

# ゆずりはニュース

vol. 84

ゆずりはスタッフの  
ちよここ一言

二んにはは。青江店薬剤師の  
こいずみです。

3月になると少しずつ暖かくなり、  
おでかけしたくなる季節ですね。

散歩や軽い運動で体を動かすと、

気分すっきり、自律神経も

整いやすくなります。

無理せず、自分ペースで

体を動かしながら、

春の訪れを楽しみ

たいです。



## 【青江店】インスタグラムをはじめました！

商品の紹介、  
日々のあれこれなど、  
投稿中！！  
ぜひ見てみて下さい  
♪



フォロー大歓迎！  
ぜひよろしくね♡



## ゆずりは薬局 青江店

営業時間

☆お気軽にお越しください☆

月・火・木・金 9:00~19:00 / 水 9:00~17:00 / 土 9:00~12:30

〒700-0941

岡山市北区青江1-22-22

TEL: 086-221-2355

FAX: 086-221-2350

春の花粉症の代表的な原因植物は、ハンノキ、スギ、ヒノキ、シラカバです。春は樹木が中心ですが、夏や秋にはイネ科、キク科の花粉が飛散します。

花粉症の三大症状は、くしゃみ、鼻水、鼻づまりです。これらはアレルギー反応によるものです。花粉が繰り返し体内に侵入すると、花粉は異物としてアレルギーを引き起こす原因（アレルゲン）となり、それを排除するために、IgE抗体が体内で作られて花粉と結合します。IgE抗体が十分な量に達すると、花粉が体内に入ってきた時点で、くしゃみや鼻水で花粉を体外に排出し、鼻づまりによって、花粉が体内に侵入しないようにするというわけです。花粉症になると、その症状を抑える目的で抗ヒスタミン薬が広く使用されますが、眠気の副作用があるため、服用後は車の運転等は控えるようにしましょう。また、外出時には花粉をできる限り吸い込まず、体に付着させないようにマスクやメガネの着用、ナイロンやポリエステルなどの服を着るようにしましょう。花粉除去機能付きの空気清浄機を使用したり、花粉の付着を防止するスプレーを服に吹きかけておくのもおすすめです。

# 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!! 早すぎはないですよ!



根本から治療(まほう)

## タウロミン

体質改善の漢方薬として、しっかり症状を抑える成分がひとつになったスハロニシャル処方です。早始めるほど、よいタイプ!

症状に合わせて飲む量を減らし、いくこが出来るまで

## アレルギー体質に

### タウロミン

220錠(約18日分) ¥3,330  
440錠(約36日分) ¥5,830 お得!  
880錠(約73日分) ¥10,456

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: 086-221-2355