

◆熱中症や夏バテにご注意！



夏場、気温が 30℃、湿度 70%以上の日が 3 日以上連続すると熱中症発症率が急激に高まると言われています。漢方では、夏バテの原因を胃腸機能低下と発汗に因るものと考えます。冷たい食物、冷房で消化機能が弱まり、多くの発汗で体液も消耗すると、気（エネルギー）を消耗し、体力も低下します。

消化機能を助け、体液を補う補気・補陰が必要となってくる時期です。このため、この補気・補陰の効果を持つ麦味参顆粒は、夏には欠かせない漢方薬の一つです。また、消化の良い食物をとる、冷たい物を控える、冷房の冷えを厚着で予防する、水分をしっかりとる・・・など、生活の中でもできることを心がけることが大切です。



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「アロマで夏のデオドラント対策」★

精油のパワーで気になる匂いをシャットアウト！

精油を用いたデオドラント術を生活の取り入れてみませんか。

日程：① 7/20(土)14:00～15:00 ② 7/23(火) 13:30～14:30

<次回予告> 8月はお子様も気軽に参加していただける手作り教室を開催します！詳しくはスタッフにお尋ねください。

◇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



◇アロマ・ハンドマッサージ/手浴 無料体験実施中

エアコンで手先が冷え冷えになっているかた、ハンドマッサージで指先まで血行を促しながら、アロマの香りで癒されてください。ご希望の方にはご自宅での楽しみ方もお教え致します。

◆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