



ゆうメール

薬局

こまったときの



学園ファーマシー

お役に立ちます!



緑いっぱい エネルギーいっぱいの季節ですね。楽しい夏休みがすぐそこまで来ています。いかがお過ごしでしょうか?

学園ファーマシーのスタッフは、せつせと研修会に行ったり、ネパールの元気を応援に行ったり、健康相談に合わせた漢方薬を調合したり、地道に処方箋の処方外の意味を読み取りつつ忠実な調剤と投薬を心がけたり...の毎日です。

薬局にいらして下さる方々に、病をどのように理解して克服頂くか? どのように心と身体のお手入れをして頂ければ、老後を楽しく快適にお過ごし頂けるのか? 立ち止まったり走ったりしながら考え続けております。

7月31日までの期間に限り、あなたの健康を応援するために、お買い上げ頂いた方には、お得な学園ファーマシー商品券を差上げております。

また更に、立川電解カルシウム キャンペーン!

絶対お得! 薬局にいらした方だけに、この秘密のお得感お伝えいたします。是非この機会をお見逃しなく!



スタッフ一同お待ち申し上げております。



封筒裏表紙に、スタッフのつぶやき...今回は『夏休み』です~!



自然療法・漢方療法の
ヘルスデザイナー

学園ファーマシー



より元気に美しく!

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

2014年6月吉日

サンプルプレゼント!
「美麗」アイクリーム
お肌若返り!



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。





●2014年4月6日 森田薬品 関東甲信越ブロック研修会
「カルシウムパラドックスが招く疾患」についてのお話がありました。
吸収の良い電解カルシウムを飲むとカルシウムセンサーが磨かれます。そして骨から溶けでるカルシウムが少なくなります。骨粗しょう症予防になります。普通は食事のカルシウム分の吸収率は30~40%がほとんどなのです。少しでも吸収率を上げる電解カルシウムが大切なのです。電解カルシウムを飲むと食事からのカルシウム吸収が良くなります。

プラセンタ『ピタエックス』の働き 考えたことありますか？

1943年に京都大学産婦人科の三林博士が文部省からの指示で研究して胎盤がプラセンタ薬として製造されるようになりました。なんと私くらいの年齢ですね!!中国では2~3000年も前から、日本でも昔から使われていたようです。プラセンタの薬理作用をあげてみます。この右側の表から病気を考えてみてください。

沢山の病気に効果がある、ありがたいお薬ですね。(望月 雅子)



促進作用	呼吸 血行 創傷回復 乳汁分泌
調節作用	血圧 自律神経 内分泌
賦活作用	細胞 免疫
その他の作用	基礎代謝向上 造血 疲労回復 活性酵素除去 抗突然変異 抗炎症 抗アレルギー 体質改善 強肝・解毒 食欲増進 精神安定

プラセンタの薬理作用

●2014年5月18日 在宅についての薬剤師会による講演会



NPO 法人サポートハウス年輪 安岡厚子理事長、東京薬科大学 加藤哲太教授、薬剤師会 上原健嗣 在宅委員会委員長の三人の講演がありました。

三者三様で、それぞれの視点からの話はとてもためになる話ばかりで、打ち上げの席では理事長の方が元市議会議員でその頃のことや、介護の現状についてのお話を聞くことができました。

(望月 茂)

●2014年5月21日 日本フラボノイド研修会



生活習慣病アドバイザー認定研修 老化と長寿のお話がありました。

100歳を越えてお元気に毎日過ごしている方も多くいらっしゃいます。アディホネクティン濃度が高く、炎症マーカーが低いという事がわかっているようです。



飲む化粧品！→『AGMAX』について学びました。

女性ホルモン補充のような意味を持つイソフラボンにモイストミックスとハーブミックスを加えてあります。「40歳過ぎたら AGMAX！」女性は40歳を過ぎると少しずつ女性ホルモンの分泌が減ってくるんです。その結果、カルシウム吸収や脂質の代謝も衰えたり、目に見えないところで悪い積み木が積まれていくんです。そしてその積み木が崩れる時には骨粗しょう症や脂質代謝異常、高血圧…色々な症状が出てきます。その積み木はすでに積み始められていて、『AGMAX』にはこの悪い積み木が積まれないようにしてくれるありがたいサプリメントです。

(望月 雅子)

●2014年6月8日 朴庵塾セミナー(漢方勉強会)

薬用植物園にて



薬用植物園に行ってきました。あいにくの雨でしたが、季節柄花が咲いて、緑の中で薬効などの説明を受けながら散策しました。温室ではバナナが50本ほどたわわに実っていたり、カカオが沢山実っていたりなかなか面白かったです。皆さんも是非、緑に癒されてはいかがでしょうか？

(望月 茂)

●2014年6月5日 ホワイトリリー



新しい化粧品のシリーズ、ウェルハースについての勉強会に行ってきました。

リーズナブルで高品質、抗炎症、お肌を活性化、糖化(老化のもと)を防ぐなどの成分がたっぷり入り、どの肌質の方にも使っていただける良い商品です。

こちらの DM に入っているサンプル、美容液『AS30 美麗』はシワが目立たなくなるだけでなく、お肌の糖化を防ぎ、肌を白くしてくれるそうです。(望月 啓子)

●2014年6月15日 日経N°ナル健康セミナー21

(主催)日本経済新聞社(協賛)アサヒフードアンドヘルスケア



更年期・認知症について、小池レディースクリニック院長 小池浩司先生の講演会を聞いてきました。

★女性は昔、閉経後に寿命も終わっていましたが、今は医学も進み閉経後から30年ほど寿命が延びているのです。閉経と共に女性ホルモンが分泌されなくなるのですが…女性にとってこの女性ホルモンはとても大切な役割を果たしています。男性は緩やかにホルモンが減っていくのに対し、女性は閉経後急激にホルモン分泌がなくなります。それにより更年期症状として、のぼせ・ほてり・疲労感・動悸・不眠・高血圧・うつ・不安・無気力・食欲不振・骨折などの症状が出てきます。

女性ホルモンにはアミロイドという物質を掃除してくれる働きもあります。女性ホルモンがなくなるとアミロイドが掃除されなくなり、体験した全てを忘れてしまう・ご飯を食べたことを忘れてしまう・忘れてしまった自覚がないといったアルツハイマーや認知症の症状がでてきてしまうそうです。

女性ホルモンを補うことによって症状は改善されます。

女性ホルモンは医療用で塗るタイプと貼るタイプのものが、副作用が少なくいいそうです。

男性にも更年期は訪れるそうで、元気がない・疲労感・ゴロゴロしている・EDといった症状があるそうです。男性の更年期には奥さんが気付くことが多いそうです。

認知症に効果があるとして『GBE-24』という商品があります。お薬のアリセプトと同じように遅延効果があるそうです。また認知症を予防するには3年間きっちり飲むと予防できるそうです！きっちり飲まないで予防効果はないそうですが…。

私が一番興味をもったのが、ダイエットのお話でした！女性ホルモンを取ると太ると思っている方が多いそうですが、実はその逆で内臓脂肪を減らす働きがあるそうです。またダイエットには若返り効果があるそうです！お腹が減っているときにサーチュイン遺伝子という若返りの遺伝子が活性化するのでダイエットしながら若返ることができるのです。見た目が若いと寿命も1.2~1.4倍に伸びます。今日日から腹七分目を目指すといいでしょう！」と先生もおっしゃっていました。(高橋 春奈)



★おもしろいのが『GBE-24』についてのお話でした！

なんでも講師の小池先生は高校生の時に10万年前の古代ワニの化石を見つけて新聞・ラジオにも報道されたそうです。10万年前というのはすごい昔ですが、銀杏となると2億5千万年も前から生存していたそうです。当時は恐竜時代になる前の準備期間で気温が徐々に上昇し、低酸素状態だったようです。その後6500万年前にも「恐竜絶滅」の時があり、そんな時を過ぎて、その中で18種のイチヨウのうち中国の一部に1種のみが生き残っていたのです。1000年前に中国から日本に持ち込まれて神社・お寺に植えられております。そんなたくましい生命力をイチヨウの葉エキスが入っている『GBE-24』に感じます！(望月 雅子)

●2014年6月18日 『ワタナベオイスター』 店内研修

これから夏本番。夏に向けてダイエット決意した方もいらっしゃるでしょう。

でもカロリーばかり気にして炭水化物や脂肪を極端に減らしても体はエネルギーが作れずに夏バテ。痩せても肌はガサガサなんてことに…。

炭水化物も脂肪も燃やすにはビタミン・ミネラルが必須！ご飯を減らしてもなかなか体重が減らないという方はビタミン・ミネラル不足かもしれません！美味しく食べた後にはオイスターでビタミン・ミネラル補給！この夏はオイスターで体力も、気力もアップ美しい体を目指しましょう！



(石津 愛子)



一粒で元気になった方がいらっしゃいます！本当？お試しもできます。
このオイスターはアルコールと水で抽出されたこだわりのオイスターです！

(M. M)

息子は口内炎ができるとういスターとルミンを必ず飲みます。
離れて暮らしている今も、オイスターがなくなると連絡してきます。(M. S)



ワタナベオイスターを毎日飲んでいきます。きっかけはストレスがかかり神経が張り詰めるような感じがあった時に初めて飲みました。飲んでからこわばるような感じが消えてとても楽になりました。それ以来ずっと続けています。(K. M)

最近疲れている・よく眠れない・体がなんとなくくだるいと感じている方に...
私も飲み始めてよく眠れるようになりました。
忙しくてわかってはいるけど毎日栄養バランスを考えて食べるのはとても大変
ですよ。そんなときのサポーターにオイスターはおすすめ！(A. I)



健康トピックス！

最近腸と脳の関係が話題になっています。
脳をケアしたい人は腸を整えると良いようです。
整腸には当店『スーパーフローラ』がおすすめです！
私も飲んでいきます。



スーパーフローラの主材料は生菌酵母で、生きたまま腸内まで届きます。
各種酵素を分泌して腸内定住菌の増殖を助けたり、糖質を分解して発酵するので糖の吸収が抑制されるとともに長期滞留物を軟化させてくれます。
スーパーフローラはあなたの腸内バランスを良くしてくれる酵母食品です！

最後まで読んで下さり、ありがとうございます。

あなたがますます健康になられ、大切な方々にまで幸せが波及されますようお願いしております。

小、中学生の頃は、京都の祖父
母宅へ行くのが楽しみにして
祖父母はいろいろな所を連れ
行ってくれたので、沢山の思
出があります。今でもらった
感謝しています。

K.M



上の子が小さいとき、6の時
家族旅行に行くと、行く
…付きたい。…

M.S

小学生の頃は、夏休みの最後
に、お宿題をやらせてくれた
お母さん、お父さん、お兄
さん、お姉さん、お友達に
お礼を言っていました。

E.M



家族旅行をよく行くと、行く
…付きたい。…

K.M



初めは、幼稚園の頃、お母
さんが、お父さんと一緒に
お出かけしたことが、今
でも思い出です。お父さん
が、お母さんと一緒に、お
出かけしたことが、今でも
思い出です。お父さんが、
お母さんと一緒に、お出かけ
したことが、今でも思い出
です。

J.F



子供の学校や幼稚園が、お
休みに入るので、お母さん
としては、体力勝負です！

S.Y

子供達は、夏休みを、心待ち
にしています。お母さんは、
お父さんと一緒に、お出かけ
したことが、今でも思い出
です。

T.T



夏休みと聞くと、子供の頃
よりは、ワクワク感を感じて
います。お父さん、お母
さんと一緒に、お出かけし
たことが、今でも思い出
です。

Y.A



他の季節には、登山なども
ありますが、夏の登山は、
お父さん、お母さんと一緒
に、お出かけしたことが、
今でも思い出です。

M.Y



小～中学校時代は、バレー
ボール部、バスケットボール
部、サッカー部などに所属
していました。お父さん、
お母さんと一緒に、お出かけ
したことが、今でも思い出
です。

H.T