

## ◆皮膚のトラブル急増中！



梅雨から夏にかけての季節は、紫外線や湿気、菌、ウィルス、雑菌などの刺激により、肌荒れや日光性皮膚炎、蕁麻疹、ニキビ、脂漏性皮膚炎、アトピー性皮膚炎の悪化、水虫といった症状が出やすくなります。漢方では、症状に合わせて「清熱、解毒、涼血、利湿」といった治則にのっとり、お薬を選んでいきます。普段の生活では、

刺激のある香辛料やアレルギーを引き起こしやすいカニ、エビ、牛乳、乳製品の他、エネルギーを増大させる牛肉、脂っこいもの、甘いお菓子なども炎症を悪化させやすいので、できるだけ控えましょう。また、睡眠のリズムや心のケアも大切です。



## 泰山堂のイベント情報 (要予約: TEL:044-222-4484)



## ◇アロマ初心者向け無料ミニ講座 (参加費: 無料)

★テーマは「アロマでダイエット」★

香りもダイエットに活用できるってご存知でしたか？

「ホント？」と言う方、是非、参加してみてください。

日程: ① 6/15(土)14:00~15:00 ② 6/18(火) 13:30~14:30

&lt;次回予告&gt; (テーマは変わる場合がございますので、予めご了承ください。)

デオドラント・アロマ ① 7/20(土)14:00~15:00

## ◇謝(しゃ)先生の漢方・薬膳ミニミニ講座 (参加費: 無料)

★テーマは「夏の冷房対策」★

暑いはずの夏なのに、冷房がききすぎて、体が冷たくなってしまいう方。体を芯から温める薬膳料理で、エアコンの冷気にも負けない体をつくりましょう。家庭で簡単にできる薬膳茶や薬膳料理のレシピもご紹介します

日程: 7月24日(水) 15:30~16:30

## ◇張(ちょう)先生の女性のための無料漢方相談会 (参加費: 無料)

全国で活躍中の張先生に、今回は、セミナーではなく個別相談を実施していただけることになりました。気になっている体の不調など、この機会に、お気軽にご相談ください。

日程: 6月22日(土) 13:30~(お一人様 約30分)



## ◆国際中醫師による漢方相談 (要予約 TEL:044-222-4484)

当店では、国際中醫師資格者による漢方相談をお受けいたしております。相談は無料ですが、お一人お一人に、十分な時間(初回約1時間)をかけて行いますので、必ずご予約をお願いいたします。子宝相談の他、更年期障害、冷え、便秘、アトピーの他、長年の持病など、是非お気軽にご相談ください。

漢方とハーブ 泰山堂

TEL:044-222-4484 FAX:044-222-4486

月~金曜日: 11:00~18:30 土曜日: 12:30~17:30 定休日: 日曜日、祝日