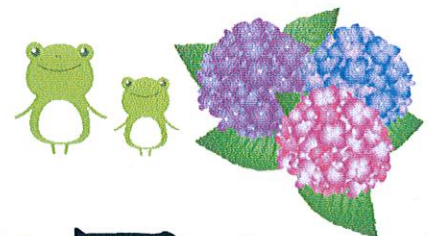




ゆうメール

こまったときの

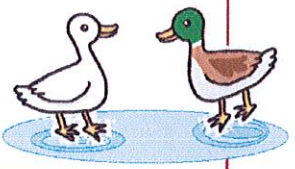


薬局

学園ファーマシー

お役に立ちます。

皆様、如何お過ごしでしょうか？
 薬局の近くに玉川上水の緑道があります。雨上がりに散歩していると、なんとアヒルとカモが仲良くクワックワ ガーガー とお話ししながら、緑道の水たまりの水をピチャピチャ飲んでいました。近くを通り過ぎても、慌てず少しヨチヨチと遠のくだけなのです。自然にとけこんだ光景をしばし眺めて、深呼吸して、幸せだなど思いました。健康だからこそ味わえる幸せ感でもあると思います。
 『余命宣告』もしこんなことがあれば、愕然となり幸せ感は吹き飛んでしまいます。でも、諦めなくても良いものに出会うことができました！詳しくは、同封のちらしや研修日記をご覧ください。お役に立てれば幸いです。
 今は緑がいっぱい！
 自然の生命の営みに感謝して、楽しく朗らかに暮らしたいですね。



- ・7月4日までの期間に限り、あなたの健康を応援するために、5,000円(税抜)以上お買い上げ頂いた方には、お得な薬局商品券をご用意致します。
- ・『立川電解カルシウム』キャンペーン中！お楽しみに～！



■お引越し■ ～より良いご相談・調剤のために～
 9月24日よりすぐ近くに、お店を引越します。ただいま建設中！
 2人体制で始めた薬局ですが、おかげ様で今はその10倍くらいのスタッフで力を合わせて働いております。地域の皆さまに愛される薬局でありますよう努めて参ります。これからもどうぞよろしくお願い致します。



自然療法・漢方療法の
 ヘルスデザイナー
 より元気に美しく!

学園ファーマシー

〒187-0045 東京都小平市学園西町2-18-2
 Tel 042-345-9000

ホワイトリリーの
 「お肌にやさしい日焼け止め」
 敏感肌の方にも、小さなお子様にもご使用いただけるサンプルが入っておりますので是非お試しください！



営業時間：8：30～19：00
 定休日：日曜・祝日

駐車場あります

* 今後、この健康お得情報が不要な方は、当店までご連絡ください。

2015年6月吉日

健康トピックス



ココナッツオイル

認知症 しかもダイエットにも朗報～！

ココナッツってお菓子？ヤシの実？何にも知りませんでした。

2月頃より急にココナッツに熱い視線をなげかけております。これは身体の中のエネルギー革命ですね！

今まで私達はお腹が空いて、頭のエネルギーが切れたと思ったら、飴をなめて、ご飯、パン、おうどん等を食べればよいと思っていましたよね。糖（炭水化物）が入るとインスリンによって身体のエネルギーになります。多すぎると脂肪になって身体に残ります。しかも糖は依存的に必要以上に食べたくなります。もともと人は狩猟時代から、糖由来のエネルギーがなくなったら脂肪から分解されたケトン体のエネルギーを使うようになっていたようです。そこでココナッツオイルの中鎖脂肪酸を使うと3時間後には脳のエネルギーになるのです。しかもからだに負担をかけずに、糖をあまり依存的に欲しくなくなります。老化ホルモンであるインスリンはあまり使わないようにした方が、若返りますよね！！

ココナッツオイルは全国的に人気で、学園ファーマシーでも仕入れをしようと思っても、良い商品は在庫不足でなかなか難しい状況です。

しかし、今なら、外食する際にも持ち歩けるスティックタイプのエキストラバージンココナッツオイルの在庫がありますよっ！

信頼できる“ココウェル”という会社から仕入れております。

7月末には大瓶が入荷予定！！！！

アメリカの女医さんが、若年性アルツハイマーになってしまったご主人のために、いろいろ探し求めて、やっとココナッツオイルが症状改善に有効だということにたどり着いたようです。

ご主人が口にしたその日から症状が改善して、まるでガス欠の身体にガソリンを入れたように、病んだ神経が蘇ったのです。そして今日のような爆発的なブームになったとのこと。

すごい事です！

数年前に亡くなった母にも食べさせたかった…。と思います。

糖尿病、パーキンソン病、他神経の病気でも良い例がでているようです。



研修日記 一部抜粋～ (2015 年前半)

1月12日 方術信和会新年研修会 於上野精養軒
昔から伝わる歳時についての講演。
危険ドラッグについてのお話でした。



2月15日 アサヒフードアンドヘルスケア(株)総会と研修会
「GBE-24」イチョウ葉エキスは、30年程前(学園ファーマシーを始めて間もなく
ドイツからやってきました。
身体の病気を火事や災害に例えると、その防災準備に最適な商品です。
もちろん治療にも使えます。きっと飲んでいてよかったと思われることでしょう。



2月28日 学校薬剤師会
「一度の好奇心から始まる 一生の闘い」
小平学校保健会での危険ドラッグのお話の中で、国立精神・神経医療研究センターの
船田正彦先生は、この心に留まる重い言葉を残されました。
危険ドラッグによる交通事故など怖いニュースが起こらないようにと願うばかりです。



4月13日 薬局内 勉強会 救心製薬
・「霊鹿参」について学びました。
その素晴らしい働きに驚きました。
腎を強くし、また筋力をつけ、骨を健やかにし、
エストロゲン様作用(骨密度・骨強度・骨Ca含量の増加作用)が認められているとのこと！
道理で服用していて、身体がしっかりしてきて調子が良いと言われることが多いと思いました。
骨に関する作用についての勉強会がありました。
・年齢を重ねていくにつれて女性ホルモンは減少していきます。
そこで問題になるのが骨粗しょう症です。
この骨粗しょう症、霊鹿参を飲むことによって骨密度が増やせるのです。
鹿茸(鹿科の梅花鹿あるいは馬鹿の雄鹿のまだ角科していない幼角を乾燥したもの)には
エストロゲン(女性ホルモン)のように作用する物質があると考えられています。
実際に霊鹿参を服用し、骨密度が改善した方々がいらっしゃいます。
すぐに効果はあらわれませんが、細く長く続けることによって骨密度の改善がみられると思います。
骨密度が気になる方…ためしてみてもいいのではないでしょうか？



5月24日(日)『フコキサンロールα』について 東京駅近くでの勉強会でした。
症状が深刻なお客様に何か有効な手立てがないかと、探していたので、
期待して出かけました。
余命宣告。を受けても、あきらめないで飲める商品(健康食品)がある。
その段階までには、人それぞれ色々な経緯がありますので、色々な反応が出てくるよう
ですが、良い方向に進むようです。
今までのフコイダンでは効果が今ひとつのところだったようですが、フコイダンからヌルヌル成分を
取り除いて、精鋭の成分のみ取り出したものです。
北海道大学、神戸大学、京都大学などで研究されて、今までドクターの間で使われ、
2年位前より薬局でも取扱いされるようになりました。
血管新生抑制剤として悪性腫瘍だけでなく、リュウマチ様関節炎、パセドウ氏病、
アルツハイマー、歯周病、強皮症、緑内障、乾癬、加齢黄斑変性症などにも
治療や予防にも良いようです。お問い合わせ下さい。





家族で過ごす時間が私にとって大切な時間で、自分をリセットする大切な時です。また、自分の趣味に費やす時間も必要かなと思います。

S.M

毎日、目まぐるしく過ぎていく中で、お風呂に入ったり、子供とグダグダ過ごす時間、一番今の大切にしていくべきこと、自分がしたいこと、子供が読んだり、絵を描いたり、いつの間にか私一人の時間を作りたいです。

A.I

3人の子供の食生活が家族の絆を感じて、大切な時間です。

T.T



誰にもみせられないうちのお風呂のストレッチの時間です。

M.S



大切な人と過ごす時間、山の空気を吸いながら、心地よい空気を感じる時間です。

A.K



私の大切な時間は、一人で映画を観る時間です。スクリーンに映る映像が、感動を呼び起こす瞬間です。

M.S



毎日慌ただしく過ごしていますが、どれも私にとっては大切な時間。一日が24時間では足りない程です。睡眠時間を削って時間を作っている頃もありましたが、やっぱり体調が整っていきません。充実した日々を過ごすために、今は睡眠時間を大切にしています。

A.F



深呼吸と共に、身体をしなりとさせ... 奥歯のかみしめ、舌べろのこわばり...すべてを解放~ 「頑張っているね~よしよし...よくやっているね。」 時々自分の身体に問いかけ、しなやかにふにゃとさせて、秘かに自分を甘やかす時間を大切にしようと思う。頑張りすぎて、自分も周りも困らないようにね。

Y.A

何も考えずにゆっくりに眠れる時間です。しっとり眠れた時の朝の爽快感はたまらないです。(^o^)

S.N