は要注意ですよ。

健康のために
食生活の見直し
してみませんか？

ご相談ください





クスッと笑える小話3つ



試着 試着を終えたお客様に、店員が話しかけている。



店員

どこかキリイところが
ありますでしょうか？

値段



客

食欲は？ 具合悪そうな息子を病院に連れていった時のこと。



医者

食欲は？

オカズ次第

息子



オレオレ詐欺 うちのばあちゃんは、とてもたくましい。



詐欺師

オレオレ！

ダレダレ？

ばあちゃん



ちょっと、笑って頂けましたか笑？！笑うことは、免疫力アップ、血糖値を下げる、疼痛の軽減、免疫のコントロール力アップ、アトピーの改善、脳の血流をふやす、頭をリラックスさせる、記憶力&思考力アップなど素晴らしい効果がある事が分かっています☆更に、30秒笑うと3分散歩したのと同じ運動効果も☆

子どもは1日に300回笑うと言われますが、大人では20回といわれます。辛いことやしんどいことがあるとなかなか笑うこともできないと思われるかもしれませんが、笑顔を作ることによって楽しい気持ちになります。笑顔を増やして楽しい1日を！！

金不換といわれた最高級の人参

三七宝(田七(三七)人参100%)



三七宝

150粒
13,000円+税
600粒
42,000円+税

田七(三七)人参は、ウコギ科人参属の植物の根菜で、7年かけてやっと育つために田七(三七)と呼ばれています。田七(三七)人参は土壌の栄養をこつとく吸い上げてしまうので一回収穫すると、その後、その土地は10年間、雑草も生えないほどにやせ細ってしまうと言われています。

このように成長するまでが年数が掛かり、量産できないため中国では別名「金不換」つまり「お金に換えられない」と言われているほど貴重な生薬とされてきたのです。

ズバリ、田七(三七)人参の最大の効能は血液をキレイにして免疫力を高めることです。約500年前の中国の文献にて「血液循環を良くし、痛みを止め、内蔵の出血を止める」として紹介されていた、無類の上薬だったそうです。(上薬とは「長く飲んでも副作用がない、穏やかな作用の漢方薬」を意味しています。)

三七宝をあなたの健康維持・改善にお役立てください(^_-)-☆

自分を守るのは自分の免疫しかない

これからは 免疫UPの 時代



新型コロナの感染拡大が落ち着いてきて思うのは、

やはり、**免疫が大事だな！**

ということです。と言っても免疫はただ単に上げればいいものではなく、免疫がウイルスなどの外敵が来た時に的確に働けるようにすることが大切です。

つまり、**免疫のコントロール力が必要**

なんですね。免疫は連携プレーで働くので、コントロールを失えば連携プレーは成り立たず、感染を防げないばかりか重症化させてしまうことにつながります。

ちなみに、今回の新型コロナで話題になった「サイトカインストーム」も鎮痛剤による免疫暴走ですね。免疫が暴走する…つまり正常に働かないということは、重症化を招く恐ろしい事態を引き起こします。

これから先、自分や家族を感染症から守るためには、免疫は外せない大切なものになります。

＊＊免疫力をつけるには？

食生活を含む生活習慣を正す

つまり、規則正しい生活を送ることが一番大切です。

バランスのよい食事を原八分目にする。
身体に障る飲食物を減らす。
和食中心の温かい食事を食べる。
22～23時には就寝する。
身体を動かす。
ストレスを減らす。

自分の体質にあった養生法

漢方や健康食品で体質改善や免疫力UPをする。

体質に合わせた養生法は、いつでも、ご相談くださいね。



ケアイ薬品健康相談所 大津市中央一丁目5-4 (丸屋町商店街)
営業時間：10～18時 水・日・祝お休み ☎077-522-8039
ご予約優先 (ご相談の方はご予約くださいね)