



◆◆ 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

6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					

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		

定休日(日・月曜日、祝日)

◆◆おうち薬膳【みょうが】◆◆



みょうがには瘀血(血流の悪化)、水毒(不要な水分の停滞)を改善する働きがあるので、頭痛・生理痛の緩和やむくみの予防に役立ちます。
また、解毒や殺菌作用もあるので、食べ物が傷みやすい梅雨に、刺身など生ものを食べる際には、薬味としてみょうがをいっしょに食べるのがおすすめです。

●みょうがと長芋の梅あえ●

さっとあえるだけの簡単レシピ。

爽やかな香りと梅干しの酸味で、食欲が落ちやすいこの時期に、おすすめの一品です。

【材料(2人分)】

みょうが 1本、長芋 150g、大葉 4枚、梅干し 1個、めんつゆ(3倍濃縮) 小さじ2

【作り方】

- ① 長芋は皮をむいて厚さ2~3mmの半月切り、みょうがは縦半分にした後、斜め薄切りにする。
- ② 大葉は千切りにし、梅干しは種を取り除き、包丁でなめらかになるまで叩く。
- ③ ボウルに梅干し、めんつゆを入れて混ぜ、長芋、みょうが、大葉を加えて全体をざっくりと混ぜ合わせ、器に盛ってできあがり。



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)

インスタ始めました! →

(フォロワー登録で店頭にて粗品進呈中!)



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