

# ケイアイ薬品健康相談所 かおりさんのつぶやき 2024年

丸屋町商店街

「ケイアイ薬品健康相談所」の  
いそぎかおりです。



皆さま、こんにちは☺ やってきましたね 真夏 が🌻 近年では気温が35℃超えが当たり前。なんなら 40℃超え でもへー っ感じだったりしますが。。しかし、私が以前 タイ に旅行に行った時に初めて 40℃越え(42℃) を経験しましたが、日傘や日影も意味がなく、息もしにくく、汗をかいても直ぐに蒸発してしまい、世界遺産で 焦げそう でした🌻 更に携帯は高温警告が出て使えなくて大変でした。 猛暑、侮るなかれ🌻

地球温暖化で今後も地球の温度が上がり続け、台風や豪雨がひどくなってきたり…と考えると怖いですが、どんな時でも、**快食・快眠・快便** で **規則正しい生活** を送ることが身を守ることに繋がります。 **健康第一、元気に酷暑を乗り越えよう!!**

## かおりさんの食育道

みんな大好き枝豆



夏と言えば枝豆!! 美味しいですよ～

枝豆は、豆と野菜の両方の栄養的特徴を持った栄養価が高い野菜です。タンパク質、ビタミンB1、カリウム、食物繊維、鉄分などを豊富に含んでいます。

**ビタミンB1** は消化液の分泌を促し糖質をエネルギーに変えるのを助けるので、スタミナ不足の解消に効果があります。更に枝豆のタンパク質にあるメチオニンはビタミンB1、ビタミンCと共に **アルコールの分解を促し、肝機能の働きを助ける** ので、飲み過ぎや二日酔いにも効果があり、お酒のお供にピッタリ!!

私が好きでよく作っているのが、茹でた枝豆をオリーブオイルで炒めた **名もない料理** です笑 味付けはガーリック胡椒や醤油などお好みで!! 鷹の爪と塩もGOOD🌟

ひと手間をかけるだけで、普通の枝豆が **めちゃくちゃ美味しく** 大変身ですよー。



ぜひ、作ってみてくださいね～

# 毎日の麦味参で 酷暑を元気に乗り切ろう



夏の必須  
アイテム

麦味参(ばくみさん)は、8歳～飲める **元気回復漢方** です。毎日飲むことで夏バテ対策がバッチリですよ。酷暑の通勤や通学・家事育児・スポーツ・庭仕事・畑仕事の方、ぜひ、お試しくださいませ。

## バテたくないあなたに 麦味参の飲み方

**グリーンダカラ** や **麦茶** などのペットボトルに  
1～2包を溶かしてお飲みください

麦味参で毎年元気に過ごせて  
ほんとうに助かっています



フリフリして  
飲んでね～

水分補給で元気  
も補給～

飲んでて  
良かった



又は、朝夕に1包ずつお湯に溶かして飲んでね

暑い中の外出・仕事、暑さで体がしんどくて回復しない時、暑い日のスポーツ、汗を沢山かいた時、動悸・息切れ、不整脈、すぐ疲れる、疲れが取れない、喉が渇く、夏バテ&熱中症の予防・回復、胃腸虚弱、食欲不振など

暑さで出た体調不良に最適

# キンキンに冷えた飲食が 夏バテを作る



くう～美味しい



## でも、ちょっと待って!!

その行為が夏バテを招きます

暑い夏はキンキンに冷えたアイスやビールなどのお酒、ジュースやお茶などが本当に美味しいですが、冷た過ぎる物は **胃腸(内臓)をキンキン冷やしてしまい、胃腸の機能を弱らせて** いきます。

その結果、素麺や冷奴などあっさりしたものしか食べられなくなり、それが続くと栄養不足から **夏バテを招いて** しまうのです👉

**胃腸機能低下** ⇒⇒⇒ **夏バテ**

冷蔵庫から出したばかりのお茶や水を飲む、氷を入れた飲み物を飲む、などは日常的なことに思えますが、実は胃を **0℃** に冷やしてしまう **危険な行為** なんです。胃を冷やすと全ての内臓の機能を下げたしまい **体調不良を招いて** しまいます。日常の飲み物は、できるだけ **40℃以上** 無理ならせめて **常温以上** にしましょう👉

## 気づけてなかに?

動悸・息切れ・気付けに **救心**

昔からある **救心** という小さい小さい粒薬をご存知の方も多いと思います。動悸・息切れ・気付けに使う和漢薬で、今は外国の方が買い占めるほどの人気で一般の薬屋さんでは欠品が続いています。

主な構成成分は、蟾酥、牛黄、鹿茸末、人参、羚羊角末、真珠、沈香、龍腦、動物胆で、動物薬が多いのが特徴です。ちなみに蟾酥(せんそ)は **カエルの油(ガマの油)(分泌物)** で、強心作用、血圧降下作用、冠血管拡張作用、胃液分泌抑制作用、局所麻痺作用、抗炎症作用などがあり、昔から気付けに使われてきました。

話がそれましたが、この効能効果の1つである **気つけ** とは、**気が乱れて巡りが悪くなっている状態を元に戻す** という意味だそうです。**気の乱れを整えてくれる** んですね。つまり **自律神経の乱れを整えてくれる** もの…でもあるんです。

「**全ての病は気の乱れから生まれる**」という言葉があるくらい気の乱れを良くすることが漢方治療の第一歩となります。精神的なお悩みが気を乱します。当店では気つけのお薬は **救心感応丸 氣律鼓心** などを置いています。1回分から販売しているのでぜひ👉

# 夏と言えばバランスター-WZ



夏バテの原因の1つが **微量栄養不足** です。バランスターWZは、**牡蠣の栄養** を余すことなく取り出した **栄養補助食品** です。

## バランスターWZのお陰で助かっている

とのお声をたくさんいただいています。夏の身体は他の季節と違い消耗が激しいのに、暑くて食欲も出ない…なんてことが多いですが、**バランスターWZを毎日しっかりと飲んで**いると**確実に微量栄養が摂取できる** ので酷暑でも乗り越えられるんです!!

## 漢方や薬との併用で更に効果的

この夏を元気に乗り越えたい方に **カキ肉エキスバランスターWZ** をプラスされることをおすすめします。疲れが取れやすくなりますよ。

## お悩み解決(健康相談&九星気学鑑定) ケイ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 (18時以降は応相談)

休み:水・日・祝日 ☎ **077-522-8039**

店主の磯崎香です。大津市富士見台育ちのA型です。ケイアイ薬品健康相談所では「健康の基本は食」という考えを基本に、中医学(漢方)の考えを取り入れたご相談をさせて頂いております。なかなか治らない症状や病気、毎日の健康維持や病気予防、がんなど重い病気のケアや再発防止、妊活・子育て相談など幅広く対応しております。お悩みのある方は、まずは、お話を聞かせてください。相談して治せることがたくさんありますよ。お気軽にご相談くださいね👉

いそぎき  
かおり  
55歳



ご相談は、**お電話** か **LINE** などから事前に **ご予約** をお願い致します。お買い物だけの方はご予約は不要ですが、ご来店前にご連絡をいただくとスムーズです。



HP  
ホームページ



LINE  
友達追加して  
メッセージを送ってね