



泰山堂通信

Vol.158(25_07)

◆◆ 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

7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			

8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【トマト】 ◆◆



トマトは生で食べると、身体にこもった熱を冷まして暑さを取り除き、身体に潤いを与え、のどの渇きをいやしてくれます。食欲不振や体力の回復にも役立ちます。また、加熱して食べると、身体を冷ます作用が弱まり、血を補い、血行を促進します。

● トマトと長芋のわさび醤油あえ ●

【材料（2～3人分）】 トマト 1個、長芋 120g、オクラ 6本、かつお節 適量

たれA（しょうゆ 小さじ2、オリーブオイル 小さじ2、練わさび 小さじ1/2）

【作り方】

- ① オクラは、沸騰したお湯で1分くらいゆでて冷水にとり、ガクを切り落として、斜めに半分に切る。
- ② トマトは一口大に切り、長芋は皮をむき3cmほどの長さの拍子木切り(※)にする。(※ 長さ3～5cm、幅1cm、厚さ1cm程度の四角柱に切ること)
- ③ ボールにたれAを入れて合わせ、①②を加えて混ぜる。
- ④ 器に盛りつけ、かつお節をかけて、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