



◆◆ 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**とさせていただきます

4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				

5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【苺（いちご）】◆◆



小粒のいちごが安く入手できる季節になりました。
いちごには、美肌効果や免疫力アップなどで知られるビタミン C がたっぷり含まれています。また、食欲不振や消化不良の改善にも役立ちます。

●いちごのサラダ●

<材料（2～3 人分）>

いちご 小粒 10 粒、ベビーリーフ 1 パック、ナッツ類（アーモンドなど） 7～8 粒
生ハム 40g、**ドレッシング☆（酢 大さじ 1、オリーブオイル 大さじ 2、
はちみつ 小さじ 2、塩 2 つまみ、こしょう 少々）**

<作り方>

- ① いちごは縦に 4 等分に、生ハムは食べやすい大きさに切り、ベビーリーフは洗って水けをきる。
- ② ナッツは包丁で細かく砕いておく。
- ③ ボールに**ドレッシング☆**を混ぜ、これに①を入れてざっくりとあえる。
- ④ 器に盛って、砕いたナッツをふりかけて出来上がり。



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おります。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



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。

泰山堂の情報発信（SNS）



泰山堂の X（旧ツイッター）：
漢方系：@taizantaizan
ハーブ・アロマ系 @taizando1



← 店長（時々スタッフ）のブログ