



子どもの成長を願う、端午の節句。子どもの健康には、「脾」がキーポイント!!

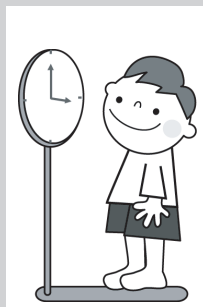
## 春の土用と子ども

5/5は子供の日! 暦上では春から夏に移り変わる節目、「立夏」と呼ばれます。

4月終わりから5月の初めは「春の土用」と言い、うなぎを食べる「夏の1年に4回ある「土用」は、胃腸が弱りやすい時期でもあります。東洋医学では、おなかのことを「脾」と呼びます。

子供の成長を願う端午の節句ではありますが、実は子供の健康って「脾」がとっても大切! 喘息やアトピーなどのアレルギーがある、お腹をすぐこわす、病気にかかりやすい、元気がない、落ち着きがない…

様々なお悩みが、おなかを温め整えてあげることで調子が良くなるといわれています。これから暑くなってくると冷たいジュースやアイスクリームがおいしい時期ですが、食べ過ぎないことが大切です。そしておなかに負担をかけないように、しっかりしっかり、よく噛んで食べましょう。もちろん大人にとっても大切です!



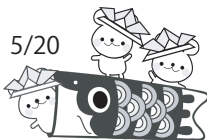
### お知らせ

#### ■ 鍼灸院臨時休業のお知らせ

(全日休業) 4/26、5/6、5/17、5/20

(午前のみ営業) 4/27、5/9

(午後のみ営業) 5/24、5/26



#### ■ 5/12・13・14 「未病ラボフェス」開催!!

生薬やアロマを使ったワークショップ、東洋医学健康法の体験、様々なセミナー、薬膳ランチなど、東洋医学を身近に感じて頂ける3日間!

13日の薬膳プレートランチやスイーツは、前売り券も販売しております。(前売り券販売は5/9の15時まで)

詳細は、カイセイ薬局ホームページのフェス特設ページ、または、「未病ラボフェス」で検索!

10:00 ~ 17:00 (最終日 16:00 まで)

#### ■ ヒーリングヨガ教室、開催日変更のお知らせ

5/31(水)に予定しておりました教室は、5/24(水)へ変更になりました。ご予約はHP、お電話などで承ります。

### 今月の 薬膳茶

おなかのもたれをスッキリ♪

## 消化促進茶

食べ過ぎで胃がもたれることがあれば、ストレスで消化が悪くなることも。ウーロン茶は消化を助けて脂肪を燃焼させる働きがあります。サンザシは甘酸っぱく、特に肉類の消化が得意!



みかんの果皮であるチンピは、胃薬としてよく用いられ、胃を健康にしたり、気の巡りをよくしてストレスを緩和してくれます。

材料：ウーロン茶・サンザシ・チンピ

### 講座 pick up!

東洋医学の理論をアロマテラピーにも!

## 【女性ホルモンと漢方アロマ教室】

日時：5/29(月) 10:00 ~ 12:00

参加費：1000円



矢野久美子先生

東洋医学の思想をベースにしたアロマテラピーである漢方アロマ。女性の一生を支える「女性ホルモン」を東洋医学的にとらえ、漢方アロマでのセルフケア方法を学びます。

各種講座のスケジュールとご予約はこちら!

<http://kaisei-drug.co.jp/wp/calendar>



## お灸について



お灸に使うモグサはヨモギの葉の裏の綿毛だけを集め、精製したものです。

ヨモギにはチネオールという精油成分が含まれ、リラックス効果があります。

漢方では「艾葉」と呼ばれ、止血作用がります。

鍼、灸の効果として鎮痛・調整・防衛・消炎作用などあるが、特にお灸には止血、造血、止血作用があるとされています。

お灸を継続的に行うことで、体が丈夫になった、風邪をひきにくくなったなど、よく聞かれます。局所を温め、循環を改善、生体の防御機能を増す効果により、免疫機能アップし、体が丈夫になるのです。

### 温灸の種類

… 輻射熱で温熱刺激を与えるもの

#### ◆台座灸



厚さ数ミリの台座を使用して皮膚との距離をあげ、モグサを燃焼させる。いわゆる、せんねん灸。火をつけて台座シールをはがして貼るだけなので簡単。

#### ◆棒灸



モグサを和紙で棒状に巻き、先端を燃焼させ、患部に近づけ温熱刺激を与える。お灸と体に熱を当てる距離を自分で調節できるため安全に使用できる。

#### ◆隔物灸



モグサと皮膚の間に物を置いてお灸する。ニンニク、生姜、味噌、ビワの葉など。熱を通しやすくしたり、薬効もあわせて発揮する。

## スタッフおすすめ

### 生薬

#### 山査子 (サンザシ)



山査子  
100g: 648円

砂糖と寒天を加えてスティックしたお菓子としても有名な、酸味のある果実です。漢方では血をサラサラにして巡らせる「活血」という働きがあります。消化剤として、特に肉類の消化を助けてくれるので、ダイエットにもおすすめ。未病ラボフェスで販売する、美肌スムージーにも入ってますよ♪

### つぼ

#### やる気スイッチ



**百会**：耳を前に倒し、耳の先端と先端を結んだ線上の真ん中

陽の経脈が会うところで、やる気を出す、興奮しすぎて頭にこもった熱を取り去る、便秘に効果があるなど。。万能なツボといわれています。

### 未病ラボ スタッフ ひとりごと



矢野

最近、小説家の江國香織さんの本をよく読みます。短い言葉にこめられた切なさや美しさに、言葉ってすごい！と改めて感動。特に短編の「デューク」はワンコ好きには涙なしに読めません…



瀬戸

時間があるときは気まぐれ散歩へ。普段は見過ごしてしまうお店や、公園などの遊び場を発見したり、季節の変化も感じる事ができ、とても楽しいです。帰りはおいしいもの買って帰宅。



野村

最近ぬか漬けを作っています！きゅうりや人参なども美味しいですが、個人的にはオクラやみょうがが好きです。発酵食品でおなかにもよいので、続けていこうと思います！

### 【漢方薬】

- 煎じ薬：600円 / 日～
  - エキス剤：400円 / 日～
- その他、錠剤・粉末・シロップ等あり

### 薬局

【ワンコインメニュー 500円】

みみつぼ・アロマハンドマッサージ  
漢方足湯・温灸椅子 etc.

### 鍼灸院

- メディカル鍼灸：4000円
- 美容鍼：6000円
- メディカル&美容鍼セット：8000円
- クイック鍼：1000円 / 一カ所

mebyou

漢方未病ラボ薬局

☎092-406-0336

福岡市城南区荒江1丁目25-15-2F  
(荒江四ツ角交差点ヨコ/オレンジ色のエレベーターを上げて下さい)  
◎西鉄バス(荒江四ツ角)バス停下車 ◎店舗横にコインパーキング有り  
[営業時間]月曜～金曜/9:00～18:00 土曜/9:00～13:00  
[定休日]日曜・祝日

<http://www.kaisei-drug.co.jp/>

ブログ&facebook やってます！

回生薬局 検索



1Fはカイセイ薬局  
佐々木眼科の上です。