

# ゆずりはニュース

ゆずりはスタッフの  
ちよと一言

みなさまこんにちは!!  
ゆずりは薬局パート薬剤師の  
白石です。今年もスタートして  
あっという間に1ヶ月がたちま  
した。新年のスタートいか  
でしたか?、私は年末年始を  
桑田佳佑さんのカウントダウン  
ライブに参加し、鎌倉へ初詣して  
パワーチャージしました。  
また、1/13には新見市の太池邸  
さんでこの一年の健康を祈って  
つくる新年の掛け香「カリログ」  
の講座を行いました!!。  
講師は香の師匠に来て頂きまた  
今年もいろんなことに  
チャレンジしていきます。  
ぜひとも思います。  
どうぞよろしく  
お願いします!!



## 今年も来た～花粉シーズン!

覚えていますか? 昨年の夏も暑かった!! 夏が暑いと花粉  
がたくさん育って、翌年の春から花粉が多く飛ぶと  
言われています。毎年症状が出て困っているかたは、

**予防・改善**

さっそく今から対策を始めましょう!! 早すぎはないです!



根本から  
治療  
(まほう)

**タウロミン**

体質改善の漢方薬と  
しっかり症状を抑える  
成分がひとつになった  
スペシャル処方です。  
早始めるほど、よいタイツ!

症状に合わせて  
飲む量を減らし  
ていくことが出来ます

**アレルギー体質に**

**タウロミン**

220錠(約18日分) ¥3,024  
440錠(約36日分) ¥5,292  
880錠(約73日分) ¥9,504

お得用!

## ゆずりは薬局

新見市石蟹65-5 ☆

TEL 0867-76-2355

営業時間

☆お気軽にお越し下さい☆

月・火・木・金 9:00～18:00 / 水 8:00～16:00 / 土 9:00～12:30

皆さんは爪のお手入れきちんとしていますか？私たちの爪は、物理的に指を保護したり、物をつかむときに支えとなる役割があります。それ以外にも爪の状態は体調を表す目安にもなります。ピンク色であれば体の末端まで血液が行き届いている健康な状態といえます。たかが爪と思わず、体の一部として日頃から爪の状態をチェックし、ケアも行って健康な爪を維持しましょう！

セルフケアとしては、爪は水に濡れたままにせず手を洗うなどしたらすぐに乾燥させる。爪の先にも保湿クリームを塗り、乾燥を防ぎ爪をマッサージして血流をよくしてあげましょう。そして、爪の主成分はたんぱく質(アミノ酸)です。その他にもビタミンA、ビタミンB2、ビタミンE、亜鉛、鉄などを中心にバランスのとれた食事を心がけましょう。

## 現代人に足りない栄養素とは

2本入  
¥3,888

4本入  
¥7020



皆さん、毎日の食事でタンパク質を摂っていますか？  
タンパク質不足は現代人の不調の原因になっています。  
また共通して足りていないのが鉄やビタミンB群です。

不足するとどうなるのか

|        |    |                                  |
|--------|----|----------------------------------|
| タンパク質  | 不足 | → 免疫力の低下。髪が傷む。<br>肌荒れ。肌のハリが失われる。 |
| 鉄      |    | → 慢性疲労。貧血。<br>爪が割れやすくなる。         |
| ビタミンB群 |    | → 体が疲れやすくなる。口内炎。                 |

このような症状が気になりだしたら...

**レバコール** 始めませんか？

体に必要なタンパク質・ミネラル・  
ビタミンがバランス良く配合さ  
れていて現代人の栄養不足を  
サポートするアミノ酸のドリンク  
です!!



ご要望、ご相談等ございましたら、下記のメール、電話でも受け付けております。お気軽にご連絡下さい。

メールアドレス: [info@yuzuriha-mj.jp](mailto:info@yuzuriha-mj.jp)

TEL: (0867)-76-2355