

ほなみ薬局
一陽来復通信



No. 105

中国最古の古典「易経」に書かれている
一陽来復
言葉です。意味は「冬が終わり春が来る」と
悪いことが辛く長く続いても、耐えれば良いことが必ず訪れる。
止まない雨は無い。明けの夜は無い。
病氣も同じです。人間には「自然治癒力」が
備わっていて適切な養生をすることで
回復する方向に向かうことが出来るのです。
「一陽来復」は私のおとも好きで
大切にしている言葉です。



人には燃えることが
重要な。燃えるため
には薪が必要である。
薪は心です。
心火が人々を
成長させる。
松下幸之助

感謝おかげさまで

55周年



ほなみ薬局はこの7月で創業55周年を
迎えることができました。

地域の皆様には支えられ、ここまで歩んで
来れたこと、心より感謝申し上げます。

これからも「地域の皆様の元気で長生き」
を目指し、ほなみ薬局一同頑張ります。

まず、どうぞよろしくお願い申し上げます。

それにしても「え、もう55周年!?」50周年から
そんなに経った、けいになって自分でもびっくり
しています。歳を取ると時間の流れが早く
なる。ふと気づきますが、私も大人になった
という感覚でしょうか(笑)

まだまだ元気いばい。そんな私に
健康のいとお薬のこと、気になったことは
何でもお気軽に御相談下さい。

漢方薬を1紹介!

55周年ということでは「五」にちなんで
生薬です。

五味子
あまり馴染みの無い生薬
かも知れませんが、この五味子

実は暑い季節にぴったりの生薬。
汗をたくさんかいた時に失われる「潤い」を
戻す働きがあるので、熱中症の予防や、
ちっとバテ気味な時の心強い味方なんです。

当店で取り扱っているドリンク剤
「エナクローヤル」はこの五味子

はじめる気力体力を増強する
様々な生薬がぎっしりと詰まっ
ています。

夏の暑さに負けそう...
「いや、もうすでに汗をかきすぎて...」
こんな時や、スポーツ後、屋外での作業後、
たくさん汗をかいた時などにおすすめてです。



五苓散

「こちらは有名な漢方薬。
五苓散は、ひとことで言うと
体に溜まった、余分な水を外に出してくれる
漢方薬です。湿気が多くてジメジメした
季節などの「体が重い」「むくみやすい」「頭が
ボーとする」「そんな時に役立ちたり、
水分の摂りすぎで胃がボチャボチャする時や
冷たいものでお腹の調子が...という時にも
効果的。」「二日酔いの時に食べたものがあまる
という方もいるかも知れませんね(笑)」

この様に「体の中の水に効く」生薬は漢方
でも、詳しい症状や原因によって使い分ける
ことが大事なのです。

五味子...体を潤す

五苓散...水を巡らせる

自分にはどれが合うんだろう? 「なんだか
最近体が重たい」「そんな時はお気軽に
御相談ください。父と母の代から伝わる
継いた55年の経験とノウハウをもとに
自信を持ってアドバイスします。」



1970年開局
株式会社 ほなみ薬局
元氣スタンプ・アークス RARA カード・PayPay・各種クレジットカード取扱店
お薬 処方箋 処方 処方箋 処方箋 処方箋
お薬 処方箋 処方箋 処方箋 処方箋 処方箋
お薬 処方箋 処方箋 処方箋 処方箋 処方箋

健康相談からのおつきあい

ほなみ薬局本店 ・処方せん受付・ 〒034-0037 青森県十和田市穂巻町10-3 Tel: 0176-23-4546 Fax: 0176-24-0434 8:30~19:00 定休日: 日曜・祝日	ほなみメディカル ・ユニバス十和田東店・ 〒034-0012 青森県十和田市東一番町4-14 Tel: 0176-25-4343 Fax: 0176-25-4343 9:00~20:00 年中無休
--	---