



## ◆◆ 営業時間につきましてお知らせ ◆◆

- 誠に恐れ入りますが、**日・月曜日及び祝日を定休日**とさせて頂いております。
- 2月及び3月の営業時間と休業日は以下の通りとなります。

2月						
火～金：10:30～18:30						
土：10:30～17:30						
月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

3月						
火～金：10:30～18:30						
土：10:30～17:30						
月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

定休日

## ◆◆ おうち薬膳【じゃがいも】 ◆◆



じゃがいもは消化吸収を高めるとともに、胃酸の分泌を整えて胃の機能を改善してくれます。また胃痛や潰瘍性の腹痛を和らげる効果もあります。さらにむくみや高血圧の改善にも適した食材です。

### ●じゃがいもとピーマンのカレー炒め●

#### <材料(2人分)>

じゃがいも 2個、ピーマン 2個、ベーコン薄切り 2枚、バター 大さじ1  
カレー粉 小さじ1、しょうゆ 小さじ2、みりん 小さじ1

#### <作り方>

1. じゃがいもは細い千切りにして、水にさらして水けをきっておく。
2. ピーマンは細切り、ベーコンは5mmくらいの幅に切っておく。
3. フライパンにバターをとかし、じゃがいもを透き通るまで炒め、次にベーコンとピーマンを炒める。
4. 全体に火が通ったら、カレー粉、しょうゆ、みりんを加えて、ざっと炒め合わせてできあがり。



## 漢方草庵 泰山堂

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

★予約制の無料漢方相談を行っています。詳細はホームページをご覧ください

ホームページ：<https://www.taizando.net> メール：[sodan@taizando.net](mailto:sodan@taizando.net)



### LINE 公式アカウント

友達追加して、漢方相談のご予約・変更、薬の飲み方や在庫の確認などのお問合せにお気軽にご利用ください。



泰山堂のツイッター：健康に役立つ情報を日々つぶやいています！  
漢方系 @taizantaizan ハーブ・アロマ系 @taizando1