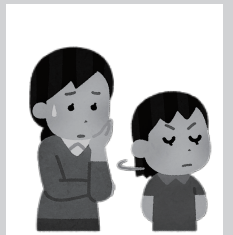




夏の早起きは三文の徳! 早めに活動開始して、ちょこっとお昼寝が夏の養生法。

思春期のカラダ

学生のみなさんは、もうすぐ夏休みに入りますね! 小学生以下のお子さんは夏のイベント盛りだくさん、中高生は部活に塾にとなかなか忙しいかもしれません。中学生と高校1~2年生くらいまではいわゆる「思春期」と呼ばれる時期になります。どのご家庭でも、急速に成長していく我が子に対して戸惑っておられるのでは? 乳児期、幼児期、学童時、思春期と、成長途中である子供の心と体はそのステージごとに変化します。小さなころは脾(胃腸)や肺(皮膚と呼吸器系)が比較的弱いですが、思春期になるとそれらは大人と同じように発達し病気にかかりにくくなります。ホルモンや生命を主る「腎」が急速に発達し、男女ともに体が大きく変化する時期。急な発達により腎のコントロールがうまくいかず、相生や相剋の関係の「肝」と「心」が影響を受けやすくなります。自律神経(肝)や高次脳機能(心)が不安定になるため、気持ちが揺れやすくなります。五臓のうち「心」は熱に弱い臓腑。夏の暑さに影響を受けやすいため、ちょっとしたお昼寝でクールダウンも大切です。イライラに熱を冷ます菊花や薄荷もおすすめです。



お知らせ

■鍼灸院より新メニュー&キャンペーン

7/3 (水) より、美容鍼がリニューアルしてメニューに登場します! 小顔、リフトアップ、アンチエイジングなどの効果あり♡ デコルテやヘッドのミニマッサージ付き。まずは実感して頂けるよう、期間限定のキャンペーンです!

【7月限定★美容鍼体験キャンペーン】

7/3 ~ 7/31 美容鍼(60分) 初回体験価格!
通常 8,000円 → キャンペーン価格 6,000円

■未病ラボ インスタ始めました!



↑こんなアイコンです(^^)

Facebookに続き、最近Instagramも始めました。漢方薬局&鍼灸院の日常や、東洋医学を楽しくするちょこっと知識を公開中!

「みびょう」や「mebyolab」で検索してみてください

ださい♡フォローお待ちしております!

■酸梅湯手作りキット 7/15 ~ 夏期限定発売☆



中国や台湾の夏の風物詩、酸梅湯(サンメイタン)。梅を燻蒸したスモーキーな香りに山査子の酸味、甘草と氷砂糖の甘みが、夏の湯きとほてりを癒します。約1時間煎じて、出来上がりが1Lほどになります。

【1個(4名分) 648円】 さわやかに夏を乗り切りましょう♪

今月のゆる薬膳

夏を乗り切る! スッキリ養生粥

夏バテ対策に、スッキリ蓮のおかゆはいかがですか? 手間がかかると作る気がなくなるので、極力手間がかからない簡単レシピ☆蓮の葉は爽やかな風味で、夏に体へこもりがちな熱を冷ましむくみを解消します。蓮の実も夏に影響を受ける「心」の熱を冷まして精神を安定させ、おなかを強くしますよ♪

【作り方: 2人分】

米か玄米 1/2カップ 蓮の葉 2~3g 蓮の実 10個
塩適量(ダシを使ってもOK)



お米と蓮の実を入れて適量の水を入れ、炊飯器のおかゆモードもしくは鍋でおかゆを作ります。

おかゆが出来上がったら蓮の葉を入れて混ぜ、蒸らします。最後塩をお好みの量入れて出来上がり!

講座 pick up!

夏休み☆ちびっこ薬局体験会



お菓子など身近なものを使って調剤体験!
白衣も着れますよ(^^)

8/3 (土) 15:00 ~ 16:30
参加費: 500円 定員: 6名

参加費は全て慈善団体へ寄付いたします。

薬剤師のお仕事を体験してみませんか?
お薬作り体験、調剤室見学など。保護者同伴でお願いいたします。

対象: 小学生(小学3年生以上) 予約制
場所: カイセイ薬局荒江店(未病ラボのビル1F)

各種講座のスケジュールとご予約はこちら!

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

コラム

昔の薬で古臭い？画期的？実はすごい『仁丹』

仁丹と聞いて、どんなイメージがありますか？「おじいちゃん、お父さんが使ってた」「懐かしい匂い」など、古い昔の薬のイメージが強いのではないのでしょうか？現在は仁丹と言ってもピンとこない方も多いそうです。

仁丹は、風邪や食あたりで命を落とす人が多くいた明治半ば、万病に効果があり、飲みやすく携帯・保存に便利な薬はつくれないかと開発され、当時は「消化と毒消し薬」として発売。（現在は医薬部外品）

主要成分は甘草、阿仙薬、桂皮、ウイキョウ、生姜、丁子、甘茶など16種類の生薬が入っています。現在の効能は気分不快、口臭、二日酔い、縮酔、胸つかえ、悪心嘔吐、溜飲、めまい、暑気あたり、乗り物酔いと、多くの効能が記載されていますが、昔はもっと多くの効果の記載がされていたそうです。まさに万能薬！

口臭消しとしても有名な仁丹ですが、元々胃の消化機能を助けたり、食道から喉にかけての不快をとる効果があるため、胃からの口臭をとり、仁丹には保存のために殺菌作用のある銀箔をコーティングしてあるので、その殺菌作用でさらに口内の殺菌、口臭減が期待されるのでは？！

口臭の原因となっている胃からアプローチしている仁丹は、匂いの強いものや胃もたれしやすいものなどを食べた日などに最適の口臭エチケットアイテムかもしれませんね？！

最新の科学技術や研究開発された薬なども良いですが、昔からある薬のを改めてみると根強いファンや、現代まで残っているだけあって良いお薬がいっぱいあります。

子供から大人まで万能に効く仁丹を一家にひとつ置いてみてはいかがでしょう。



*真ん中の髷の人は軍人のように見えますが、外交官なんだそうです。創業者が薬を世界に広めるため、「薬の外交官」という意味を込めてあるそうです。

スタッフおすすめ

漢方

これいさん
五苓散



沢瀉 猪苓 桂皮
茯苓 白朮

ビアガーデンなどお酒を飲む機会が増える夏のシーズン！二日酔いにウコンは有名ですが、漢方では利水薬の五苓散がおすすめ。お酒によるむくみやだるさを解消し、翌朝スッキリ☆ドラッグストアでも売っているので、手軽に購入できます。肝臓に不安がある方は、肝臓保護薬である茵陳蒿（いんちんこう）をあわせた「茵陳五苓散」がおすすめ。さらに解毒を高め肝臓を守ります。お酒を飲むと痒みや蕁麻疹が出る方は特に良いですよ（^^）

つぼ

飲みすぎ食べ過ぎ

二日酔い対策のツボ



「内庭」足の第二、第三指の間のみずかきあたり。胃腸の熱をとり、胃をスッキリさせるツボです。



「足三里」下腿の全面。膝から指4本分下あたり。胃の調子を整え不快感、消化不良、吐き気など胃腸系の万能穴です

未病ラボ
スタッフ
ひとりごと



矢野

最近海外の薬剤師や鍼灸師の方と意見交換することが増えてきました。きっかけは、インスタ。英語バージョンでアカウントを作ってみました。私のへたくそな英語でも、意外と通じる…(´Д`)！海外の自然療法のリアルな情報が入ってきて、とても面白いです！



古賀
(瀬戸)

子どもが今猛威をふるっている手足口病に。手足口病に対する特効薬はないので、とりあえず口内炎と、手足口病なのになぜか一番ひどいおしりの湿疹をなんとかしようと思ひ、ササヘルスを飲ませ、ホノザルベを塗ると食欲も出るしプツプツおしりもみるみるキレイに！自分で使ってびっくりです！

【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
 - 子宝鍼灸：4500円
- 日・祝日が定休日となります。

mebyou

漢方未病ラボ薬局

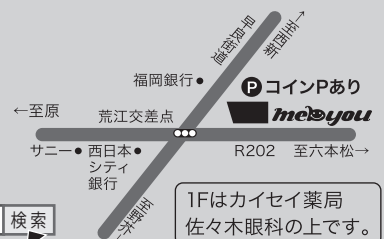
☎092-406-0336

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がって下さい)
◎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/9:00～17:00 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！

未病ラボ 検索



1Fはカイセイ薬局
佐々木眼科の上です。